



兒童急性腸胃炎之護理指導

一、何謂兒童急性腸胃炎

主要分為**病毒性**及**細菌性**腸胃炎，因飲食或衛生習慣不良、接觸受汙染的物品(如嘔吐物、糞便)，**感染後**造成胃及腸道出現炎症反應。

二、兒童急性腸胃炎之症狀

- (一) **病毒性**腸胃炎：最常見的是**腺病毒、輪狀病毒、諾羅病毒**，有**嘔吐、腹瀉、發燒、肌肉痠痛**等症狀。
- (二) **細菌性**腸胃炎：最常見腸炎弧菌、沙門氏桿菌，有**嘔吐、食慾差、腹瀉、發燒**等症狀。
- (三) 嘔吐及腹瀉是常見的症狀，**主要觀察**排便次數及性質（糞便的性質因致病源而異），水漾狀、顏色改變、異味、可能有潛血或混有黏液，急性期依病童病況，採禁食6~8小時，使腸蠕動減慢，以減輕腹瀉症狀。
- (四) 嚴重的腹瀉會導致脫水發生，症狀包括：口唇乾燥、皮膚無彈性、眼球凹陷及變乾、前囟門凹陷（嬰兒期），嚴重會心跳加快、呼吸急促及血壓下降。
- (五) 腹痛也是急性腸胃炎病童常見的主訴，由於引起腹痛的原因很多，需謹慎評估其原因，以有效緩解腹痛。

三、兒童急性腸胃炎之出院護理

- (一) 預防皮膚破損：持續腹瀉會造成臀部皮膚發紅破損，應常換尿布和清潔臀部，並於每次排便後用中性溫和清潔劑和清水清洗臀部及擦乾，不能使用含香料及酒精的濕紙巾。另可塗抹薄薄一層隔離用劑於臀部，如凡士林、氧化鋅等，減少皮膚與糞便直接接觸刺激。



(二) 維持適當的水分及營養攝取：腹瀉情形較嚴重時可先禁食，讓腸胃道適度休息，症狀緩解後可開始給清淡的液體，如米湯或市售的無糖糙米漿，小兒電解水或稀釋後的運動飲料，嬰兒可由1/3奶、1/2奶、2/3奶慢慢恢復到全奶，無嘔吐且腹瀉次數減少時，才慢慢給予軟質食物，如米漿、稀飯、蘋果泥或土司，無奶油的湯等。

(三) 預防病原菌傳播：

1. 高度傳染性的病童需要隔離，排泄物及被排泄物污染的物品應徹底消毒，如餐具可以煮沸法消毒、衣物及床單可以熱水洗淨、烘乾或以消毒劑浸泡。
2. 接觸病童前後，處理分泌物及排泄物後需徹底洗手，以減少交互感染。
3. 盡量不要吃未煮熟食物，尤其是海鮮類，食物一定要確實加熱，並注意保存方法及時間。
4. 購買食品要注意外表是否完整、廠商、製造日期及使用期限，調理食物前要洗手，並注意廚房、器具和食材的清潔。
5. 兒童玩具及餐具清潔需使用含有氯的消毒清潔劑來清洗避免感染，出入公共場所、飯前飯後和接觸病童都應加強清潔消毒。

(四) 遵照醫師指示按時服藥，勿任意停藥或自行增加藥量，若症狀未能緩解應立即就醫。

四、參考文獻

- 李嘉玲 (2019) · 疾病退散—嬰幼兒常見急症應對方針 · 消費者報導雜誌，456，19 - 24。
- 黃立琪 (2018) · 兒童消化系統疾病及其護理 · 於陳月枝總校閱，實用兒科護理 (七版，519-584 頁) · 台北：華杏。