



# 急性腹痛之護理指導

## 一、何謂急性腹痛？

急性腹痛是指一種強烈的腹部疼痛，且常有明顯的合併症狀發生，甚至可能是腹膜炎，有很多腹部疼痛症狀常和其他器官引起腹部疼痛一致，例如心肺系統疾病，應多加注意。

## 二、急性腹痛病人之居家護理指導

- (一)當返家後，若有嘔吐、劇烈腹痛症狀無法緩解、腹痛部位有轉移或有發燒時，應盡速返院就醫不可延誤。
- (二)禁止飲食及飲水 4~6 小時，使腸胃道獲得適當休息。
- (三)需依醫師指示按時服藥。
- (四)應多休息，採仰臥或側臥並將下肢屈曲，此姿勢可使腹壁放鬆，減輕疼痛感。
- (五)進食應以清淡飲食為主：白稀飯或白土司等。避免暴飲暴食，應採少量多餐，充分咀嚼，禁食油膩及刺激性食物如：辛辣、菸、酒、咖啡及茶等；禁食易產氣的食物如：豆類、可樂、沙士或奶類製品。
- (六)注意每日糞便之顏色、性狀，若有顏色改變，如黑色、紅色為出血徵兆，排變型態改變，如腹瀉或便秘等狀況，應儘速就醫治療。

## 參考文獻

賴鴻緒、陳石池、陳炯年(2013)•腹痛診斷與處置，*外科急性腹痛*(二版，24-32頁)•台北：華杏。