



嬰幼兒腹瀉衛教單

一、嬰兒腹瀉的定義

腹瀉是指大便次數與糞量增加，且含水份較多。即每天糞便總量要超過 每公斤體重三十公克，或水份超過每公斤體重十毫克稱之，大便可能為稀水狀、具惡臭味、黏液多或含血絲的現象。

二、嬰兒腹瀉的原因

引起腹瀉的因素很多，常見的有下列因素：

- (一)哺育食物不當：如飲食過量。
- (二)體質因素：如牛奶過敏、乳糖耐受不良等。
- (三)病原體感染：如細菌、病毒、寄生蟲、黴菌等。
- (四)先天性感染或構造異常：如新生兒肝炎、膽管阻塞、胰臟囊狀纖維化、巨結腸症、腸內膜淋巴管擴張症等。
- (五)腸黏膜損傷：常見於早產兒的壞死性腸炎、服用廣效性抗生素等，會引起稀軟便。

三、嬰兒腹瀉的治療法

腹瀉最主要的治療原則，是補充水份及電解質。應有認識如下：

- (一)餵母乳的嬰兒，母乳不需要稀釋，可以持續餵。母乳為此時最佳的嬰兒食品。若有吃其他副食品，應先暫停餵食，病情若未改善則就要就醫治療。
- (二)吃嬰兒配方奶粉的嬰兒輕微腹瀉時，首先將奶粉稀釋一半，嬰兒喝稀釋的奶粉直到大便恢復正常二天後，可逐漸調回全奶。若仍持續腹瀉，應改餵食不含乳糖成分之止瀉奶粉。嬰兒也吃其他副食品，則先暫停餵食。然而寶寶有飢餓情形，可餵食米粉或米湯。當寶寶大便恢復正常後，先逐步調整比例回復正常的嬰兒奶粉，然後每兩三天加回一種副食品。
- (三)若嬰兒大便次數多或帶有血便、發燒、哭鬧不安、嗜睡、腹脹及精神變差的現象，應即刻就醫。嚴重腹瀉造成脫水或電解質不平衡易引起抽搐或休克等併發症，千萬不可自行亂用抗生素或強力止瀉劑，若轉變成慢性腹瀉或導致腸胃道穿孔，那就更麻煩了。