

小兒腹瀉

一、什麼是腹瀉？

腹瀉是指排便情形與平時習慣不同、次數突然增加、大便呈稀狀或糊狀、水份較平常增加很多或聞起來有酸味等現象。臨床上腹瀉可分急性腹瀉及慢性腹瀉兩種。

二、原因：

1. 感染：病毒或細菌感染，如輪狀病毒、沙門氏菌感染。
2. 藥物：使用抗生素、瀉藥。
3. 飲食：牛奶過敏、乳糖耐受不良、不乾淨的飲用水、食物不新鮮。

三、飲食：

1. 幼兒的飲食：一般可從稀飯、米湯、去皮土司、饅頭、蘋果泥開始餵食，避免油膩與太甜的食物。
2. 嬰兒的飲食：輕微腹瀉可將牛奶濃度調稀；若持續水瀉，醫師可能會建議改無乳糖配方奶粉，使用至糞便恢復正常。
3. 避免脫水：可以補充適量的水分或口服電解質液，注意是否有脫水的現象。

四、照護注意事項：

1. 常洗手。

2. 請觀察孩子排便的次數、性狀（例如：稀水便、糊便、軟便）、糞便中有無血絲、腹部是否柔軟、會不會腹痛、活動力、小便量、嘔吐情形、進食量及發燒的情形。
3. 以牛奶為主食的嬰兒，開水必須以瓦斯煮沸過，並確實奶瓶消毒。
4. 不可以自己給予止瀉劑服用，以免導致其他合併症。
5. 腹瀉期間如果有發燒，請盡量不要量肛溫及使用肛門栓劑退燒。
6. 排便時請用溫水清洗屁股，保持臀部清潔乾燥。
7. 勤換尿片以預防尿布疹，如果已經尿布疹，可遵照醫師指示使用藥膏治療。

五、若有以下情形請馬上回診：

1. 持續發燒超過2天。
2. 大便中含有血絲。
3. 嚴重腹痛、腹脹或嘔吐等情形。
4. 脫水現象：判斷有無脫水，最方便的方法是觀察尿量，如太久沒有小便，就必須馬上就醫。

諮詢專線：04-24632000分機 32220 兒科門診
諮詢時間：週一至週五 09:00~17:30