



兒童腹瀉護理指導

1993.06 制定
2024.09 修訂

「腹瀉」是指排便次數較平常增加，糞便含水量增多，性狀呈水狀、糊狀甚至有血絲。小兒腹瀉症狀輕微者，給予症狀治療後，約一星期左右會慢慢痊癒，嚴重者會引起脫水、休克、敗血症、壞死性腸炎、腸道穿孔破裂、腹膜炎等，因此家長千萬不可忽視腹瀉的嚴重性。

一、腹瀉的原因：

- (一)病原體的感染(包括細菌、病毒、寄生蟲或黴菌):如輪狀病毒、腸病毒、沙門氏菌等。
- (二)腸道本身的炎症疾病:如潰瘍性結腸炎、壞死性結腸炎等。
- (三)腸道解剖上及機械性異常:如巨大結腸症、開刀後引起之短腸症候群等。
- (四)飲食因素:如對食物或牛奶過敏、乳糖耐受不良、食物中毒等。
- (五)荷爾蒙因素:如甲狀腺機能亢進、腎上腺機能亢進、副甲狀腺機能低下等。
- (六)藥物方面:服用廣效性抗生素。
- (七)腸道以外的感染:如上呼吸道感染、泌尿道感染等。
- (八)情緒及功能異常:如大腸激躁症。

二、腹瀉的分類：

臨床上，腹瀉以發病時間可區分為急性與慢性腹瀉兩種：

(一)急性腹瀉：發病時間在兩星期以內稱為急性腹瀉。

(二)慢性腹瀉：發病時間在兩星期以上稱為慢性腹瀉。

急性與慢性腹瀉兩者的致病原因及治療重點不盡相同，但對於病童在急性期應立即給予症狀治療，補充流失的水分及電解質，避免引起慢性腹瀉，造成營養不良、生長遲緩甚至有其他器官的合併症。

三、腹瀉的症狀：

腹瀉的主要症狀是大便含水量增加，次數增多，顏色改變略帶酸臭，性狀呈稀糊狀或伴有少量黏液、血絲。因引起腹瀉的原因不同，有時會伴隨著發燒、噁心、嘔吐、腹痛、精神活動力變差、食慾減退及哭鬧不安等症狀。但須特別注意病童是否因腹瀉而產生脫水及電解質不平衡現象，如皮膚乾燥失去光澤、嘴唇乾裂、前囟門及眼眶凹陷、持續高燒、尿量減少，嚴重甚至發生抽搐、休克。

四、腹瀉的治療：

腹瀉的治療是根據症狀的嚴重度來決定，輕微的腹瀉可在採支持療法，建議可繼續哺餵母乳或適合該年紀的食物，為避免脫水可建議嘗試電解質水，較大的病童可改食用米湯、稀飯等。若嚴重的腹瀉，就必需住院禁食讓腸胃道休息，以靜脈注射點滴來補充水分及電解質，醫師會依病童的症狀給予止瀉藥，但不宜用太強的止瀉藥，以免因糞便囤積在腸道造成腹脹。

當腹瀉症狀緩解後，醫師會嘗試讓病童進食，依醫師指示餵食半奶或改餵食無乳糖奶粉，較大幼童可改食用米湯、稀飯、白吐司等食物。

五、住院期間應注意的事項：

- (一)病童住院期間醫師會視情況給予禁食，禁食期間請勿給予任何食物包括水，可定時給予病童口腔清潔，必要時可用棉枝沾開水潤濕嘴唇。
- (二)若病童因禁食難以安撫，請通知護理人員詢問醫師是否給予口服電解質液，請勿私自餵食任何食物。
- (三)住院期間若發現病童眼眶凹陷、囟門凹陷、尿液減少、皮膚蒼白發冷或呼吸急促，請立即告知醫護人員處理。
- (四)請遵照醫師指示按時服用藥物，勿亂服用未經醫師指示的藥物。
- (五)接觸病童前後需用肥皂洗手，尤其是更換尿布後，應妥善處理病童的尿布。若病童糞便具感染性，護理人員會給予感染性垃圾袋，請將尿布放入感染性垃圾袋勿丟入一般垃圾桶。
- (六)病童腹瀉期間，因大便次數增加刺激臀部皮膚，易有尿布疹產生，為預防尿布疹應勤換尿布，解便後以溫水清洗，儘量保持乾燥，亦可擦凡士林保護。若已出現尿布疹可依醫師指示使用外用藥膏。
- (七)病童每次解便需注意觀察大便性狀、顏色及次數，並正確告知醫護人員，以做為醫師治療參考。
- (八)奶瓶需徹底消毒，住院期間若不方便消毒，本院可提供高壓消毒過的奶瓶。

(九)請依照醫師指示沖泡奶粉，勿擅自更改濃度或過量給予。

(十)腹瀉期間，請勿給病童糖水或蜜水，因糖水或蜜水易使病童腹瀉更嚴重。

(十一)請勿用符水或傳統秘方給予病童潤濕嘴唇或直接喝入，以免加重病情。

六、居家照顧注意事項

(一)泡奶及接觸病童前後須以肥皂洗手並擦乾。

(二)要用煮沸過的開水沖泡奶粉，奶瓶需正確消毒及存放，且避免接觸不潔物品。

(三)未經醫師許可，請勿任意更改牛奶的量、濃度、品牌。若輕微腹瀉時，牛奶可沖淡(10%或7%)，並搭配電解水補充水分，較大幼童可改食用米湯、稀飯、白吐司等食物。

(四)保持食具及玩具的清潔，培養全家良好衛生習慣。

(五)出院後如有腹脹、嘔吐、嚴重腹瀉、發燒及解血便的情況，應儘速就醫。

(六)避免出入公共場所及接觸其他腹瀉病童以免再度感染。

(七)根據資料顯示蛋殼上常有沙門氏菌，為避免沙門氏菌感染，買回來的雞蛋最好先洗乾淨再放冰箱或購買洗選蛋。

七、返院追蹤

出院後請依照醫師指示按時返診追蹤。

八、常見問題及回答：

(一)什麼叫做7%牛奶(半奶)? 什麼叫做10%牛奶?

答：全奶的濃度是14%，半奶的濃度是7%即是將奶粉濃度變稀

為原來的的一半，若原先一匙奶粉泡30cc，半奶時泡60cc；若原先一匙泡60cc半奶時泡120cc，依此類推。

10%牛奶即是將奶粉濃度變稀為原來的四分之三，若原先一匙奶粉泡30cc，10%牛奶時泡45cc；若原先一匙泡60cc，10%牛奶時泡90cc，依此類推。

(二)止瀉奶粉和普通奶粉有什麼不一樣嗎？

答：嚴格說，沒有「止瀉奶粉」這個名詞，應改為「腹瀉時的特殊配方奶粉」，和一般奶粉不同的是特殊配方奶粉內的乳糖改用其他糖類代替，營養成份與一般奶粉並無差異。腹瀉時病童對乳糖不易吸收，故暫時使用特殊配方奶粉，待病童消化功能恢復正常，再漸進式的換回一般奶粉。但並非每一個腹瀉病童都須換特殊配方奶粉，醫師會依病童腹瀉的輕重決定。至於特殊配方奶粉何時換成一般奶粉也應按照醫師指示更換。

(三)奶瓶要如何消毒？

答：(1)煮沸消毒法：

準備6-8支奶瓶，奶刷一支，專用的煮鍋一個，夾子一支。用具先用清水刷洗，尤其奶嘴及奶栓需分開才能徹底清洗乾淨。將玻璃奶瓶倒放入煮鍋，鍋內充滿水，水煮沸後再煮10分鐘，然後將奶嘴、奶栓、奶蓋一併放入鍋內煮3-5分鐘。若為塑膠奶瓶則和奶嘴、奶栓、奶蓋於水沸後同時放入煮3-5分鐘。將鍋內水倒乾，鍋蓋勿拿起，以鍋內熱氣蒸乾，再以夾子取出套好備用。

(2) 蒸氣消毒法：

蒸氣鍋的消毒需將奶瓶及奶嘴、奶栓及奶蓋洗淨後依照產品使用說明方式消毒，並應定期清洗蒸氣消毒鍋。

(四) 病童腹瀉，可以買運動飲料給他喝嗎？

答：運動飲料中的糖份太高，並不適合腹瀉病童使用，應以口服葡萄糖電解質液作補充，在藥局或各大醫院皆可買到。若在偏遠地區發現病童腹瀉，臨時找不到醫院或診所時，可飲用稀釋的運動飲料(避免因過高的糖份造成更厲害的腹瀉，可加開水以1:1的比例稀釋)，補充水分及電解質，若仍持續腹瀉則應儘速送醫，以免延誤治療。

出院後請依照醫師指示按時返診追蹤，若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務；出院後如有任何疑問，可利用馬偕紀念醫院健康諮詢專線：台北/淡水馬偕/兒醫(02)25713760，新竹馬偕/兒醫(03)5745098、台東馬偕(089)310150轉311。諮詢時間：週一至週五上午9:00~12:00，下午2:00~5:00。

祝您 平安健康