

## 認識嬰幼兒急性腸胃炎

### 一、何謂嬰幼兒急性腸胃炎

腸胃炎是嬰幼兒常罹患的疾病之一，主要是因細菌或病毒感染所引起，細菌性腸胃炎中，最常見的是沙門氏桿菌、大腸桿菌感染；病毒性腸胃炎中，以輪狀病毒感染佔最多數，輪狀病毒感染盛行於秋冬季，其他像腺病毒、諾羅病毒等亦常見。病程平均需一星期左右可自然緩解，但較嚴重者，有時症狀可持續至 2 週，且要注意出現血絲黏液便及腸穿孔或腹膜炎等併發症。

### 二、臨床症狀

典型症狀為嘔吐或腹瀉，常會合併腹痛、發燒、腹脹或食慾不振等症狀；症狀輕者數日可痊癒，嚴重者會引起脫水、低血糖、電解質不平衡，少部分會引起腸阻塞、抽搐或敗血症等危及性命之併發症

### 三、危險訊號

- (一) 嚴重的腹瀉或嘔吐。
- (二) 糞便中有血絲及黏液。
- (三) 持續的腹痛。
- (四) 持續高燒不退、活動力差或意識不清。

出現上述危險訊號較易發展為腸阻塞、腸穿孔、敗血症、腦膜炎等合併症，需特別注意。

### 四、照護措施：

- (一) 觀察有無脫水現象，如有尿液減少、嬰兒換尿布次數減少、嘴唇乾裂、哭泣時無淚水、皮膚乾燥無彈性、嬰兒之前囟門凹陷或嗜睡等均為脫水之表徵，應迅速就醫。
- (二) 保持臀部清潔乾燥，並注意有無尿布疹的情形。可在每次大小便之後，以溫水沖洗臀部，並用面紙吸乾水分，宜由前往後擦拭，避免重覆來回擦拭，以免造成泌尿道感染。一旦發生尿布疹，可依醫師處方於尿布疹處塗抹藥膏治療。

- (三) 如有腹痛、腹脹之情形，可依醫師處方使用藥物或在肚皮上順時針方向輕輕按摩，以消除脹氣，但需避開肚臍處。病情不穩定之病童，必要時醫師會給予插鼻胃管或肛管，以舒緩腸內壓力，避免腸子破裂。
- (四) 照顧者需注意自身及病童手部清潔，處理排泄物後，需特別注意手部清潔，避免交互感染。
- (五) 患童的玩具及親近物品（如：奶嘴）需保持清潔乾燥，避免交叉感染。
- (六) 注意居家環境及食物清潔，避免蚊蠅滋生。

## 五、飲食指導：

- (一) 應以清淡飲食為主，腹瀉避免油炸類或太甜之飲食，如蛋糕、果汁；嬰幼兒需採配方奶則建議採無乳糖或泡製半奶飲用。亦可食用白稀飯、吐司或蘋果等副食品替代；嬰幼兒若喝母乳則不在此限，但須注意餵食前乳頭清潔。
- (二) 適量補充水份及電解質，可使用腹瀉專用之電解質液。
- (三) 若無劇烈腹瀉、嘔吐、腹痛、腹脹或哭鬧不安之情形，在醫師允許之下，可嘗試進食米湯、白稀飯、白吐司或白麵條，以少量多餐之方式進食，等症狀改善後再慢慢增加食量。
- (四) 腹瀉情形較改善時，可嘗試其他不油膩的食物，如：蒸魚或雞胸肉等；水果及蔬菜可少量食用，並需細嚼慢嚥。至於以牛奶為主食的病童，可先以少量多餐方式餵食。