

腸胃炎

什麼是腸胃炎？

胃腸炎是指胃和腸（腸道）的感染。胃腸炎可以影響各個年齡層的人，並可引起嘔吐或腹瀉（或兩者皆有）。它也可能引起腹痛和發燒。

什麼導致胃腸炎？

胃腸炎通常由病毒引起，由細菌或寄生蟲引起的胃腸炎較少見。它可能來自受污染的食物或水，也可能是由於其他人不洗手（特別是在上廁所後、換尿布後或處理食物前）。

兒童患腸胃炎後很快就會發病。兒童特別是嬰兒，可能會因腹瀉和嘔吐導致迅速脫水。

急診部提供的治療

對於輕度脫水，口服液是最好的治療方法。您的孩子可能已在急診部接受口服或經鼻胃管（插入鼻腔通向胃部的管子）補液溶液治療。

不建議使用止瀉藥，也很少需要使用抗生素。

液體

當您的孩子不舒服時，給予定期飲品以防止脫水是很重要的。可以是水、稀釋的果汁或補液溶液。

稀釋的無果肉蘋果汁（一半水，一半蘋果汁）通常是急診部首選的補液溶液，在家裡也可以繼續使用。其他補液溶液可從超市或藥店購買（可能以冰棍的形式販售，也可以自己製成冰棍）。

不要給孩子喝含糖量高的飲料（包括一般的果汁、運動飲料或能量飲料），因為這可能會使腹瀉更嚴重。

如果您的孩子持續嘔吐，可以給予他們少量多次的飲品（例如，每 10 -15 分鐘一次）。使用針筒餵食可能會有幫助。隨著嘔吐症狀的緩解，可以增加水量並減少喝水的次數。您的孩子在清醒時應至少喝到以下建議的量。如果他們想喝更多也可以。如果嘔吐或腹瀉持續，他們將需要額外的液體來補充他們在身體不適期間流失的水分。

如果您的孩子在留院期間曾經接受過經鼻胃管的補液治療，由於他們可能不渴，所以一開始時可能喝得不多。



體重	每小時液體量 (清醒時)
8 – 10 公斤	40 – 50 毫升
10 – 12.5 公斤	50 – 60 毫升
12.5 – 15 公斤	60 – 75 毫升
15 – 17.5 公斤	75 - 90 毫升
17.5 – 20 公斤	90 – 100 毫升
20 – 30 公斤	100 毫升
30 – 45 公斤	125 毫升

食物

- 不要讓孩子挨餓。
- 喝母乳的寶寶應該繼續給母乳
- 牛奶和配方奶是安全的，不應稀釋。如果您覺得牛奶使他們的腹瀉變得更嚴重，則需要就醫。
- 讓孩子吃他們平常吃的食物。這可能包括米飯、馬鈴薯、麵包、穀物、瘦肉、酸奶、水果和蔬菜。但應避免非常甜的食物或甜食，因為這可能使腹瀉變得更嚴重。

何時就醫

- 如果您的寶寶不到 3 個月（嬰幼兒可能很快就發病）。
- 如果您的孩子持續嘔吐。
- 如果您擔心排稀便的次數過多，或者大便有血。
- 如果您的孩子拒絕喝水。
- 如果您的孩子腹痛嚴重。

如果您的孩子有脫水症狀，例如：

- 嗜睡或無精打采的
- 易怒
- 口乾
- 眼窩凹陷
- 尿量減少
 - 您的孩子連續 12 小時沒有排尿
 - 濕尿布的數量少於平常的一半
 - 尿液顏色很深，濃度很高。

該怎麼辦

- 只要您的孩子有腹瀉和嘔吐的症狀，就盡量讓他們遠離其他孩子，並盡量待在家裡，不要上學或日托中心。腹瀉可能需要多天（甚至幾周）才能緩解。
- 換尿布或與孩子玩耍後要洗手。
- 教導您的孩子上廁所後務必要洗手。
- 經常更換寶寶的尿布，並使用富含鋅的尿布膏，以防腹瀉刺激寶寶的皮膚。

如果您擔心

就去看當地的醫生或前往最近的急診部。



Government of **Western Australia**
Child and Adolescent Health Service

如有需要，本文件可以根據殘疾人士的要求以其他格式提供。

兒童與青少年健康服務
15 Hospital Avenue, Nedlands, WA, 6009.
電話：(08) 6456 2222
由急診部製作
參考號：303.12 © CAHS 2023

免責聲明：本出版物僅用於一般教育和資訊目的。如需任何醫療建議，請聯繫專業的醫療人員。
© 西澳州，兒童和青少年健康服務。