



高雄市長小港醫院

(委託財團法人高雄醫學大學經營)

腸胃炎照護需知

一、致病因

腸胃炎乃是腸胃黏膜發炎的疾病，所表現出來的可能是上腸胃道症狀，如噁心、嘔吐、食慾不振、腹瀉、腹部不適。

常見的原因有食物中毒、或食入各種病毒、細菌、毒素、寄生蟲所污染的食物和水、飲酒過量、過敏、情緒障礙等。

二、症狀及併發症

通常一開始會出現噁心、嘔吐、食慾不振、腹部絞痛及腹瀉，而後合併全身無力、肌肉疼痛、疲勞等現象。

當持續的嚴重嘔吐及腹瀉會產生脫水及休克，造成電解質不平衡現象；影響肌肉及神經系統時會出現腹部僵硬的現象。

三、治療方式

1. 藥物治療：以緩解症狀為主。
2. 支持性治療：必要時給予水份及電解質的補充，及採漸進式飲食(流質飲食→半流質飲食→軟質飲食→正常飲食)。

四、治療後

您的病情已經有所改善，可以回家休養。

為求順利康復，請注意並配合以下事項：

1. 若已經不嘔吐，但還在腹瀉時，只可以飲用清流質飲食(例如果汁、運動飲料、米湯等)。
2. 如果腹瀉已止而且會覺得餓，可以開始吃少量清淡且易消化的食物(如稀飯、白吐司、麵條等)。
3. 症狀未完全消失前不可吃喝油膩、酸辣刺激性的食物，

酒、咖啡、茶、可樂請勿飲用，水果除蘋果外也盡量少吃(最好暫時不吃)。

4. 定期服藥：請務必遵照醫師指示定時定量服用，藥物用完後如果尚有不適，請到胃腸內科、一般內科或是家醫科門診繼續追蹤治療。

五、如果有下列情形，請立刻回來複診

1. 嘔吐、腹瀉越來越頻繁。
2. 便中含有如鼻涕般的黏液、血或是可以見到寄生蟲。
3. 嚴重腹痛，特別是痛的地區與痛的方式有所變化。
4. 持續發燒超過 38.5⁰C。
5. 脫水，如嚴重口渴、皮膚變得乾皺且沒有彈性、尿的顏色變深或是尿量減少。

若有任何問題請電洽：

TEL：(07)8036783 轉 3119、3112~3115(急診室諮詢)

~小港醫院急診科關心您~