六、預防方法

1. 食物及飲水要煮熟， 不使用山泉水、 地下水等沒有經過加氯消毒的水源洗手、 澆水、 洗澡。
2. 食物保持新鮮， 避免吃隔餐的飯菜。
3. 照顧嬰幼兒的家長應注意個人衛生並正確洗手。
4. 嬰兒口服輪狀病毒疫苗， 可以預防輪狀病毒腸胃炎。

七、緊急送醫治療

1. 持續發燒超過 2 天。
2. 大便中出現血絲。
3. 嚴重腹痛、 腹脹或持續嘔吐。
4. 食慾、 精神、 活動力變差。
5. 出現體重減輕、 尿量減少、 哭沒有眼淚、 前囟門凹陷、 呼吸變快等脫水現象。



自我評量(是非題)

( )1. 腹瀉時要趕快吃止瀉藥， 以免拉到脫水。

( )2. 照顧諾羅病毒感染的兒童， 不可以用酒精性乾洗手液清潔雙手。

( )3. 腹瀉可以吃炸雞、 薯條來增加體力。

請寫下您的問題：

參考資料：

黃立琪(2022)．腹瀉．於陳月枝總校閱，*實用兒科護理*(九版二刷，530-534頁)．華杏。

制定日期：2002年11月

修訂日期：2024年3月（第十四版）

編碼：5736-單張-中文-003-14

兒童腹瀉的處理



護理部製作

諮詢專線：(04)7256652

諮詢專線服務時間：

週一到週六 上午8：00-12：00

週一到週五 下午1：30- 5：30

讚美專線：(04)7238595轉3920

抱怨專線：(04)7238595轉3925

網址：https://www.cch.org.tw/knowledge.aspx?pID=1

衛教單張

彰化基督教醫療財團法人

彰化基督教兒童醫院

CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION

CHANGHUA CHRISTIAN CHILDREN'S HOSPITAL

當您感到焦慮無助時，鼓勵您說出來，我們將陪伴您尋求相關支援及身心靈支持。

一、什麼是腹瀉？

腹瀉（拉肚子）是指排便次數突然增加，大便呈稀水狀，氣味聞起來與平常不一樣或有酸味等現象。

二、常見原因

1. 糞口傳播：吃到被病菌污染的食物或飲水。
2. 接觸傳染：接觸到帶有病菌的嘔吐物、排泄物或物體表面。

三、症狀



1. 細菌性腸胃炎：糞便較常出現血絲與大量黏液，常見細菌如：沙門氏菌、大腸桿菌。
2. 病毒性腸胃炎：明顯嘔吐與呼吸道症狀、糞便較少出現血絲與黏液，常見病毒如：輪狀病毒、諾羅病毒。

四、飲食原則：

1. 嬰兒：喝母奶者可正常喝母奶，喝配方奶者不建議稀釋沖泡，是否需要無乳糖配方奶粉則由醫師評估建議。
2. 幼兒：避免太甜與太油的食物。



3. 預防脫水：使用兒童專用的口服電解質液補充水分，運動飲料並不是理想的電解值補充液。
4. 臨床研究證據顯示，腹瀉期間給予補充益生菌可以有效減少腹瀉天數、減輕疾病嚴重度、縮短復原所需的時間。

五、照護注意事項：

1. 正確洗手，特別是照顧者在準備餐點前、處理排泄物後請加強洗手。
2. 輪狀病毒、諾羅病毒感染時，只能濕洗手，不可以使用酒精性乾洗手液。



3. 觀察糞便的次數及外觀，例如：稀水便、糊便、血絲便。
4. 食物及飲用水應確實煮熟，禁止跟患者共吃同一份食物。
5. 腹瀉期間，不建議自行服用止瀉藥，以免引起其他問題（併發症）。
6. 腹瀉期間，不建議使用肛門塞劑。
7. 排便後可用溫水清洗屁股，保持臀部清潔乾燥；嬰兒要常換尿片，預防尿布疹。

題號	1	2	3
解答	X	O	X