



屏基醫療財團法人屏東基督教醫院  
嘔吐、腹瀉病人返家注意事項

編號	ND 急-009
製訂日期	2003.08
六修日期	2019.06

經醫師診斷您的嘔吐、腹瀉是屬於急性腸胃炎，返家後請注意下列事項：

- 一、用餐前及上完廁所後，務必使用肥皂洗手，避免疾病的傳播。
- 二、除了口服藥外，請禁食 4-8 小時讓腸胃適當的休息。若仍有嘔吐情形請繼續禁食，嘔吐後請漱口，維持口腔清爽，增加舒適。
- 三、若有嘔吐情形，半小時內暫不進食，並避免吃油膩、辛辣或刺激性食物，可先以白稀飯為主(注意：肉鬆屬於油膩食物，應避免食用)。
- 四、發生嘔吐或腹瀉症狀的第一天請多補充水分，如：溫開水、加水稀釋的運動飲料、含糖量較低的果汁等，暫時勿喝乳製品以防脹氣不適。
- 五、第二天起觀察腹瀉改變情況，可漸進恢復飲食吃流質→稀飯→軟質。
- 六、遵照醫師指示服藥：服用止瀉藥時，為避免用藥過量造成便秘，故應小心留意排便狀況，如果排便變成糊狀時，可停止服止瀉劑。
- 七、如果有以下情況，請儘速就醫或回到本院複診：
  1. 持續腹瀉超過三日。
  2. 發冷、發燒。
  3. 劇烈腹痛。
  4. 嚴重嘔吐，以致完全無法進食。
  5. 嘔吐物出現血絲
  6. 皮膚乾燥，小便變少。
  7. 出現黑便、血便或是草莓醬狀大便。



屏基關心您 祝您早日康復