

腹瀉



地址：高雄市824燕巢區角宿里義大路1號

電話：07-6150011

網址：edah@edah.org.tw



本著作權非經著作權人同意不得轉載翻印或轉售

著作權人：義大醫療財團法人

表單編號：HA-1-0079(2)

義大醫療財團法人 20X20cm 2016.05印製 2012.05修訂

 義大醫療財團法人 編印
E-DA HEALTHCARE GROUP

腹瀉

一、定義：

指大便的含水量或頻率增加或兩者都增加。
(24小時糞便應大於250克，含水份大於150毫升)。

二、腹瀉原因：

1. 濾過性病毒或細菌
2. 吃下不潔食物
3. 壓力：情緒上的壓力也會造成腸胃痙攣而腹瀉
4. 飲酒過度
5. 抗生素類的藥物：易造成腸胃道內益菌生態破壞。
6. 喝下未經過濾消毒的水：水中含有會侵入腸部的梨形鞭毛蟲，或其他寄生蟲、阿米巴變形蟲等也會發生腹瀉。
7. 甲狀腺機能亢進。

三、徵候與症狀：

1. 排出鬆軟、水樣的糞便。
2. 排便次數頻繁。
3. 腹痛或腹部痙攣疼痛。

四、治療照護：

1. 請醫師診療，針對原因，消除致病因素。
2. 補充水分與電解質：輕度腹瀉可服用水份或電解質液（例如：舒跑），嚴重腹瀉合併脫水則需點滴注射。

3. 牛奶：如對乳糖耐受不良，應盡量減少牛奶之食用，多食用清淡之米飯稀飯，腹瀉初期或輕度腹瀉可先餵哺稀釋之普通奶粉，若情況未改善或嚴重腹瀉或長期腹瀉者需立即看醫生。
4. 居家護理衛教。
5. 教導維護肛門皮膚的完整性。
6. 避免產氣食物。

