

# 小兒腸胃炎的處理

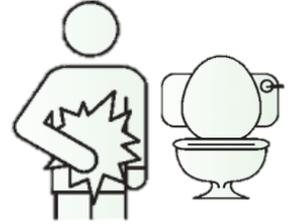
## 簡介

腸胃炎是一種常見的小兒疾病，一般很快便會痊癒。但如果處理不當，可引至嚴重的併發症，甚至死亡。

## 病原

### 1. 感染性：

- 細菌：例如沙門氏菌、志賀桿菌、彎曲桿菌；
- 病毒：例如輪狀病毒、腺病毒；
- 寄生蟲：例如賈第蟲。



### 2. 非感染性：

- 化學品所引致的：例如『毒菜』。

大多數的腸胃炎是因感染病毒或細菌而引起的，主要的傳染途徑是進食不潔食物或飲用污染的水。冬天以輪狀病毒較為常見，夏天則以沙門氏菌感染為多見。

## 病徵

小兒一般有食慾不振、發熱、嘔吐、腹痛及腹瀉等徵狀。

## 影響

### 1. 脫水

嚴重的嘔吐與腹瀉可引致脫水，故當幼兒腹瀉次數頻密或加劇時，父母要小心留意孩子是否有脫水的跡象，例如：口腔與舌頭異常乾燥、皮膚失去彈性、小便量顯著地減少、孩子可能會顯得煩躁不安，甚至神情呆滯等。如孩子有以上情況或父母有任何疑惑，便應盡早帶孩子去見醫生。



### 2. 電解質失調

嘔吐或腹瀉可引致身體內電解質大量流失，令身體的機能受到影響。

### 3. 腸胃黏膜受損

這會引致腸胃暫時不能吸收乳糖或高脂肪的食品，可能令腹瀉加劇。

### 4. 其他併發症

嚴重脫水及電解質失衡可引致抽搐、心律異常、休克、腎臟及多個器官衰竭、甚至死亡。

## 護理須知

### 1. 預防及治療脫水

- 病情較輕者，可照常進食，但需多喝開水。
- 病情較重者，應服用特別為腹瀉而配方的口服電解糖液。
- 如口服補充水份無效或有嚴重脫水的情況，孩子便需要接受靜脈輸液。
- 在腸胃炎初期，孩子的嘔吐會較嚴重。如果一次性飲用大量的水份，很易會引致嘔吐，可使用匙羹或針筒分幾次餵服。

### 2. 飲食

應儘早進食易於消化、吸收和營養均衡的食品。

#### 何時可以進食？

應儘早進食以補充水份和維持均衡營養。

#### 可進食甚麼食物？

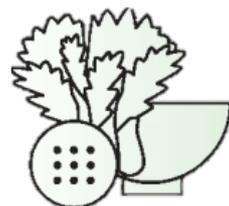
現時市面的嬰兒配方奶粉通常都毋需稀釋就可以安全地使用，故除非經醫生指示，孩子無需轉用特別配方的奶粉，而母乳餵養的小孩亦可繼續哺乳。

但也有小部份患者會因腸胃炎導致暫時性的乳糖吸收不良，他們就應按醫生的建議轉用低乳糖奶粉(如豆奶或其他特別配方的奶粉)。

其他食物選擇包括粥、飯、粉麵、薯仔、餅乾和新鮮蔬果等。

#### 不宜進食的食物

高糖份、高濃度的飲料(如未經稀釋的果汁、汽水)、油膩煎炸食物。



### 3. 藥物

- 一般腸胃炎是不需要服用抗生素的，濫用抗生素可能會引致腹瀉及延長帶菌時間，只有在個別情況下，醫生會針對某些特別的腸胃炎而處方適當的抗生素。
- 避免給患上腸胃炎的小兒服食止瀉藥
  - 止瀉藥或者能抑制腹瀉的症狀，但幼童服用後，可能會產生嚴重的副作用，如腸癱瘓、昏睡或呼吸停頓，因此應盡量避免使用。止瀉藥亦會令腸道蠕動減慢，令病菌有機會滯留在腸中，繼續繁殖，令病情延長及惡化。

### 4. 注意衛生，防止交叉感染

- 進食、開奶及餵哺前，如廁及替兒童換尿片之後，必須洗手。
- 如用奶瓶餵飼嬰兒，必需遵從嚴格的消毒程序；未飲完的奶類要立即棄掉。
- 用過的尿片，要放進指定之膠桶內，並將膠桶蓋好。
- 住院期間要依照醫護人員的指示，注意衛生和遵守各種隔離護理的措施。



## 5. 皮膚護理

腹瀉期間，肛門周圍皮膚容易受刺激而出現紅疹及破損，所以家長需注意保持孩子臀部皮膚清潔乾爽，適度增加更換尿片的次數，大小便後要用清水清潔和輕輕擦乾臀部皮膚，有需要時按醫生指示塗上保護性藥膏。

## 腸胃炎出院後須知

孩子回家後，家長仍需注意下列事項：

1. 早期可能仍有輕微嘔吐及腹瀉，應繼續留意飲食治療。
2. 注意個人衛生：  
進食、開奶及餵哺前，如廁及替病童換尿片之後，必須洗手，養成良好的個人衛生及飲食習慣。
3. 應照醫生的囑咐，按時服藥。
4. 飲食方面：
  - 食物要保持新鮮，並要清洗乾淨。蛋、肉類及海產要徹底煮熟才進食。
  - 注意奶瓶的消毒方法和食具的清潔。
  - 待用的熟食要蓋好，並避免與未煮熟的食物放在一起。

