

# 佛教慈濟醫療財團法人台北慈濟醫院急診

## 嘔吐、腹瀉之護理指導

您已經過妥善治療，但返家後仍有若干事項需加以注意，若有任何疑問，請電洽本院急診，電話：02-66289779-2113

一、嘔吐、腹瀉的病患可能會有許多不適的症狀，如噁心、解水便、腹痛、全身虛弱等，所以維持適當的營養、水份和增進舒適是很重要的，應特別注意。

二、嘔吐：

1. 保持呼吸道通暢，維持側臥姿勢。
2. 觀察嘔吐物的量、顏色、味道、性質。
3. 嘔吐後保持口腔清潔。
4. 若有持續性或噴射狀嘔吐，請立即就醫。
5. 禁食 6-8 小時，可進食時，應少量多餐，並採清淡易消化之食物，如清湯、稀釋一倍的運動飲料、去皮土司、燙青菜、水煮米粉或麵條。
6. 1.水分及電解質的補充，多喝開水及運動飲料，避免脫水。
7. 2.如持續腹瀉或嘔吐，應禁食一至二餐，等症狀緩和後再
8. 進食，禁食期間保持水份及電解質的補充及藥物治療。
9. 3.開始進食應以清淡不油膩為主(如稀飯)，由少量開始，
10. 再慢慢增加。

三、腹瀉：

1. 觀察糞便的量、性質、顏色、味道。
2. 持續性腹瀉或症狀未改善時，如血便、黏液便等，請立即就醫，並將排泄物
3. 一些帶至醫院化驗。
4. 保持肛門部位的清潔及乾燥。
5. .避免乳製品(如鮮奶，優酪乳等)、蛋類、海鮮等食物。
- 6.如有下列情況，請儘快就醫。
  - .1 持續發燒
  - .2 血便或黏液便
  - .3 症狀持續而出現嚴重脫水現象，如心悸、頭暈、
  - 4 冒冷汗甚至昏倒
  - 5.嚴重腹脹或腹痛

