

嬰幼兒腸胃炎

一、腸胃炎之原因

小兒腸胃炎主要是因病毒或細菌入侵腸胃而引起，由於飲食或衛生習慣不良、接觸受汙染的物品(如嘔吐物、糞便)或呼吸道感染續發之腸胃道感染。急性腸胃炎的定義是糞便的性狀改變，在 24 小時內有 3 次以上的水便，有可能伴隨發燒和嘔吐。最常見的致病源以病毒或細菌佔多數，病毒性腸炎包括輪狀病毒、諾羅病毒、腺病毒，細菌性腸炎則以沙門氏菌、痢疾桿菌為主。

二、腸胃炎之症狀

當感染輪狀病毒時會發燒、嘔吐及拉出發酵臭味的黃白色大便(似蛋花)，一天會拉到十次以上；若感染諾羅病毒會嘔吐持續二天以上，也會腹痛及腹瀉，若是細菌性腸胃炎大便中所含水份較病毒性少，最常見是黏液便或血便，典型沙門氏菌之大便「像長滿青苔的汙泥摻雜番茄醬」。當嚴重腹瀉時，進一步的臨床表現會出現脫水的症狀包括：體重下降、口唇乾燥、皮膚無彈性、眼球凹陷及變乾、哭泣時沒有眼淚、小便減少(一天少於六次溼的尿布)，甚至會發生心跳加快、呼吸急促、血壓降低、抽搐等危險狀態，因此當發現嬰幼兒精神變差、食慾下降不喝水、即是脫水的徵兆，必須儘快就醫。

三、腸胃炎之照顧原則

(一)首要原則是避免脫水，補充適當的體液電解質，可選擇口服電解質液，可稀釋牛奶、半乳糖奶粉餵食，清淡飲食如蘋果汁、米湯加少許鹽、稀飯、白饅頭、白吐司、蘇打餅乾或其他低纖維好消化食物代替；嬰兒則繼續母乳哺餵來維持應有的營養，母親不要攝取太油食物。嚴重腹瀉先禁食讓腸道休息後，並給予靜脈點滴注射避免脫水來維持電解質平衡。

(二)腸胃炎嬰幼兒之紅臀的預防及照護

應勤換尿布，並於每次排便後用清水清潔臀部並保持乾燥。另外可於肛門周圍塗擦凡士林或氧化鋅軟膏使用，防止糞便對皮膚之傷害，若嬰幼兒之臀部有破損情形，盡量保持皮膚通風乾燥。

(三)養成良好衛生習慣：

1. 正確洗手，在接觸嬰幼兒的前後或出入公共場所都應加強清潔洗手。

2. 嬰幼兒的餐具及玩具需使用消毒清潔劑清潔。
3. 注意居家環境的清潔及確認供水和排汙系統的衛生。
4. 飲用煮沸的開水，勿食用生水或山泉水。
5. 調理食物時應將生食熟食分開，注意飲食清潔。
6. 養成良好的衛生習慣，從小做起，病菌不入侵，身體保健康。

參考資料:

- 王盈翔(2016)・冬季的腸胃炎－諾羅病毒的感管原則・醫療品質雜誌・10(6)，82-87。
- 曾瑞如(2017)・冬季好發病毒性腸胃炎兒童成人都要小心・彰基院訊・34(11)，8-9。
- 陳月枝總校閱 (2021)・實用兒科護理(9版)・華杏。

諮詢電話02-26723456轉6919、6961

行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院