



兒童腸胃炎照護須知







阮綜合醫院
YUAN'S GENERAL HOSPITAL
阮綜合醫療社團法人
YUAN'S GENERAL HOSPITAL

2018/01 製訂、2025/01 審閱

- 一、 **腸胃炎**：指胃、小腸或大腸的發炎。
- 二、 **傳染方式**：主要透過糞口途徑傳播，如：食用受汙染的食物或水、與病人密切接觸（如：與病人共食；接觸到病人的分泌物）。
- 三、 **臨床症狀**：主要為腹瀉和嘔吐，也可能有頭痛、發燒、腹痛、胃痛、噁心、肌肉酸痛等症狀，通常感染後 1-3 天開始出現腸胃炎症狀，症狀可持續 1-10 天。
- 四、 **飲食衛教**：


避免吃 

- 油炸煎炒 
- 高糖分食物 
- 纖維粗的 
- 乳製品 
- 辛辣食物 

可以吃 把握前面3原則基本上都可以吃！

料理方式盡量水煮。
清湯類、避免過度調味的都可以吃

蘋果、香蕉、蒸蛋、清湯、蔬菜菜葉部分、蘇打餅乾…



圖引自 <https://reurl.cc/kagKZd>

五、 照護須知：

1. 注意個人衛生，備餐前、進食前、如廁後及照顧病人後（包括為嬰幼兒更換尿布後），皆應注意手部清潔。

2. 避免生食，海鮮類應徹底煮熟再食用；與他人共食應使用公筷母匙。
3. 污染的衣物、床單應立即更換，並以漂白水消毒環境或器物表面。
4. 以溫和之中性肥皂及清水清洗臀部，並以純水濕巾擦拭，以免刺激皮膚。
5. 注意臀部有無尿布疹及發紅的情形。



圖引自 <https://reurl.cc/Rym3re>