

一、什麼是急性腸胃炎？

是細菌、病毒、食物毒素、農藥食物交互化學作用或污染引起腸胃黏膜發炎。

二、常見的症狀？

有輕微嘔吐、腹瀉、持續嘔吐、伴腹部絞痛等症狀，有時可能合併胃痙攣，發燒併水狀腹瀉，依發炎程度有所不同。嚴重時可能會有血絲黏液便、高燒不退、腹部絞痛，其中以細菌性腸胃炎較為嚴重，容易出現腸胃出血，腸穿孔破裂，甚至腹膜炎之併發症發生。

三、急性腸胃炎的分類

1. 細菌性腸胃炎：

最常見為「沙門氏菌感染」，通常發生在夏季，糞便中常帶有血絲及粘液。

2. 病毒性腸胃炎：

最常見為腺病毒、輪狀病毒及諾羅病毒，通常發生在冬季，糞便性質常為水便。

四、治療的方法：

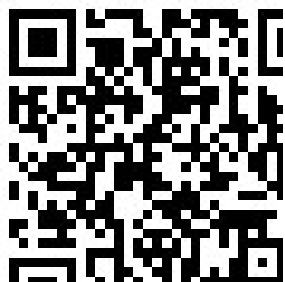
1. 以治療腹瀉所引起的脫水為主，而非殺死細菌。
2. 補充水份或靜脈注射點滴，補充因腹瀉所喪失的水份、電解質。一般人若水份補充足夠，則 1~2 天即可減輕腸胃炎之症狀。
3. 若腹瀉及腸道症狀嚴重，則可先禁食一段時間。
4. 減少食物之攝取，使腸道充份休息，應採取少量多餐的方法進食，並盡量食用清淡、低渣的食物(例如：米湯、運動飲料、不含糖類果汁等)。
5. 觀察大便的次數、顏色及性質，尤其注意有無出現血絲及粘液。
6. 注意體溫變化。

五、日常自我照護

1. 如廁後、進食或準備食物前務必洗手，需要時可用肥皂或洗手液。
2. 避免生食或未煮熟的食物，並飲用煮沸之開水。
3. 若出現嘔吐或腹瀉情形，除少許水分攝取外，暫勿食用奶類製品。

4. 夏日保存食物新鮮度不易，需小心處理新鮮之食材，儘量避免攝取未煮熟之食物，若需食用，則必須注意食物之新鮮度以免感染急性腸胃炎。

內科衛教系列（14）



護理部印製

諮詢專線:03-3613141 轉
3581.3582 (5A 病房)
3583.3584 (5B 病房)
7585.7586 (5C 病房)

109.07 版 822271 B42440

急性腸胃炎



聖保祿醫院