

兒童嘔吐及腹瀉注意事項

嘔吐:

暫時禁食數小時。如口渴，可嘗試給少量水份潤喉，但避免喝大量水又引發第二波嘔吐。如持續嘔吐，應該找醫師診療，檢查體內有無脫水或電解質變化，必要時要給予輸液治療。

腹瀉:

先禁食讓腸胃休息。此期間給小兒喝醫囑之「葡萄糖電解質溶液」，儘量不定時飲用，但要避免喝未稀釋運動飲料，因其太甜會使腹瀉更厲害。八小時後如腹瀉改善，以奶為主食的嬰兒可試給半奶(水份一樣但奶粉量減半)，大一點的病兒可停吃牛奶，開始吃些米湯、開水沖的米麥糊，或稀飯、土司等不油不甜的清淡食品。

一至三天如腹瀉未改善，不宜繼續吃沖淡之奶粉（任何奶粉都不該長期沖淡使用），而改用特殊配方奶粉（如含牛奶蛋白之去乳糖奶粉、含植物性蛋白之去乳糖奶粉），以減少對腸道之刺激，此時原來的奶要完全暫停，直至腹瀉好轉，再慢慢調整回來。

義大醫療財團法人義大醫院 急診部關心您