

# 高雄榮民總醫院護理部護理指導單張

科別	兒童醫學部	編號：5000036
主題	腹瀉寶寶的照顧	2004.11.25 訂定
製作單位	32 病房	2024.04.29 八修

## 一、定義

腹瀉是指寶寶排便次數比平常多或解水樣大便。持續腹瀉會導致脫水、電解質不平衡或意識改變。

輕度脫水：是指寶寶體重下降 5% 以下，會出現輕微口渴症狀。

中度脫水：體重減輕 5-9%，呈現不安、口渴、唇乾、眼眶凹陷、眼淚減少及尿液減少症狀。

嚴重脫水：體重減輕 10-15%，且出現躁動不安、嗜睡、發燒、前囟門深凹、皮膚乾扁、無眼淚、尿液極少、尿液顏色變深。

## 二、腹瀉常見的原因

- (一) 腸道感染：病毒、細菌、寄生蟲感染。
- (二) 腸道發炎：如潰瘍性結腸炎或克隆氏症。
- (三) 飲食：食物或牛奶蛋白質過敏、乳糖不耐症、食物中毒。
- (四) 藥物：長期服用抗生素，導致腸內正常菌叢的生長受抑制。

## 三、治療

- (一) 依醫師指示補充口服電解質液及靜脈輸液補充體液電解質。
- (二) 醫師會視病情，使用止瀉藥、整腸藥或抗生素治療。

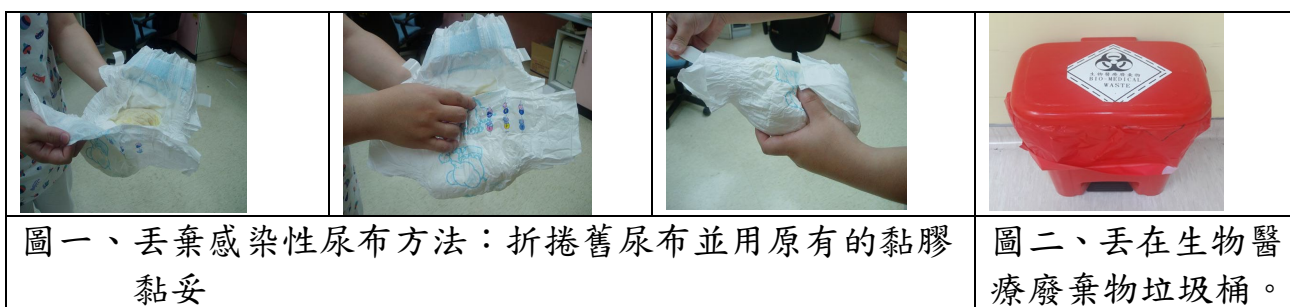
## 四、如何照顧腹瀉寶寶

### (一) 食物

1. 採溫和清淡飲食：根據腸道耐受度，可少量多餐進食，如白吐司、白饅頭，白稀飯、白飯及含果膠的水果如香蕉、蘋果等。原則上採適合寶寶年齡的飲食，不要太油、太甜皆可，也不要一次吃太多。
2. 持續哺餵母乳：易吸收，且含乳鐵蛋白，增加免疫力。
3. 餐具確實清潔晾乾，不吃生食。
4. 觀察每次排便：注意大便的性質、次數、形狀及尿量。

### (二) 培養個人衛生習慣

1. 請勤換尿布，更換尿布前後須洗手，減少交互感染，將尿布丟在可燃垃圾袋，如為感染導致的腹瀉，在醫院則依照醫護人員指示，請丟在生物醫療廢棄物垃圾袋中（圖一~圖二）。



2.照顧者與寶寶皆應剪短指甲。餐前及排便後用肥皂洗手或酒精乾洗手，定期清洗玩具以維護衛生。

(三) 配方奶沖泡及奶瓶消毒

- 1.沖泡配方奶前先洗手，且沖泡之開水須完全煮沸。
- 2.六個月以下嬰兒使用的奶瓶、奶嘴，應每日清潔煮沸或蒸汽消毒。
- 3.哺餵配方奶者，依醫師指示可改喝無乳糖配方奶。

(四) 預防皮膚損傷

- 1.不用肛門塞劑：避免刺激腸道。
- 2.用溫水沖洗會陰及肛門周圍後拭乾，並觀察寶寶皮膚有無發紅或起疹子，若有異常應告知醫護人員。必要時，臀部可塗抹凡士林、氧化鋅或護膚藥膏，隔離寶寶的皮膚與尿便。

(五) 出院藥物指導

- 1.服用輕度止瀉藥物者，應於飯前 30 分或飯後 2 小時服用，且與食物或其他藥物隔開。
- 2.若大便型態漸漸改善，應減少藥物服用頻次，不可斷然停藥，配方奶也要以循序漸進的方式調回正常濃度。

五、何時需要找醫師協助

如果寶寶持續腹瀉、嘴唇乾裂、小便減少、糞便帶血、發燒伴隨抽搐、精神狀況或活力變差等，應趕快送醫就診。

諮詢電話：

平日：高雄榮總兒童醫學部 門診：週一~週五 07- 3422121 轉 77002

晚間及假日：高雄榮總兒童醫學部 急診室：07- 3468157

32 病房：07- 3468032

高雄榮總關心您的寶寶，期待他們早日康復。

參考資料

邱淑君、許家愷、謝宗廷、胡絲絮、吳靜怡、林智暉(2020) . 臺灣腹瀉群聚之非例行性病原感染概況. *疫情報導*, 36(18), 292-299。

黃立琪(2023) . 兒童常見消化系統問題及其護理. 於陳玉枝總校閱, *實用兒科護理-基礎觀點* (一版, 429-432 頁) . 華杏。

Suniega, E. A., & Frasca, J.(2020). Probiotics to prevent antibiotic-associated diarrhea in children. *American family physician*, 101(5), 377-383.

圖一、「丟棄感染性尿布方法」高雄榮民總醫院 32 病房·黃素枝(2024) 拍攝授權使用。

圖二、「丟在生物醫療廢棄物垃圾桶」高雄榮民總醫院 32 病房·黃素枝(2024)拍攝授權使用。

備註：每年審閱一次

**所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法提供任何醫療行為和取代醫師當面診斷，若有問題，請向門診醫師或原住院病房諮詢！**