

急性腸胃炎(腹瀉、嘔吐)衛生教育指導

急性腸胃炎就是消化道因感染病毒(常見諾羅病毒跟腺病毒)、細菌、或是其他病原體而產生發炎的情形。主要是致病原污染手部而進入口中所感染，造成嘔吐、嚴重的水瀉和發炎反應。一般症狀可以持續1-10天左右，病程的長短取決於所感染的病毒種類及個人的免疫力。對於因嘔吐或腹瀉流失體液及電解質而又無法補充的人，可能導致脫水及電解質不平衡(頭暈、口舌乾燥、心跳加快、尿液解少變黃、虛弱無力、血壓下降)。

1. 溫和清淡飲食，避免牛奶豆漿類製品、油膩、刺激性食物，必需依靠牛奶時，減少牛奶濃度。
2. 若症狀改善時，可先飲用少許溫開水，觀察約30分鐘，若無不適症狀，則可開始食用清淡飲食，但需少量多餐。
3. 若以上處理皆未使改善且嚴重或有脫水現象(嘴唇乾燥、尿液顏色深黃、皮膚乾燥、感覺很虛弱)應儘速就醫。
4. 落實用熱水跟肥皂洗手；患者嘔吐或是糞便污染的衣物床單要跟其他人的衣物分開洗。患者使用過的家電、家具，可使用漂白水擦拭。

羅東聖母醫院 敬祝健康

急性腸胃炎(腹瀉、嘔吐)衛生教育指導

姓名：		病歷號碼：		生日：____年____月____日	
指導對象	指導日期	指導方式	指導評值	指導者簽名	接受指導者簽名
<input type="checkbox"/> 病患 <input type="checkbox"/> 家屬					
指導方式說明(可複選)：講述→T1；衛教資料→T2；示教→T3。 指導評值說明(可複選)：完全錯誤或不會→R1；正確說出部分內容→R2；能完全說出內容→R3；能正確執行部分技術→R4；能完全正確執行→R5。					