



腹瀉之護理指導

97.05 制定、100.05 1 修、112.09 2 修、11403 3 修

- 一、因多次腹瀉會使肛門周圍粘膜發紅或疼痛，所以每次排便後宜使用細軟衛生紙沾濕輕柔擦拭，亦可用溫水清洗肛門口周圍。
- 二、請暫時性(6-8 小時)禁食，情況改善時，先以少量多餐方式，慢慢增加攝取清淡易消化食物，如：米湯；應減少乳製品、豆類等易脹氣食物，亦應避免食用過甜、油炸刺激性、不新鮮、未煮熟之食物或酒精性飲料。
- 三、切忌自行服用藥物，以免延誤病情。
- 四、生活規律正常保持愉快的心情及充足的睡眠。
- 五、如果有下列情況，請立刻就診：
 - (一) 腹瀉伴隨嚴重的腹部痙攣、頭昏、發冷、嘔吐或發燒超過攝氏 38°C。
 - (二) 腹瀉持續兩天以上(三歲以下的幼童持續一天，六個月以下的嬰兒持續八小時以上時)。
 - (三) 有嚴重脫水現象，如：口渴、眼窩凹陷、唾液黏稠、頭暈、虛弱、尿液暗黃或尿量減少等；脫水現象對老人及小孩特別危險，應特別小心。
 - (四) 糞便帶有血絲、黏液、寄生蟲或呈柏油色(有些藥物和鐵劑也會造成黑便，可詢問開藥醫師)。

祝您早日康復

※急診諮詢電話：04-22033178 轉 525059

國軍臺中總醫院中清分院急診室 關心您