** 腹痛病人之護理指導**

**10312審閱**

有些急性腹痛，早期症狀並不明顯或因藥物使用得以緩解，此時仍需密切觀察，如有下列症狀出現時請立即就醫：

1.發燒。

2.持續腹脹、噁心、嘔吐及腹痛。

3.腹部反彈痛（咳嗽或移動時感到腹痛）。

4.盜汗、皮膚濕冷及蒼白。

**◎注意事項：**

1.急性期請盡量臥床休息，輕微噁心、嘔吐、腹瀉，先禁食6小時，禁食期間可補充電解質飲料（如運動飲料）。。

2.觀察期間應注意腹痛發生的時間、性質（絞痛、悶痛）、持續時間、疼痛範圍是否固定、疼痛程度是否加劇，有無逐漸擴大或轉移。

3.飲食應先少量多餐及攝取清淡飲食為原則，可先由軟質或半流質食物開始，再慢慢恢復正常飲食。

4.避免暴飲暴食，養成三餐定時定量，細嚼慢嚥的好習慣。

5.避免食用易引起脹氣食物，例如牛奶、豆漿。

6.應戒煙、酒，並避免刺激性食物，如辛辣、酸、胡椒、芥末等食物，咖啡、可樂等飲料。

7.生活規律，睡眠充足，常保持愉快心情。

8.定期返回門診追蹤及治療。

***祝您早日康復***

※**急診諮詢電話：04-23934191轉525434**

***國軍臺中總醫院急診室 關心您***