

屏東榮民總醫院護理部護理指導單張

科 別	兒童醫學部	編號：衛教-兒-09
主 題	腹瀉寶寶的照顧	2023.03.01 訂定
製作單位	嬰兒中重度病房	

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。

輕度脫水：是指寶寶體重下降5%，例如：一位體重10公斤的孩子，若體重減輕5%，則 $10\text{kg} \times 0.05 = 0.5\text{kg}$ ，表示體重減少了0.5公斤，剩下9.5公斤，會出現輕微口渴症狀。

中度脫水：體重減輕5-10%，呈現不安、口渴、唇乾、眼眶凹陷及尿液減少症狀。

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、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、原蟲感染。
- (二) 腸道發炎:如潰瘍性結腸炎。
- (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。

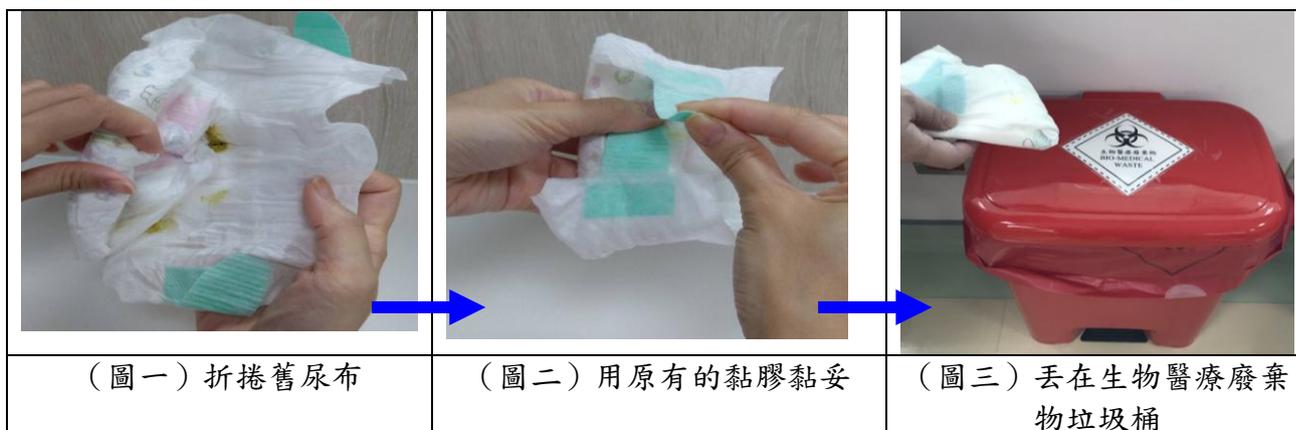
三、臨床治療

- (一) 依醫師指示補充口服電解質液。
- (二) 靜脈輸液補充體液電解質。
- (三) 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) 觀察每次排便：注意大便的性質、次數、形狀及尿量。
- (二) 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。
- (三) 持續哺餵母乳：易吸收，且含乳鐵蛋白，增加免疫力。
- (四) 哺餵配方奶者，依醫師指示可改喝無乳糖配方奶。
- (五) 不用肛門塞劑：避免刺激腸道。
- (六) 預防皮膚損傷：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，臀部可塗抹凡士林或氧化鋅藥膏，隔離寶寶的皮膚與尿便，臨床實驗證明凡士林可有效減少刺激及尿布疹。

(七) 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，則依照醫護人員指示，折捲舊尿布(圖一)，並用原有的黏膠黏妥(圖二)，丟在生物醫療廢棄物垃圾桶(圖三)。



屏東榮民總醫院(嬰兒病房)授權使用

(八) 培養個人衛生習慣：照顧者與寶寶皆應剪短指甲。餐前及排便後用肥皂洗手。

(九) 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，以70°C以上開水沖泡。
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. 餐具確實清潔晾乾，不吃生食。

(十) 出院藥物指導

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；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：

週一~週五：兒童門診：08-7557885 轉 85030

晚間及假日：急診室：08-7557885 轉 88130

嬰兒中重度病房：08-7557885 轉 85070

兒童病房：08-7557885 轉 86320

屏東榮總關心您的寶寶，祝寶寶早日康復。

參考資料

屏東榮民總醫院感染管制手冊(2023年，5月11日)·第三篇醫療照護相關感染防

治措施·2018年新版醫療照護相關感染之種類及定義隔離防護措施·取自
<https://acm02p.vghks.gov.tw/KM/preview.aspx?documentid=482498&ver=1&filename=2008%e5%b9%b4%e6%96%b0%e7%89%88%e9%86%ab%e7%99%82%e7%85%a7%e8%ad%b7%e7%9b%b8%e9%97%9c%e6%84%9f%e6%9f%93%e4%b9%8b%e7%a8%ae%e9%a1%9e%e5%8f%8a%e5%ae%9a%e7%be%a9.pdf&type=file>

王翊如、黃素枝 (2021)·照顧一位感染大腸桿菌併發腦膿瘍術後嬰兒之護理經驗·*榮總護理*，38(1)，93-99。

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。

陳月枝、黃靜微、林元淑、張綠怡、蔡綠蓉、林美華...周治蕙等(2019)·兒童消化系統疾病及其護理·黃立琪編著，*實用兒科護理學*(八版，529-533 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、尿布丟棄感染性垃圾桶，屏東榮民總醫院(嬰兒病房)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！