



急性腸胃炎

Acute Gastroenteritis, AGE

一、什麼是急性腸胃炎：

是指腸胃道的黏膜遭受細菌、病毒的侵入，造成腸黏膜及胃黏膜的發炎。

二、致病原因：

大部分是食用不清潔的食物或者污染的水，或飲食的製作或用具不清潔，以及烹調者的衛生習慣不良所引起的夏季常見疾病。

三、症狀：

肚子痛、腹脹、噁心、嘔吐、解多次的稀便或水便。

四、臨床處置：

- (一)暫時禁食，讓腸胃休息。
- (二)待症狀減輕時，再經口予清淡飲食。

五、飲食：

- (一)採清淡飲食，例如：白土司、蘋果汁、稀飯，並由少量多餐開始。
- (二)勿食冰冷、刺激性及易造成腹脹的食物，如：牛奶、蛋、豆製品及酸辣的食物。

六、居家照顧：

- (一)安靜臥床休息，使腸胃蠕動減慢。
- (二)注意補充水分，可補充運動飲料（運動飲料請與溫水對半稀釋飲用）。
- (三)就醫後需要定時服用藥物，切勿隨意添加任何自行處方之藥物。
- (四)若依醫囑服藥後症狀仍嚴重未緩解時，請立即就醫。

參考資料

- 白宗平、許馨尹(2014)免疫力正常之成年人的感染性腹瀉。家庭醫學與基層醫療，30(8)，228-233。
- 尹筱婕、柯識鴻、簡英雅、陳紀雯(2011)。急性腸胃炎患童之出院護理指導。輔仁醫學雜誌，9(3)，163-177。
- 高以信、柯美伶、蘇盈惠(2010)。癌末病人腹瀉之處置。安寧療護雜誌，15(3)，342-357。