



## 小兒嘔吐 Vomiting in Children

### 一、什麼是嘔吐：

嘔吐是指胃內容物從口中強力嘔出，通常伴隨噁心作嘔的症狀，嘔吐在幼童期很常見，通常不須特定治療就能痊癒，但嚴重時有可能出現脫水、電解質不平衡、營養不良、吸入性肺炎、馬魏氏症候群(出現遠端食道黏膜的撕裂傷)等合併症

### 二、原因：

小兒嘔吐最常見的原因是腸胃道發炎，其餘可能是感染其他疾病的非典型症狀如腦膜炎、敗血症、泌尿道感染、上呼吸道感染；構造異常如腸扭轉、腸阻塞；或代謝性疾病。消化導感染或服用毒物後出現噁心及嘔吐是一種保護性機制，可使體內毒物排出

### 三、居家照護方式：

- (一) 孩童發生嘔吐時，應保持鎮靜，維持呼吸道通暢為首要注意事項，若臥床時應維持側臥姿勢。嘔吐厲害時，嘔吐物有可能自鼻腔湧出，請立即清除鼻腔嘔吐物，保持呼吸道通暢，以避免嘔吐時吸入嘔吐物，造成窒息或肺炎
- (二) 小兒嘔吐時容易受驚，可輕輕摟抱給予安撫。嘔吐後可漱口，保持口腔清潔，並避免因嘔吐物味道引發的再次嘔吐
- (三) 注意是否有脫水情形，輕度如嘴乾、口渴，中度脫水如六小時以上未解尿、哭泣無眼淚、雙眼凹陷、手腳冰冷、精神萎靡。若嘔吐但沒有脫水情形，則可維持正常飲食；脫水則需就醫補充水分及電解質
- (四) 仍在哺餵母乳的嬰兒如有嘔吐情形，除非醫師有其他建議，否則可繼續母乳哺餵，因母乳更容易消化；若嬰兒剛吃完母乳就吐，可嘗試少量多餐方式，如每三十分鐘哺餵五至十分鐘。若經過二至三小時後嘔吐改善，則可正常哺餵；24小時內未改善或惡化，請立即就醫

【續後頁】

- (五) 若進食配方奶之嬰兒因嘔吐出現脫水情形，請每隔 15 分鐘補充 30 至 40ml 的水，維持三至四小時。若喝水仍吐，等半小時後再試一次。若二至三小時後嘔吐改善，則可正常喝奶；24 小時內未改善或惡化，則請立即就醫
- (六) 兒童出現嘔吐情形，若想吃仍可少量多餐、清淡飲食，並可喝稀釋一倍的電解質水補充體液，但要避免高糖飲料。建議進食內容採少鹽、少油之複合性碳水化合物如稀粥、清湯、去皮土司、燙青菜、瘦肉、水煮麵條等容易消化的食物，並避免高油脂食物（因難以消化）
- (七) 醫生可能使用止吐藥物以避免脫水，但該類藥物需醫師處方才可使用，故不建議在家中自行給予幼兒服用
- (八) 加強清潔、注意手口衛生以預防疾病傳染

#### 四、應盡速就醫情形：

- (一) 吐出膽汁（綠色）或嘔吐物帶血或含有咖啡渣似的物質（紅褐色）
- (二) 噴射性嘔吐
- (三) 嬰幼兒持續強力的嘔吐超過 24 小時
- (四) 嬰兒不吃不喝幾個小時以上
- (五) 出現中度脫水(無尿、雙眼凹陷、手腳冷、精神差等)6 小時以上
- (六) 有腹痛加劇或嚴重腹瀉(5-6 次/日且大於 3 日)情形（即使非持續性）
- (七) 血便、高燒不退、行為改變（如昏睡、無反應）、頭痛、肌肉痙攣

#### 五、參考資料

蔣立淇、蔡綠蓉、黃靜微、邱淑如、毛新春等（2020）。*兒科護理學*(六版)。台北：永大。

Carlo Di Lorenzo, MD. (2015, September 9). UpToDate [Nausea and vomiting in infants and children (Beyond the Basics)]. Retrieved from <http://www.uptodate.com/contents/nausea-and-vomiting-in-infants-and-children-beyond-the-basics>