

腹瀉

國泰綜合醫院 急診處 護理部編印 著作權人：國泰綜合醫院
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

■ 何謂腹瀉

腹瀉是因為糞便中的水份增加，解出泥狀或液狀的糞便。排便次數較平日增加；常伴隨腹痛、裏急後重的感覺。

■ 日常生活注意事項

- 在安靜的環境下臥床休息、保暖，使腸蠕動保持鎮靜。
- 在飲食方面：
 - ◆ 暫時禁食 6-8 小時。
 - ◆ 採漸進式的飲食調整：
 - 12~24 小時採流質食物（運動飲料、清湯）；
 - 之後 12 小時進食軟食（吐司、蘇打餅、稀飯）。
 - ◆ 解出成形便後可進食一般飲食。
- 腹瀉緩解後的 2~5 天內，避免牛奶製品、生蔬果、刺激食物。
- 保持肛門部的清潔，可避免因頻繁的排便刺激，造成肛門

周圍的擦傷、糜爛而引起感染。

- 若症狀未改善或持續時，請儘快至胃腸科門診作進一步追蹤治療。

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院	(02)27082121	急診處	轉 3767
汐止國泰綜合醫院	(02)26482121	急診處	轉 3910
新竹國泰綜合醫院	(03)5278999	急診處	轉 1190

我們將竭誠為您服務！

國泰綜合醫院關心您！

AX100.121.2013.12 七修