

# 急性腸胃炎

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

## ■ 何謂急性腸胃炎

急性腸胃炎通常是飲用受到病毒或細菌污染的水或食物所引起的疾病。

## ■ 日常生活注意事項

- 按時服用藥物並多休息。
- 發病期有嘔吐現象或腹瀉次數頻繁者不宜進食，至少休息 6~8 小時。
- 飲食原則：盡量不要喝牛奶，減少豆類食物可避免脹氣，且避免刺激性食物。情況改善後，可嚐試給予白開水或稀釋過的運動飲料（1：1 稀釋），如無不適，可逐漸進食少量清淡飲食（稀飯、白吐司、米湯）。
- 進食時需細嚼慢嚥，並以少量多餐的方式，以減少腸胃的負擔。
- 症狀漸改善需 2 到 3 日，才可恢復平日飲食。

■ 若有以下症狀時，需立即返院：

上吐下瀉不止、腹部劇烈痙攣性絞痛、糞便帶血、高燒不退、抽搐、癱瘓、虛弱無力等不適之症狀時。

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 3761

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！

AX100.103.2013.12 八修

2020.05 審閱