

台大醫院急診醫學部

小兒嘔吐腹瀉出院須知

經過醫師仔細診治之後，小朋友已經可以回家休養，下列說明可幫助您在家時的後續照顧，如果您對孩子這次的病情仍有疑問，您可以致電本部詢問：02-23123456 轉 62648。提醒您，由於醫護人員必須優先處理急診室裡面的病童，因此可能有時無法接聽電話或是立即回答您的問題，請您見諒。

1. 請多休息，適量補充水分及電解質，建議使用醫療用口服電解質液(電解質水，醫院處方或藥局購買)。運動飲料加水(對半稀釋)是民眾常用的替代補充方式，但效果不如電解質液理想。
2. 腸胃炎並不需要完全禁食，除非嘔吐無法進食，醫師視情況可能會建議小朋友短暫禁食，但必須是在醫師指示，並且通常合併點滴注射的情況下進行。
3. 飲食內容應以清淡成分(稀飯、白吐司、陽春麵條)為主，油膩食物會使腸胃道無法吸收，反而容易導致嘔吐、腹瀉情況加劇。另外，也建議暫時停止乳製品的攝取(嬰幼兒服用母乳或配方奶者，則不在此限)。
4. 兒童急性腸胃炎可能會合併發燒，請爸媽或家人定期量測體溫，必要時作退燒的處理。並請遵照醫師指示服藥。
5. 觀察並記下大便情形(形狀、性質、次數)，就醫時可以攜帶最近一次解的大便，以供醫師參考。
6. 如有以下情況，請儘速就醫或回院複診：
 - 持續腹瀉超過3天，且每天超過4-5次。
 - 持續高燒不退、活動力差或意識不清。
 - 持續嘔吐，以致完全無法進食。
 - 皮膚乾燥、小便減少(嬰幼兒為換尿布次數減少)。