



寶寶拉肚子時怎麼辦

2017.08 制定

一、怎樣才是正常的排便

- (一)每個嬰幼兒因為排便習慣不同，所以每天的排便次數也會不同。
- (二)出生六個月內的寶寶，每天排便在七、八次之內；六至十二個月的寶寶，每天排便約二~三次，都屬於正常現象。

二、怎樣才算拉肚子

排便次數突然增加或糞便中含水量增加，且呈水狀或糊狀甚至有血絲，就是拉肚子了。

三、為什麼會造成拉肚子

- (一)拉肚子可分急性與慢性。急性的症狀在兩週內可改善，若超過兩週就變成慢性。
- (二)拉肚子主要的原因有：
 - 1.消化不良：可因飲食不當或攝取過多高脂肪、生冷以及粗糙不易消化的食物，致使胃功能紊亂而發生。
 - 2.胃腸道感染：如食物、餵奶用具被細菌或病毒污染，引起胃腸道發炎。

四、會有那些症狀

除了排便次數突然增加及糞便性質改變外，局部的刺激也會造成會陰、肛門處發紅、糜爛；甚至合併有發燒、脫水、糞便惡臭及帶黏液或血絲等情形。

五、處理及照顧

- (一)讓寶寶喝平常固定的奶粉，不要隨意更換其他品牌，以免寶寶適應不良。

- (二)注意進食的食物及器具之清潔（奶瓶消毒至少至寶寶六個月大）。
- (三)若拉肚子情況較輕微，只要在醫師的指示下將牛奶濃度稀釋餵食（以減少乳糖濃度）即可初步改善情況，之後再調回原來的濃度。
- (四)為寶寶補充足夠的水份，大一點的兒童，可以直接補充電解質溶液。
- (五)待拉肚子的情況較改善時才開始進食，若是較大的孩子則可吃白稀飯、白吐司等清淡不油膩的食物。
- (六)如情況一直未見改善時，應立即就醫。

※注意：拉肚子是小寶寶常見的症狀，但也輕忽不得。因此當寶寶的排便習慣、糞便形態突然改變時，家長須提高警覺。當寶寶拉肚子厲害而水份又補充不夠時，就會造成脫水現象。輕微的脫水只會有小便量減少、皮膚、口唇乾燥等現象；若是脈搏轉快、呼吸急促、眼眶及前囟門輕微下陷可能是中度脫水；若是嚴重脫水時可能會併發休克及急性腎衰竭，有生命危險。因此急性拉肚子嚴重的寶寶，應該立即就醫以改善拉肚子症狀及避免脫水、休克。

天主教輔仁大學附設醫院護理部

祝您 平安、健康、喜樂