

M-13嘔吐、腹瀉之護理指導



一、 嘔吐

- (一)保持呼吸道通暢，維持側臥姿勢。
- (二)觀察嘔吐物的量、顏色、味道、性質等。
- (三)嘔吐後請用開水漱口，以保持口腔清潔。
- (四)若有持續性或噴射狀嘔吐，請立即就醫。
- (五)可先禁食，若可進食時，宜少量多餐及清淡易消化之食物，如稀飯、清湯。
- (六)請按時服用藥物。

二、 腹瀉

- (一)觀察糞便的量、性質、顏色、味道等。
- (二)持續性腹瀉或症狀未改善時，如血便、黏液便等，請立即就醫，並將排泄物留一些帶至醫院化驗。
- (三)多次的腹瀉會使肛門周圍紅痛，如廁後可使用柔軟的紙擦拭肛門或使用溫水擦洗肛門周圍，以保持清潔乾燥，亦可在肛門周邊皮膚塗抹凡士林，保護皮膚避免受到糞便刺激。
- (四)初期可讓腸道休息24~48小時，可進食時，採少量多餐及清淡流質食物，如稀飯、清湯等；避免吃高纖維、產氣的食物，如芭樂、柚子、洋蔥、地瓜等。
- (五)攝取足夠水份，以補充所喪失的水份及電解質(可補充運動飲料)。
- (六)多臥床休息，避免快速活動，以減少噁心，嘔吐的症狀。
- (七)遵從醫師指示用藥，如止瀉劑。
- (八)腹瀉期間伴隨噁心，嘔吐、發燒或糞便有血液或粘液混和時，可能表示患有傳染性疾病，應就醫診治。