

# 急性腹瀉

急性腹瀉是兒童常見症狀。病發時，大便頻率增加（每天多於三次）和性質改變（包括分量和質地），而一般情況會在兩三天內穩定，七天內得到明顯舒緩，而不超過兩週的。

腹瀉的發病可急可緩，主要是取決於其成因：

一般病毒及細菌引起的腸胃炎或食物中毒，腹瀉通常來得很突然，亦可能伴同低燒和嘔吐；

由志賀氏桿菌（桿菌痢疾）引起的腹瀉，大便可能帶血或黏液，亦會腹部絞痛，出現高燒和便意持續等病徵；

- 繼發性乳糖難耐症會引致持續性腹瀉。

嚴重的腹瀉可引致電解質紊亂、抽搐、心律失常、嚴重脫水和器官衰竭，必須及時得到適當治療。

## 成因

最常見的成因包括：

- 病毒：如輪狀病毒、諾如病毒等
- 細菌：如沙門氏菌、志賀氏桿菌、彎曲桿菌
- 食物中毒
- 藥物副作用：如抗生素、瀉藥

其他較少發生的成因，如尿道感染、中耳炎、腸胃手術後反應腹瀉。

## 需要到急症室嗎？

如遇下列任何情況，應盡速帶孩子到急症室，求診時緊記帶同曾服藥物資料和病歷：

- 出現脫水徵狀，如尿量減少、煩躁、倦怠、黏膜乾燥、眼淚不足
- 進食困難
- 大便出血
- 持續性嘔吐，或嘔吐物呈黃綠色（帶膽汁）、帶血或呈咖啡色
- 劇烈腹痛、發高燒、排尿困難、耳痛
- 持續腹瀉



## 如情況不嚴重， 可在家居護理

- 持續觀察進食和腹瀉情況，特別留心小便量，慎防脫水。
- 妥善處理嘔吐物及排泄物。
- 給予孩子足夠飲料以補充身體的水份，若有需要，可飲用口服補液溶液（Oral Rehydration Solution）。
- 可以如常飲食，但要避免進食高脂肪或單糖（如葡萄糖）含量高的食物。
- 接受母乳餵哺的嬰兒應繼續食用母乳，不建議稀釋奶粉給正接受奶粉餵哺的嬰兒。



## 醫生會怎樣處理？

- ✓ 醫生會詢問病史和做身體檢查，以尋找腹瀉的原因，並評估病情的嚴重程度。
- ✓ 醫生也會按情形決定需否安排檢驗，常見的包括驗大便、驗血等。
- ✓ 治療方案主要是針對成因、治療和預防脫水或電解質紊亂。
- ✓ 若有需要，醫生可能會處方口服補液溶液。如情況嚴重，醫生會建議入院治療。

## 常見的謬誤



- X** 不少家長都認為孩子有腹瀉就應服用止瀉藥止瀉，這想法其實並不正確。腹瀉其實是身體通過排便將腸內不潔物質排出體外，服用止瀉藥反而可能會阻礙身體排出腸內的不潔物質及病菌，令病情持續，不適當服用止瀉藥，可能引致肚漲甚至是敗血症等嚴重問題。
- X** 很多家長都誤會出牙齒會引致腹瀉，其實大部分腹瀉是由感染引起的。
- X** 有些人以為任何流質都適用於補充水份，其實汽水、果汁和運動飲料的碳水化合物及電解質的含量並不適合作補充水份。

### 小錦囊

- ✓ 一般腹瀉會在幾天內得到舒緩，不用吃止瀉藥，最重要是避免脫水。
- ✓ 良好的衛生習慣可預防腹瀉。