



## 認識小寶寶拉肚子

### ※認識腹瀉：

要知道寶寶怎麼會拉肚子，首先應了解「腹瀉」的定義，並不是單指解稀便、解水便而已，當然更不必與腸炎畫上等號。所謂的「腹瀉」必須是和寶寶原本相當固定的大便形式、次數來做比較，其所含水量增多，可能帶有黏液或顏色有所改變、大便次數也較平常增加才算數。哺餵母乳或擬母乳之配方奶的小寶寶，大便往往相當稀水而且帶點酸味、顏色大都呈漂亮的黃色，大便次數一天少則三、五次，多則達十次以上的少量大便。只要寶寶能吃、能玩、能睡、臉色紅潤、表情正常、體重又能正常增加，那麼這樣的大便形式對這個寶寶而言，便是正常，不算腹瀉。更何況代謝功能不十分成熟，尤其對於脂肪及乳糖的消化功能尚差，因此大便幾乎都是糊水水的樣子，一直要過幾星期之後，大便才會逐漸成型。如果小寶寶真的有令人擔心的腹瀉狀況，那麼儘快尋醫求治才是唯一正確的處理原則。

### ※常見之腸炎簡介：

項目	輪狀病毒腸炎	沙門氏菌腸炎
好發季節	一年四季均有	6-11月最多
潛伏期	48~72小時	12~72小時
傳染途徑	糞口傳染	飲用污染的水、食物或藉由動物為傳播媒介
症狀	似感冒症狀、有嘔吐、水瀉情形	腹痛併解綠黏血絲便
治療	1. 症狀治療。 2. 依醫囑禁食。 3. 補充水分電解質。	1. 補充水分電解質。 2. 依醫囑禁食。 3. 如有菌血症，則投予抗生素治療。



# Postpartum Care

注意事項	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 接觸患童大便應立即洗手。</li><li>2. 注意有無脫水症狀，例如：皮膚乾燥或缺乏彈性、眼眶或囟門凹陷、少尿、口渴、哭無眼淚、精神活動力差或嗜睡等(如有上述情形應儘快就醫)。</li><li>3. 勤換尿布保持臀部乾燥，預防紅臀</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 接觸患童大便應立即洗手</li><li>2. 觀察有無合併骨髓炎症狀：如高燒、關節紅腫、疼痛、不敢站立。或合併腦膜炎的徵兆：如頭痛、嘔吐、頸部僵硬。(如有上述情形請儘快就醫)。</li><li>3. 家中飲水應過濾乾淨，且煮沸過再使用。</li><li>4. 盡量避免養貓、狗及小烏龜等寵物。</li><li>5. 勤換尿布並保持臀部乾燥，預防紅臀。</li></ol>
預防	<p>注意衛生習慣，以下事項提供參考：</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 勤洗手。</li><li>2. 家中玩具應經常清洗。</li><li>3. 寶寶的食具需經煮沸消毒。</li><li>4. 使用煮沸過的水沖調奶粉。</li><li>5. 吃剩的牛奶應丟棄，室溫下放置不宜超過 2 小時(牛奶冷藏不超過 24Hs)。</li><li>6. 忌生食；應選擇新鮮、乾淨、煮熟食物讓幼童食用。</li></ol>	