

腸胃炎

- 腸胃道因刺激及發炎後出現發燒嘔吐、腹瀉等症狀。
- 通常是細菌或病毒引起的，不潔的食物或者食物變質、過敏等，也會引起腸胃炎。



哪些人容易發生呢？

- 衛生習慣差者。
- 吃了保存不良的食物。
- 喜歡生食及喝山泉水者。
- 營養不良及抵抗力差者。
- 季節交替、氣候變化引起的。
- 過敏體質者。

腸胃炎有哪些症狀？



如何照護？

前1-3天在家休息，暫時禁食、採低渣飲食，使腸胃道休息。

低渣飲食，不易產生糞便



多喝水、鹽及葡萄糖的混合溶液（如運動飲料稀釋）到症狀消失止→進食清湯及粥等軟且清淡的食物→直到恢復平日的食物。

症狀若沒有改善（如持續發燒，腹痛加劇，血便等），請立刻去看醫生。



小提醒



如何預防腸胃炎？

圖文帶你學會 預防腸胃炎的方式



資料來源：圖片由網路截取