

- 在对整个臀部进行温和彻底的清洁后，涂上较厚的一层含锌护臀霜，如 Sudocrem™
- 每次更换尿布后，都要彻底清洗您的双手

## 我应该什么时候给医生打电话？

如果您担心您的孩子正变得脱水，就给医生打电话。有时，呕吐、腹泻、发热和食欲不振可能会使孩子体内丢失的水分大于其所能摄入的水分，继而导致脱水。

脱水的征兆或症状有：

- 口干
- 双眼凹陷
- 烦渴
- 8-12 个小时内无排尿或排出少量深色尿液
- 比普通的疾病更加困乏
- 哭泣时无眼泪

## 如果出现以下情况，请给您的医生打电话：

- 您的宝宝不足六个月大
- 您的孩子不停地呕吐（尤其是如果呕吐物呈绿色、棕色或带血）而且无法摄入水分
- 您孩子的粪便或排便中含血

- 您无法让孩子摄入水分，并且腹泻已持续 24 个小时以上
- 您可以让孩子摄入水分，但是腹泻已持续 7-10 天以上
- 您的孩子每天继续有过多的水样排便

### 免责声明：

本资料页上提供的医学信息仅用于教育目的。本信息不应被用来代替从您的医生那里获得医疗护理和建议。如果您对孩子的健康有所担忧，应当总是与您的医生取得联系。您自己的医生有可能会根据您的个体情况来推荐其他的治疗方案。

# 照看好您的孩子 肠胃炎



父母资料页

格拉斯哥皇家儿童医院

## 如果我的孩子只是腹泻而无其他症状，该如何处理？

无需使用任何特别的饮品或治疗。对孩子进行正常喂养不会使情况变得更糟，还可能加快其恢复的速度。给孩子额外增加饮水量会补充他们体内丢失的水分。在水中加上一点儿稀释的果汁调味也许是最好的选择。

• 避免摄入天然果汁（除下述苹果汁以外）、碳酸饮料（即使是“跑了气”的）或运动饮料。这些饮料中的高糖含量可能会加重腹泻。

• 如果您正在母乳喂养，就继续按需喂养，但在每次母乳喂养之间给婴儿补充额外的凉开水。

• 如果您的婴儿是用奶瓶喂养的，请继续照常使用全浓度配方奶粉喂养。

• 如大米、土豆、面包和谷类食品、瘦肉、酸奶、水果和蔬菜等是最佳的食物。避免含糖含脂类食品。

## 如果我的孩子不停地呕吐，该怎么办？

呕吐是肠胃炎的一种常见早期症状。大多数出现呕吐和腹泻的孩子可在家中使用如 Dioralyte™ 或 Rehidrat™ 等口服补液盐溶液（ORS）进行治疗。您还可以使用稀释的（浓度减半）鲜苹果汁。使用的窍门

## 什么是肠胃炎？

肠胃炎是一种肠道感染，会引起腹泻，有时还会呕吐。肠胃炎常见于婴儿和儿童。腹泻和呕吐有时会引起体内所需的重要水分和矿物质流失（脱水）。

## 是什么引发的肠胃炎？

肠胃炎在冬季和早春更为常见。进入肠道（肠管）的病毒通常会引起腹泻和呕吐。有时是由细菌导致的。这是由于将脏手、玩具或其他物件放入口中而引起的。

## 肠胃炎有哪些症状？

最常见的症状有：

- 腹泻（频繁的水样便）通常持续 2-7 天
- 恶心呕吐持续 1-2 天
- 腹痛/胃痛
- 发热

## 如果我的婴儿或孩子得了肠胃炎，该怎么办？

通常，腹泻和呕吐仅持续较短时间。因此，大多数孩子可以在家中照顾。

是少量多次。例如，每隔 5 分钟给 5 毫升的量。如果孩子因呕吐而无法耐受，请与您的医生取得联系。

随着呕吐症状的缓解，您可以给孩子增加口服补液盐溶液或苹果汁的量，并减少给予的次数。

## 我应该让孩子使用多久口服补液盐溶液？

一般来说，在四个小时之后就可以给予如牛奶等其他水分和食物。

## 还有什么其他的特殊治疗方法吗？

没有。脱水的孩子很少拒绝口服补液盐溶液。如果您有所担心，请联系您的医生。

## 哪些治疗方法没有用处？

治疗呕吐或腹泻的药物是没有必要的，也不会有所帮助。

## 我应该如何处理因腹泻引发的尿布疹？

- 一般来说，避免使用尿布湿巾
- 用肥皂和水轻轻地彻底清洁婴儿臀部，用纸巾轻拍把水吸干