

孩童當季腸胃疾病

兒童醫院 兒童腸胃科 主任 陳安琪

冬天來臨了，不管老的小的，甚至在強褸中之小娃娃，每個人都包得像饅頭般，當然這時許多小朋友都感冒了，嚴重甚至得到肺炎，這是大家可理解的，但除此之外許多小朋友之腸胃疾病也陸陸續續發生了。

首先要談的是腹瀉，其致病因相當多，在感染性胃腸炎主要以細菌及病毒引起，而在這季節除了一般感冒及流行性感冒有可能引其腸胃不適外，少數會合併腹瀉，不過這類之腸胃不適及腹瀉會很快好。但是在秋冬季常會有許多小朋友，尤其5歲以下，可能會感染輪狀病毒。除了輪狀病毒外，兒科病患亦有可能感染到諾瓦病毒。

腸胃病毒感染中以輪狀病毒所造成之傷害尤巨，輪狀病毒為五歲以下幼兒腸胃炎之主因，這些幼兒難以倖免，除非在嬰幼兒時期有接種過口服輪狀病毒疫苗，因其傳染力強，10隻病毒就能致病，其症狀如下：嘔吐、水瀉、發燒、

腹痛、食慾不振、脫水，這些幼兒如嚴重時，常需要住院治療，有些病童甚至導致抽搐，嚴重者可能死亡。而諾瓦病毒會侵入任何年齡之兒科病患，它的臨床表現大致和輪狀病毒有點像，傳染途徑也類似，但其臨床表徵有些不一樣，常是嘔吐、腹痛、發燒之後腹瀉。但腹瀉又不像輪狀病毒這麼嚴重，這病毒的傳染力也非常強，曾經造成鄰近國家學童嚴重感染甚至全國之中小學停課。

急性腹瀉之治療：

1. 處置脫水之問題仍為首要工作，尤其嬰兒更易因感染腸胃炎而造成嚴重脫水，這包括水分及電解質的補充。
2. 一般的輕度病患只需補充水分即可，較嚴重之病患在大量腹瀉時需用到適當含電解質及糖分之口服電解質溶液，有些病童甚至須到醫院接受輸液治療。
3. 飲食上需調整，如稀飯、配方奶調稀，若是嬰幼兒腹瀉較久，尤其是病毒性引起之大量水泄，可考慮改為無乳糖配方奶。
4. 藥物如吸附劑，可以在腸道把毒素吸收而排泄。只有少數情形需用到抗生素，絕大部分並不需要。
5. 益生菌的添加，對病毒性腸炎有幫助，可減少住院天數。

農曆新年正好在寒假裡，許多小朋友可能肆無忌憚的大吃特吃，而整天玩過頭，隨著爸媽南北奔跑，這時腸胃容易出問題。如急性腸胃炎，或因便秘引起急性腸絞痛，是相當常見的。在這節令裡，孩童的腸胃仍須好好照顧，首先在飲食上盡可能維持定時定量，選擇少油低鹽少刺激的食物，且應多吃蔬菜。另外，排便習慣也要特別注意，千萬不要有其他因素而影響到孩童之便意。當孩童腸胃不舒服時，記得一定要去看兒科醫師，必要時可向小兒胃腸專科醫師就診以免耽誤病情。