

小兒急性腸胃炎

「腸胃炎」顧名思義代表著胃、小腸或是大腸的發炎導致之病症。其症狀可能有嘔吐或是腹瀉，可以伴隨著間歇性腹痛/腹脹，也可以有發燒現象。

如何判斷腹瀉，在醫學上有很嚴謹的操作型定義，也就是大便量大於每公斤每天 20 公克以上，但在實際操作上相當困難，甚至住院病人要執行也有一定困難度。所以根據 ESPGHAN/ESPID (歐洲兒科肝病、胃腸病和營養學學會與歐洲兒科傳染病學會) 針對在急性胃腸炎的定義為「明顯大便質地的改變，變得較稀水」，或者是「大便頻率明顯增加」，在一個月大，甚至更小年紀的寶寶，大便質地的改變比頻率更具指標性。臨床上，急性腹瀉的定義為症狀在 1 週內，超過 2 週的腹瀉就屬於慢性腹瀉範疇。

腹瀉部分，通常會詢問爸爸媽媽或是主要照顧者，有關病童相關的生活狀況以及症狀表現，比如小新生兒或是剛開始接觸副食品的小寶寶，是否有換奶或是添加新食物？以及大便的顏色為何？性狀如何？是水狀還是黏糊狀？是否伴隨黏液或是血絲？除了腹瀉之外，是否有其他症狀？比如說發燒、嘔吐、腹痛等。以及在體溫正常之下的活動力為何，是否還合併有脫水的症狀，這些都

是病史詢問的重點。

急性腸胃炎的常見病原簡單區分為「病毒」、「細菌」、「寄生蟲」三部分，這裡主要著墨常見的病毒及細菌性腸胃炎。

就病毒性腸胃炎來說，輪狀病毒最重要也是最為大家所熟悉。不管在已開發還是開發中國家，都是小兒病毒性腸胃炎的第一名。主要的流行期在每年的 11 月至隔年的 3 月之間，靠著與病人的密切接觸而傳染。好發於 5 歲以下幼兒，成人偶爾感染，不過症狀大多輕微。潛伏期約 1-3 天，整體病程約 7-10 天左右。常見症狀為嘔吐及明顯水瀉，可能合併出現發燒、頭痛、肌肉痠痛等症狀。目前在嬰幼兒時期，有輪狀病毒疫苗可以服用（rotarix 以及 rotateq）。再者，第二常見為諾羅病毒，諾羅病毒腸胃炎可以發生在任何年齡層並造成明顯腸胃症狀，常見於機構、學校、醫院等人口密集處的群聚感染，目前沒有疫苗可以使用。病毒性腸胃炎的治療部分，以支持性治療為主，並無特效藥可以緩解。

而細菌性腸胃炎，就屬沙門桿菌為最主要也最常見，且跟不潔的飲用水或是食物密切相關。感染族群常見於 5 歲以下及老年人。沙門桿菌腸胃炎好發在夏季，約每年的 7-10 月之間，氣候偏溫暖潮濕的季節。少見有明顯群聚現象。其潛伏期也約 3 天左右。常見的臨床症狀也是嘔吐及腹瀉，不過糞便常常伴隨黏液或是血

絲。部分病人也會表現出發燒或是腹部絞痛現象。免疫健全的病人，通常只要支持治療，補充電解質水分即可。但是在特殊狀況之下，比如感染蔓延至腸道以外(敗血症、腦膜炎、骨髓炎等等)、臨床表現虛弱且感染嚴重(高燒時間太長、大量血便)、有人工植入物(如人工關節、心臟瓣膜等)、免疫功能低下(如愛滋病、癌症、服用免疫抑制劑等)。有上述情況之病人，需積極考慮抗生素的使用及治療，控制可能隨時會迅速惡化的病情。

如何判斷嚴重徵候以及脫水呢？

如果孩子出現嚴重腹脹，嚴重持續的腹痛，或是有持續綠色嘔吐物的出現，都須立即送醫評估，排除腸胃炎之外，其他可能的原因。另外，突發痙攣，意識不清，或是體溫正常時明顯虛弱，也是危險的警訊。

至於脫水的評估，可以概略分為幾個面向，整體外觀、眼窩、黏膜(口舌)、眼淚等。如下表所示，輕度脫水可以嘗試以口服水分、電解液的方式進行。不過如果出現中至重度脫水現象時，建議就醫做進一步評估。

兒童臨床脫水評分量表 CLINICAL DEHYDRATION SCALE

評估項目	0	1	2
整體外觀	正常	口渴、躁動/易躁、疲倦嗜睡	昏睡、無力冒汗
眼窩	正常	輕微凹陷	明顯凹陷
黏膜處 (口舌)	潮濕	黏稠	乾
眼淚		眼淚減少	沒有眼淚

*0分-沒有脫水，1~4分-輕度脫水，5~8分-中至重度脫水

最後，手部清潔及環境是日常生活重要的一環。酒精乾洗手簡單又方便迅速，不過針對引起腸胃炎的病毒效果不佳，因此，注意個人衛生，濕洗手以及養成良好的洗手習慣是很重要的！至於環境清潔部分，則是建議用稀釋漂白水來做清潔動作。如何配製漂白水呢？首先，先準備市售漂白水，免洗湯匙（一匙約 20 c.c.），及大瓶寶特瓶（一瓶約 1250 c.c.）。配製方法如下表（摘自疾病管制署）：

環境消毒用漂白水(0.1%)	嘔吐物或排泄物消毒用漂白水(0.5%)
1. 大量：200cc漂白水(5%濃度)+10公升清水中 2. 少量：20cc漂白水+1公升清水中	1. 大量：1000cc漂白水+10公升清水 2. 少量：100cc漂白水+1公升清水

配製完成後，建議戴上口罩及手套，用 0.5%漂白水灑在嘔吐物或是排泄物上，以拋棄式紙巾或是抹布覆蓋之後清除，再用 0.1%或 0.5%漂白水由外往內擦拭汙染區，接著以 0.1%漂白水由外往內

大範圍輕灑，等待 30 分鐘後用清水擦拭或是沖洗。配製好的清潔用漂白水建議在 24 小時內使用完畢，未使用完畢應丟棄。

急性腸胃炎，不論病毒或是細菌性，常常是可以自癒的，在遇到此問題時，最重要的是適時的水分補充以及充分休息。不過在觀察恢復過程中，仍需警覺是否有任何併發症出現。一旦有，仍要儘速就醫。

急診醫學部主治醫師 吳仲琳