



好文分享

健康小常識-兒童常見疾病及處理

- 分享給更多人知道：
- 關鍵字：腹瀉 嘔吐 呼吸道感染 哮喘 中耳感染 細支氣管炎
- 肺炎 川崎症 114年12月



兒童常見疾病及處理

小兒腹瀉及嘔吐、呼吸道感染、上呼吸道感染、哮喘、中耳感染、細支氣管炎、肺炎、腦膜炎及敗血症等是兒童常見疾病，以下提供一些預防警訊，供家長參考。

小兒腹瀉及嘔吐

· 腹瀉對寶寶而言是嚴重的疾病，如果腹瀉帶走體內大量的水分及電解質，就會脫水、電解質不平衡，嚴重的話會危及寶寶生命。因此，適時地補充水分及電解質非常重要！

· 如果寶寶出現下列情形之一，請儘速就醫：

- 食慾不振
- 非常口渴
- 在 1-2 小時內就解了數次水樣便，換了數次尿布
- 換下來的尿布帶血
- 不尋常地躁動不安
- 頻繁嘔吐
- 眼窩或是前囟門凹陷以及口乾
- 發燒
- 持續腹瀉超過 24 小時

· 注意！寶寶腹瀉或嘔吐時請務必這樣做

- 在腹瀉症狀一開始，就必須給予足夠的水分，來補充流失的水分，最好可選用小兒腹瀉專用的口服電解質水溶液；先給予清淡的食物，等到狀況穩定下來再給予營養的食物。
- 母乳寶寶，請增加母乳哺餵次數；若是以嬰兒配方食品哺餵的寶寶，可如同往常給予補充液體，例如：煮沸過且已快速冷卻的水。
- 除非有醫師的建議，否則小兒腹瀉時萬萬不可自行投予任何藥物。
- 只要寶寶因為拉肚子而更換尿布，就替寶寶補充水分，可使用奶瓶、杯子或湯匙等工具給予。
- 勤換尿布，保持臀部清潔乾燥，適時擦上少量凡士林保護皮膚，以避免紅臀、尿布疹的產生。
- 假如寶寶嘔吐，請勿馬上餵食，需等候 10 分鐘再替寶寶潤濕嘴唇。

· 補充額外的水分，需持續至止瀉，期間通常是 3-5 天。

· 請勿給寶寶飲用含糖飲料，例如果汁或碳酸飲料（包含檸檬水），因為這些飲料可能會使寶寶的腹瀉情形變得更嚴重。

· 6 個月以上的寶寶腹瀉時，仍可以給予食物，因為食物可以減緩腹瀉情形，並增強寶寶體力。

· 腹瀉的預防

· 餵哺母乳，母乳是無菌且安全無虞的。

· 烹調食物至滾熱，保存食物時器皿要保持清潔且加蓋，並冷藏保存。避免生熟食共用砧板並分開存放，以免交叉汙染。

· 每個人如廁後及接觸寶寶前都必須先洗手，換尿布後也必須清潔雙手。

· 如果寶寶使用嬰兒配方食品，沖泡前需以肥皂與清水充分清洗雙手，建議以煮沸後的開水在攝氏 70 度左右沖泡，然後放置或冷卻至適當溫度後再餵食，並於降溫後儘快食用，以避免放置過久滋生細菌。

· 詢問您的醫師關於奶瓶及奶嘴消毒方式的建議，所有用來泡嬰兒配方食品的器具都必須保持清潔，奶粉及副食品勺匙避免放置於罐中，應另外存放並經常清洗、保持乾燥。哺餵的器具必須洗淨消毒(包含母乳哺餵的任何器具)，奶瓶及奶嘴外的器具每使用 3 個月就須徹底清潔及沖洗一次。

呼吸道感染

呼吸道感染是孩童就醫最常見的問題，多數為病毒感染所致。最重要的預防之道就是多洗手、減少出入人多的公共場所或與病人接觸的機會，並且讓孩子多運動、吃飽、睡足，身體保持良好狀況。

上呼吸道感染

- 一般俗稱的「感冒」，由病毒感染引起，主要症狀為咳嗽、鼻塞、流鼻水、發燒、食慾不佳，有時伴隨嘔吐、拉肚子。
- 通常症狀在 3、5 天後就改善，就醫的主要目的是確定是否為單純的感冒，檢查有無併發症。

哮喘

- 哮喘是指喉部會厭下與氣管出現發炎腫脹，並且併發呼吸窘迫。
- 哮喘發生時，孩子的咳嗽聲會變得嘶啞，嚴重時伴隨呼吸困難。

中耳感染

- 中耳感染通常是病毒感染的細菌合併症，會造成中耳不適。
- 中耳感染的孩子，可能會有以下特徵：
 - 觸摸或拉耳朵，且煩躁哭鬧
 - 單邊耳朵看起來紅紅的，而且發熱發燒
 - 食慾不振嘔吐、腹瀉，或者上吐下瀉

細支氣管炎

- 多發生於兩歲以下的幼兒，為病毒感染引起細小氣管發炎阻塞所導致的症狀，主要的病毒之一為呼吸道融合病毒。
- 症狀開始像一般的感冒，隨後出現呼吸急促、哮喘、厭食等現象，有些會有嘔吐、腹瀉，大多數約一週左右會改善。
- 若出現呼吸變快、合併胸部凹陷、鼻孔隨著呼吸而煽動、無法進食時，有必要安排住院，給予氧氣和點滴注射。

肺炎

- 初期與感冒的症狀相似，不過肺炎可能會出現較嚴重的症狀，像是發燒較高、較多天，呼吸急促、疲倦、胸痛、胸凹等。
- 若判斷為細菌性肺炎，應接受適當的抗生素治療。

小提示

孩子哮吼發生時：

- 讓身體保持溫暖。
- 多補充水分，可以從飲水或奶類中補充。
- 若出現呼吸困難，請立即就醫。
- 若是哮吼情況沒有改善，也請您向醫師求助。

孩子罹患中耳炎時：

- 不要用棉花棒清潔耳道，這可能會造成傷害或疼痛。
- 帶孩子尋求醫療協助。

腦膜炎及敗血症

- 腦膜炎：發生在覆蓋腦及脊髓膜的感染或發炎，感染可來自細菌或病毒；敗血症：細菌進入血液系統所引起的嚴重感染。嬰幼兒的腦膜炎常合併敗血症發生，而敗血症可能會伴隨腦膜炎一起出現或者單獨出現。

· 腦膜炎及敗血症可能出現以下症狀，但不是每個患者都會同時出現所有的症狀，而且症狀發生的順序沒有一定的規律：

- 活動力下降
- 痙攣或抽搐
- 情緒變得焦躁，被抱起時會尖叫或呻吟
- 劇烈頭痛
- 嘔吐或拒絕進食
- 頭上前囟門出現緊繃膨出
- 身體僵硬、抽搐動作或癱軟，無精神
- 頸部僵硬
- 皮膚蒼白或出現紫斑
- 出現紅色、棕色或紫色皮疹，或是皮膚上有黑色斑塊
- 手腳發冷並顫抖
- 發高燒

持續發燒威脅心臟的川崎症

· 川崎症 (Kawasaki disease) 是一種原因不明的全身血管發炎症候群，臺灣每年有將近 1,000 位個案，大多侵犯 5 歲以下兒童。最主要的併發症，是造成供應心臟血流的冠狀動脈病變，可能導致後遺症或死亡。川崎症是可以被治療的，確定診斷後儘快使用靜脈注射免疫球蛋白，可以大大地降低心臟併發症的發生率。

· 典型症狀包括：

- 發燒 (耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$) 超過 5 天。
- 雙眼發紅。
- 嘴唇發紅乾裂、草莓舌、咽部發紅。
- 頸部淋巴腺腫大。
- 皮疹、卡介苗注射部位紅腫、肛門周圍發紅脫皮。
- 急性期手掌與腳掌紅腫，恢復期手指與腳趾脫皮。

作者：國民健康署孕產兒關懷中心

參考資料：國民健康署兒童衛教手冊(2025年7月版)

衛生福利部國民健康署版權所有 © 2025，本網站經

費由菸品健康福利捐支應。

網站累積瀏覽人數：9727086

