



口服补液解决方案

可在药房购买，分为液体、明胶或粉末等形式，如果是粉末，根据包装上的说明在水中稀释：因为含有盐，冷却后服用起来会更舒服。

在家中常备常用药物是一个好习惯。

水、含糖饮料、果汁、软饮料一般不适合用作补液，因为它们不含有因腹泻而流失的矿物盐。

在咨询儿科医生之前，观察：

- 呕吐物的数量和特征（颜色，是否有粘液或血液，是否是喷射出的，是否苍白和/或恶心，是否由咳嗽触发）。
- 大便的次数、数量、颜色和一致性。
- 检查孩子是否小便（检查尿布上是否充满尿液），是否哭泣，是否有眼泪，是否看起来很困，或者恰恰相反他很想玩。

- 检查孩子是否经常小口饮用口服补液和白水。

孩子几天没胃口是很正常的，**重要的是他在持续喝水！**

掌握孩子最近的体重非常有用。

何时送往急救

- **如果呕吐非常强烈且连续，以至于孩子无法饮用补液溶液；**
- 如果孩子反应很慢、嗜睡、小便减少（这是脱水的重要表现）、拒绝喝水。
- 如果呕吐物呈绿色或反复出现血液（通常可能是透明的或淡黄色）。
- **如果孩子不到6个月大并且出现反复呕吐和/或腹泻（新生儿和婴儿可能更容易脱水）。**
- **如果大便中有大量的和/或反复带有血液。**

呕吐和腹泻

（胃肠炎）

由自由选择的儿科医生和雷焦艾米利亚UsI - IRCCS公司所属医院的儿科医生编制和分享的信息手册



简介

呕吐和腹泻是儿童常见的症状，可以单独也可以一起发生。

在胃肠道感染（胃肠炎）的情况下，通常首先出现呕吐，并且通常伴有腹痛和/或发烧。

呕吐通常会在6/8小时内消失，而腹泻可持续3-5天。**脱水**（液体过度流失）是最可怕、最危险的并发症，尤其是在孩子还小时。

对此最重要的治疗方法是**口服补液**，必须尽快服用**口服补液溶液**。

孩子喝得越多越好。

应尽快恢复日常简单性食物的喂养，避免脂肪含量高的食物。

怎么办？

在呕吐的情况下

- 如果孩子的一般状况良好并且他在一次发作和另一次发作之间表现如常，我们可以等待，因为呕吐通常仅在发热性疾病的头几个小时出现，并且仅限于几次。
- 从发作开始约**30分钟**后，开始服用口服补液。提供少量冷的补液（这样更舒服，因为会减轻咸味）：**每5分钟5毫升**（相当于一茶匙），并根据孩子的耐受性逐渐增加。
- 如果是母乳或人造奶喂养，继续按少食多餐的方式喂养。
- 从呕吐开始，停止喂食，让胃“休息”**2-3小时**。当孩子想吃且至少超过**3-4小时**未呕吐时，继续喂少量干的、清淡的和**简单的食物**（避免含脂肪或加工性食品，因为这些食品较难消化）。
- 在未事先咨询医生的情况下，不应给予抗病毒药物，这通常是无效的。

在腹泻的情况下

- 主要的治疗方法是给予口服补液溶液以补充液体和矿物盐的流失，并且如果愿意，可以继续喂少量食物。
- 绝不要中断母乳喂养，人造奶必须保持正常浓度；为婴儿制作更小和更频繁的食物可能是有用的，始终与口服补液溶液交替使用。
- 不要喂养含糖的饮料（例如果汁、甜茶）。经常洗手以减少感染的风险。
- 强烈建议不要自行服用止泻药或抗生素（大多数情况下无用，由于有发生副作用的危险，不建议幼儿服用）；在必要时，这些药物应由医生开具。

