

腸胃道出血就醫後之注意事項

一、引起腸胃道出血的原因：

1. 消化道的各種癌症。
2. 消化性潰瘍。
3. 息肉、大腸憩室、痔瘡及肛裂。
4. 肝硬化的病人，應注意肝門靜脈血壓過高導致食道靜脈瘤破裂。
5. 其它如：常酗酒嘔吐的病人、先天血管異常、腎功能衰竭、
長期服用抗血小板 / 抗凝血劑、服用消炎止痛藥、飲酒或嚴重的內外科疾病所引起。

二、居家照護及注意事項：

1. 生活有規律、心情愉快、避免情緒緊張，睡眠充足。
2. 可以進食時，應先採清淡飲食，無不適後再恢復正常飲食。定時定量，勿暴飲暴食。
3. 攝取足夠水分，維持尿液顏色為淺黃色。
4. 避免咖啡、茶葉、糯米、辛辣、太甜和刺激性的食物。
5. 避免食用煙、酒、檳榔。
6. 避免自行服用類固醇、止痛劑或抗凝血劑。
7. 注意黑便的顏色、量、次數等是否漸趨緩解。
8. 依個人狀況作適度運動，如：散步，以不疲憊為原則。
9. 天氣寒冷時適度保暖，避免疾病復發。
10. 若原有症狀加劇，或是有新的吐血、黑便或血便的症狀應返院就診。
11. 若有頭暈乏力、口渴、心跳變快、臉色蒼白、冒冷汗、胸痛、腹痛加劇等狀況應立即就醫。
12. 依醫師指示服藥及回肝膽腸胃科複診。

參考資料

(20180308 載自) <http://5minuteconsult.com/collectioncontent/3-196526/patient-handouts/gastrointestinal-bleeding> Gastrointestinal Bleeding

20200713 載自

https://www.clinicalkey.com/#!/content/patient_handout/5-s2.0-pe_b59d7d68-6b47-457e-b3bd-b5fc7f4d18bf (Last revised: April 16, 2020.)

Gastrointestinal Bleeding

Alexander M. DiGregorio¹; Heidi Alvey². (Last Update: June 11, 2022.)

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK537291/> (20230329 載自)

若您想對以上的內容進一步了解，請洽諮詢電話：05-2756000 轉 2007、2003

天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院 關心您

2023年03月修訂