

## 急診消化性潰瘍及胃炎護理指導

一、何謂胃炎：指胃黏膜發炎或糜爛出血的病徵。

二、何謂消化性潰瘍：指胃、十二指腸受到胃酸的腐蝕造成黏膜受損，使黏膜層產生糜爛的現象；常見的消化性潰瘍以十二指腸潰瘍居多，其次是胃潰瘍。

三、注意事項：

1. 急性期間可先禁食，依症狀緩解程度再漸進式回復正常飲食。

2. 定時適量，少量多餐，讓正餐之間有食物中和胃酸。

3. 進餐要細嚼慢嚥，飯後略作休息片刻。

4. 食用溫和飲食，含低纖維質且易於消化。避免辛辣、刺激或太甜的食物，例如：咖啡、濃茶、碳酸飲料、紅豆湯等。

5. 避免抽菸(含電子菸)、嚼檳榔或喝酒。

6. 生活規律，避免熬夜。

7. 適時紓壓，保持心情愉快、情緒平穩。

8. 依照醫師處方按時服藥，避免 aspirin 或 NSAID 類藥物。

9. 如有下列症狀出現須立刻就醫：

※嘔吐咖啡色物體或鮮血時。

※解黑色、柏油樣便或血便。

※發燒、寒顫。

※上腹持續疼痛或突發嚴重腹痛無法緩解。

※腹部不適伴有頭暈、冒冷汗、昏倒時。

※上腹痛到頸部、下頷或背部，伴有冒汗或呼吸喘。

參考資料

劉雪娥總校閱(2020) · 成人內外科護理(八版) · 台北：華杏

(20180308 載自)

<http://5minuteconsult.com/collectioncontent/3-197705/patient-handouts/peptic-ulcers-discharge-instructions> Last Reviewed Date 2014-09-16


Peptic Ulcer 20200713 載自

[https://www.clinicalkey.com/#!/content/patient\\_handout/5-s2.0-pe\\_a403a953-6ble-4765-a91c-0056c418a655](https://www.clinicalkey.com/#!/content/patient_handout/5-s2.0-pe_a403a953-6ble-4765-a91c-0056c418a655) (Last revised: May 7, 2020.)

Peptic Ulcer Disease 載自

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK534792/> ( Last Update: February 12, 2023. )

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月校閱