

嘔吐護理指導

1. 發生嘔吐時，請先禁食 4-6 小時。
2. 嘔吐時應立即將頭側向一邊以利嘔吐物排出，避免造成吸入性肺炎。
3. 嘔吐後可用清水漱口，以保持口腔清潔及舒適，並注意頸部摺縫之清潔。
4. 嘔吐時請觀察嘔吐物的量、形狀、內容物、次數及時間。
5. 開始進食時，請先喝少許溫水，如喝水後無不適症狀，以清淡飲食為主並補充電解
如：運動飲料、稀飯、吐司、麵條等，且進食後採坐姿 30 分鐘避免飲食後因嘔吐
而噎到。
6. 若進食後仍有噁心、腹痛、暈眩或精神 狀況不佳時，應立即返院就醫。
7. 如有以下情形，請立即返回醫院就診：
 - *持續嘔吐、或有咖啡色嘔吐物。
 - *腹痛、發燒、畏寒。
 - *嘴唇乾、眼眶下陷、皮膚乾燥、頭暈等脫水徵狀。

板橋中興醫院 關心您！