

中國疾病預防控制中心婦幼保健中心等單位近日聯合發出「健康兒童行動——腹瀉防治提升計劃」的倡議，旨在提升全社會對兒童腹瀉的認知水平和關注度。秋天已到，交接着夏天的炎熱與潮濕，但同時寒氣始生，香港濕度高亦容易助長細菌，而食物受到污染後，由於小朋友脾胃臟腑功能較弱，就容易引致兒童患秋季腹瀉，秋季腹瀉的起病症狀通常與感冒相若，因此家長容易誤判病情，導致嚴重後果。

教育佳記者蘇薇整理

小童多瀉之秋

症狀似感冒 慎防脫水

近期，有內地學童家長反映，兒子從秋遊回來後，就出現了低燒、咳嗽、鼻塞、流鼻涕等。該家長起初還以為孩子是感冒了，但吃了感冒藥後，症狀並沒有緩解，此後幾天，甚至還出現了上吐下瀉的症狀，每天腹瀉十幾次，大便呈黃色蛋花湯樣，甚至帶有少許黏液或膿血。該家長遂帶孩子緊急前往醫院，醫生在為孩童詳細檢查後，為孩子開了藥，並叮囑家長：「小兒秋季腹瀉時，一定要預防脫水。小兒是腹瀉發病較高的人群，從孩子的症狀上看，起因應是輪狀病毒。」家長隨即向醫生表達疑惑，孩子一開始明明是感冒的症狀，怎麼會演變成了腹瀉呢？

據醫生表示，秋季腹瀉的發病比較急，患者初期常伴有感冒症狀，不少患兒還會有低燒的症狀，高燒較少見。因為症狀與感冒相似，所以易造成家長判斷失誤。但在病情初期，一般會出現嘔吐症狀，所以醫生提醒，如果說孩子在秋季發病，大便的次數比較多，還伴有嘔吐甚至可能還會有一些發熱、流鼻涕、咳嗽等症狀時，一定要及時求醫。

忽冷忽熱易染病毒

中華醫學會消化病學會兒科學組副組長李在玲醫生指出，輪狀病毒腸胃炎經常發生於秋季，所以俗稱秋季腹瀉，每年的10月上旬開始一直到來年的3月上旬左右，這段時間是一個高發的時間。秋季腹瀉主要分成兩大臨床症狀，首先是消化道的臨床症狀，一般會表現為嘔吐、腹瀉，一般孩子會先出現嘔吐，嘔吐一兩天以後出現腹瀉。消化道症狀往往會比較重，嘔吐的次數多，腹瀉的次數也多，除此之外因為嘔吐和腹瀉會引起體內水分丟失，就會出現脫水、酸中毒、電解質紊亂等等。

家長需注意，輪狀病毒感染常由食物、呼吸道或水源等進入學童消化道傳染，或者兒童飲食習慣欠

佳，再加上秋季氣溫變化大，忽冷忽熱，氣候變化等因素，都是學童患秋季腹瀉的原因。

在日常生活中，孩童若感染了秋季腹瀉，病情輕、無明顯脫水症狀的患兒可在家庭治療，患兒應口服足夠的水分以預防脫水，其中，口服補液鹽比較常見。但需要注意新生兒禁用補液鹽；而不同年齡階段的孩童可攝入的含量也各不相同，在餵服補液鹽的時候，宜少量多次餵服。如果餵服補液鹽後，患兒仍腹瀉不止，應及時求醫。

此外，應該注意腸胃的護理，即使孩子盡量攝入易於消化的食物，例如蘋果泥、淮山藥粥等。有時秋季腹瀉會併發乳糖不耐，所以家長應注意，減少孩童食用奶製品次數或將牛奶稀釋後再食用，亦可食糖鹽水，減輕胃腸道負擔，利於恢復。最後，患兒應該注意休息，避免到幼稚園或其他公共場所，以免交叉感染。

話你知

秋季腹瀉是一種主要由病毒感染，一般為輪狀病毒或諾如病毒感染引起的兒童常見病，每年10月至次年3月的秋冬季節是該病的高發期。該病可經過糞便傳播，也可以經呼吸道感染

預防小貼士

- 飯前便後要洗手，食具要消毒
- 秋季日夜溫差較大，回家後要及時洗手、洗臉，勤換洗衣物
- 加強戶外活動，提高機體抵抗力
- 避免過度疲勞、驚嚇或精神過度緊張



◀ 兒童腹瀉並非小事，切勿延誤求診。

秋季腹瀉由病毒引起

致病，潛伏期為1天~3天，常伴發熱、上呼吸道感染症狀，病初會有嘔吐，隨後出現大便次數多、量多、水分多的症狀，大便可呈蛋花湯樣或水樣，患者常出現脫水和酸中毒。該病病程在一周左右，少數較長。

秋季腹瀉症狀特點

- 起病急
- 嘔吐
- 腹瀉
- 脫水

▶ 勤洗手有助預防感染輪狀病毒。

