



急性腹痛病人之護理指導

一、何謂急性腹痛

急性腹痛定義為腹部器官引起之疼痛，其疼痛持續時間不超過 24 小時，且常有明顯合併症狀產生，臨床常見腹部疼痛症狀常和原發器官不相同，嚴重者會導致腹膜炎，需多加注意。

二、急性腹痛病人之居家護理指導

- (一) 如出現急性腹部疼痛情形時，應避免進食及飲水，需空腹 4~6 小時，使腸胃道獲得適當休息。
- (二) 應依照醫師指示按時服藥。
- (三) 多休息，感覺疼痛時可採仰臥或側臥並彎曲下肢，以放鬆腹部使疼痛感覺減輕。
- (四) 如腹痛症狀緩減後，開始進食時，宜採少量多餐、清淡飲食為主，如白稀飯、白吐司；儘量避免油膩及刺激性食物，如辛辣、菸、酒、咖啡、茶等；儘量避免容易產氣食物，如豆類、奶類製品。
- (五) 不可隨意給予冷敷或熱敷腹部。
- (六) 從醫院返家後，若出現持續性的嚴重腹痛、疼痛加劇、疼痛位置改變、以及伴隨發燒、畏寒、頻尿、解尿困難、持續的腹脹、腹瀉、噁心、嘔吐、解血便、黑便、盜汗、皮膚濕冷、臉色蒼白等現象，建議盡速送醫治療。

參考資料

張晏瑞 (2020) · 腹痛原因知多少，正確診斷對症下藥 · 彰基院訊，37(10)，10-11。

Cusimano, F. A., & Damas, O. M. (2022). Diet as a treatment for inflammatory bowel disease: Is it ready for prime time?. *Current opinion in gastroenterology*, 38(4), 358–372.

<https://doi.org/10.1097/MOG.0000000000000850>

三軍總醫院 護理部 編印
急診部

諮詢電話：(02)24633330

**護理指導評值：**

◎是非題

1. () 急性腹痛發作時，應禁止進食及飲水 4~6 小時，使腸胃道獲得充分休息？
2. () 腹痛時採仰臥或側臥並屈曲下肢，可減少腹壁緊張使疼痛減輕？
3. () 腹痛時可隨意冷或熱敷腹部，以減緩疼痛？

◎選擇題

4. () 當可以進食時，可少量吃下列何種食物避免腸胃道過於刺激？
(1)白稀飯、白吐司；(2)咖啡、茶；(3)豆類、奶類；(4)油炸食物
5. () 返家後若出現下列症狀需儘速送醫治療，何者除外？
(1)黑便；(2)血便；(3)臉色蒼白；(4)暫時性的食慾不佳
6. () 有關急性腹痛其特點，下列敘述何者錯誤？
(1)其疼痛持續時間超過 36 小時
(2)常有明顯合併症狀產生
(3)嚴重者會導致腹膜炎
(4)泛指腹部內器官引起之疼痛

(答對 5-6 題⇒完全了解；答對 3-4 題⇒部分了解；答對 1-2 題⇒完全不瞭解)

1.(O) 2.(O) 3.(X) 4.(A) 5.(D) 6.(A)

三軍總醫院 護理部 編印
急診部

諮詢電話：(02)24633330