

## 寶寶出現嘔吐症狀 小心引起脫水

導讀：嬰幼兒生病的時候，有可能會出現嘔吐的情況，最常見的原因像是腸胃炎、食物過敏、流感或食物中毒等。如果妳的孩子發生了噁心、嘔吐，務必要適當地幫他補充水分，以免因為身體流失太多的水分導致脫水。

### 一、導致寶寶嘔吐的原因

#### 1、因為腸胃發炎

當孩子感染了腸胃炎的傳染性疾病，他會經常在規律的間隔時間想要嘔吐。微生物引起的腸胃炎包括細菌、寄生蟲和病毒，通常還會伴隨著腹瀉的症狀。

#### 2、因為食物過敏

有些食物可能會引起孩子的胃部有不需要的反應，像是雞蛋、貝類、花生、牛奶等，這表示妳的孩子食物過敏。通常誤食後會出現噁心、嘔吐的症狀。

食物過敏也會引起嘔吐的情況。

#### 3、因為壓力過大

有時候當孩子遇到巨大的情感挫折時，像是有可能到新學校、參加競賽、準備考試等，也有可能會出現噁心和嘔吐的情況。

#### 4、因為食物中毒

食物中毒也會增加孩子嚴重噁心和嘔吐的可能性。存在未煮熟的肉類、魚類、乳製品中的有害細菌，會引起食物中毒，導致腹瀉、腹痛、噁心。

## 5、消化系統問題

當孩子遭受一個感染的附加症狀，胃酸逆流或是消化系統阻塞。他有可能會經歷經常的嘔吐、噁心，非常的不舒服。

## 6、神經大腦疾病

當你的孩子患有情感創傷或是腦腫瘤的時候，浮腫造成的巨大壓力經常會讓他嘔吐，甚至出現頭暈、頭痛的症狀。

## 7、流感其他疾病

有一些疾病也會造成孩子經常的嘔吐，像是耳部感染、季節性過敏、豬流感。有些藥物的副作用也會有嘔吐的情況，如抗生素或止痛藥。

## 二、如何預防孩子發生脫水

### 1、經常補充水分

由於嘔吐可能會導致孩子身體流失大量的水分，因此務必讓孩子經常的補充水分，才能有效的預防脫水。

### 2、口服補液療法

口服補液鹽是一種有效預防脫水的治療方式。如果你的孩子有輕微的脫水，並且拒絕正常的飲食時，口服補液鹽就是最好的治療方式。

### 3、攝取含水食物

當孩子發生嘔吐的時候，妳也可以提供一些含水豐富的食物來防止脫水，像是黃瓜、肉湯、蔓越莓汁、木瓜等等。

\* 資料來源：輯自中時健康 < <http://mombaby.tw.com> >

\* 註：資料來源輯自報章或健康雜誌，只作參考之用，讀者務請理智分析。

