

夏季急性肠胃炎患者注意事项

何 军

广安区第二人民医院 638550

【中图分类号】R161

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2023) 07-080-01

一、夏季急性肠胃炎的患病原因

1. 食物污染

夏季气温高，食物容易变质，不当保存或加工的食物容易滋生细菌、病毒等致病微生物，如沙门氏菌、大肠杆菌等。

2. 饮食不洁

夏季户外活动增多，饮食环境不可控制，如在街边小摊、不卫生的餐馆就餐，容易摄入不洁食物。

3. 饮用不洁水源

夏季气温高，水源容易受到细菌、寄生虫等污染，饮用不洁水源容易导致肠胃炎。

4. 不良卫生习惯

夏季人们出汗多，容易感染细菌，如果不勤洗手、不注意个人卫生，会增加感染的风险。

二、夏季急性肠胃炎防控措施

1. 饮食卫生

选择正规餐馆就餐，避免在不卫生的街边小摊食用食物；注意食物的新鲜度和保存方式，避免食用变质食物；生食和熟食分开处理，避免交叉污染。遵循清淡、易消化的原则，避免油腻、辛辣、刺激性食物，如油炸食品、辣椒、咖啡等。多食用易消化的食物，如米粥、面条、煮熟的蔬菜等。饮食要细嚼慢咽，避免暴饮暴食。

2. 饮用安全水源

饮用温开水或煮沸的水，避免饮用未经处理的自来水或不洁水源。避免饮用含有咖啡因或刺激性饮料，如咖啡、茶、碳酸饮料等。

3. 个人卫生

保持良好的个人卫生习惯，勤洗手，尤其是在接触食物、上厕所后要彻底洗手。

4. 避免接触患者

避免与患有急性肠胃炎的人密切接触，尤其是在其症状严重时。

5. 加强免疫力

保持良好的生活习惯，均衡饮食，适量运动，增强身体免疫力，减少感染的风险。保持充足的休息，避免过度劳累和精神紧张，有助于身体康复。

6. 环境卫生

保持室内空气流通，保持环境清洁卫生，避免细菌滋生。定期清洁卫生间、厨房等易滋生细菌的地方。

7. 注意药物

遵医嘱使用抗生素或其他治疗药物，按时按量服用，不可随意更改剂量或停药。及时就医，听从医生的建议和治疗

方案，定期复诊，遵循治疗计划。

三、夏季急性肠胃炎的治疗中常用药物情况

1. 抗生素

如阿莫西林、头孢菌素等，用于治疗细菌感染引起的肠胃炎。用药注意事项包括按医生指导用药剂量和用药时长，避免滥用抗生素和自行停药。

2. 抗菌药物

如甲硝唑、氟喹诺酮类药物等，用于治疗寄生虫感染引起的肠胃炎。用药注意事项包括遵循医生的用药指导，避免与酒精同时使用，避免过量使用。

3. 止泻药

如鸦片类药物、肠道黏膜保护剂等，用于缓解腹泻症状。用药注意事项包括遵循医生的用药指导，避免长期使用，避免与其他药物相互作用。

4. 补液盐

如口服补液盐溶液，用于补充因腹泻引起的体液和电解质丢失。用药注意事项包括按照医生的指导正确使用补液盐溶液，避免过量或不足。

5. 抗胆碱药物

如山莨菪碱、阿托品等，用于缓解胃肠道痉挛和腹痛。用药注意事项包括遵循医生的用药指导，避免过量使用，避免与其他药物相互作用。

需要注意的是，具体的药物选择和用药注意事项应根据医生的诊断和个体情况来确定。在用药过程中，患者应遵循医生的指导，按照用药剂量、用药频次和用药时长正确使用药物，避免滥用药物和自行调整剂量。如果有任何疑问或不适，应及时向医生咨询。

四、夏季急性肠胃炎患者用药注意事项

在用药期间，患者应遵循医生或营养师的建议，选择清淡、易消化的食物，避免油腻、辛辣、刺激性食物。同时，避免饮用含有咖啡因或刺激性饮料，如咖啡、茶、碳酸饮料等。患者应按照医生的指导，准确使用药物，遵循用药剂量、用药频次和用药时长。不可随意更改剂量或停药，也不可自行增加或减少药物的使用。如果有任何疑问或困惑，应及时向医生咨询。规范用药是夏季急性肠胃炎治疗的关键。正确使用药物可以有效控制病情，减轻症状，促进康复。如果患者不按医嘱用药，或者用药不规范，可能导致病情反复或加重，延长康复时间。如果患者未按医嘱用药，或者过早停药，可能导致病原微生物未被完全清除，病情反复。此外，不规范地用药也可能导致药物不充分吸收或药物耐药性的产生，从而影响疾病治疗效果。