

## 上腸胃道出血病患出院護理指導

- 一、遵循醫生處方治療，按時服藥、定期門診追蹤。
- 二、合宜的營養與飲食：少量多餐、八分飽、定食定量，避免饑餓。
- 三、避免刺激性食物：辛辣、菸、酒、咖啡、過冷或過熱食物。
- 四、避免服用含有阿斯匹靈及類固醇的藥物。
- 五、保持心情穩定，避免熬夜，充足睡眠。
- 六、適度及規則性的活動。
- 七、預防合併症，若有下列症狀，請儘速就醫：
  - (一) 出血：解黑便、嘔吐咖啡物或吐血。
  - (二) 穿孔：突發性的疼痛，腹部會變的硬如木板。
  - (三) 幽門阻塞：噴射性嘔吐。
  - (四) 頑固性潰瘍：反覆性的疼痛與出血。

諮詢電話：07-7511131 分機 2593、2246

民生醫院全體醫護人員 祝您早日康復