

23 | 肚子痛怎麼辦？哪些情況需要儘速就醫？

腹痛劇烈時，請先暫停進食與飲水，並儘快就醫。若為闌尾炎等需要手術的急症，維持空腹可較快安排手術。

看診時請先說明三件事

- **疼痛位置：**以手指指出最痛的部位。
- **疼痛時間：**從何時開始疼痛。
- **伴隨症狀：**例如嘔吐、腹瀉、發燒、腰痛、胸痛或背痛。

其他細節醫師會再詢問，據實回答即可。女性請告知最後一次月經日期，以及是否可能懷孕。

留意闌尾炎

闌尾炎（俗稱盲腸炎）是常見的腹痛急症，**主要表現為右下腹痛、發燒與嘔吐。**典型的疼痛變化如下：

- 起初在肚臍周圍悶痛，數小時後轉移至右下腹，且逐漸加劇。
- 常合併食慾不振、噁心嘔吐與輕微發燒。
- 行走、咳嗽或跳動時，右下腹疼痛加劇。

兒童、年長者與孕婦的表現常不典型，不能僅因沒有發燒、仍能行走，或服用止痛藥後稍有緩解，就認定沒有問題。

應避免的做法

- 請勿自行服用瀉藥或灌腸，也不宜以來源不明的草藥、大量胃藥或「排毒」方式處理。
- 兒童腹痛時，請勿僅視為便秘而自行灌腸。

立即至醫院就醫：突發劇痛、疼痛持續加重、腹部僵硬、吐血或解黑便、昏倒，或腹脹合併無法排氣、持續嘔吐。可能懷孕且出現腹痛或出血，也請立即就醫。兒童反覆嘔吐、腹部明顯脹大、痛到不願走動，或陣發性劇痛合併臉色蒼白，也請儘速就醫。

回診時機

腹痛數小時未緩解、固定在某一處或反覆發作，建議就醫；看診返家後疼痛加劇，或疼痛位置改變（例如從整個腹部悶痛轉為固定於一側），也請再次就醫。如影響進食、睡眠或有任何疑慮，歡迎至診所評估，必要時將安排檢查或轉診。

本衛教單提供一般性資訊，實際檢查與治療請依醫師指示。

吉禾診所 | 新北市新店區民族路 42 號 | 電話 (02) 2916-0808