

胃傾倒症候群之護理指導

***什麼是傾倒症候群:**胃部(部份或完全)切除後，常發生這種合併症。主要原因可能是因食物直接進入空腸內，未 在胃內與消化液做適當的攪拌、稀釋，導致水分由血流中滲入空腸。發生的時間在進食後約 30 分鐘內，病患會有持續性上腹部疼痛、心悸、噁心、眩暈、冒冷汗、飽脹感及無力症狀，持續約 20-60 分鐘，此症狀通常會在手術後 6~12 個月消失。

***傾倒症候群有何症狀:**在進食後 5~30 分鐘或 2~3 小時發生有頭暈、心跳加快、冒汗、蒼白、上腹脹、噁心、腹瀉情形。

***如何預防傾倒症候群產生?**避免用餐後 30 分鐘內發生腸絞痛、飽脹感、脈搏加速、心悸、軟弱無力、冒冷汗、暈眩、噁心、嘔吐、腹瀉等不適情形(又稱胃術後傾倒症候群)，飲食注意事項如下：

- 1.胃切除手術後，初期嚴格限糖，如甜食及含糖飲料，以清淡飲食為主，避免粘稠的濃湯，可選豆漿或無乳糖牛奶及其製品，例如：高蛋白奶粉、安素、優酪乳。或將稀飯、麵條用果汁機打成流質，以少量多餐方式進食，可以減輕胃部的負荷，並增加營養的吸收率。
- 2.為攝取足夠熱量，又能減緩胃排空時間多吃高蛋白、適量脂肪、低鹽、低糖的食物(五穀類少吃)的乾性食物如蛋、豆腐、魚、肉類等食材，之後可隨病患接受程度，漸漸改為半流質加少量細嫩蔬菜煮成稀飯(例如:鹹稀飯)。
- 3.進食中避免一口湯一口食物的進食方式，液體食物如湯或飲料宜在餐後一小時或兩餐間飲用以減緩食物進入小腸的速度。
- 4.細嚼慢嚥、飯後一小時內不宜運動。
- 5.避免食物過熱、過冷，烹煮食物可以煎、蒸、炒方式，少用煮湯方式。
- 6.為了減緩胃排空速率，進食時採採半坐臥的姿勢或半躺姿勢，進食後平躺的姿勢維持至少 30 分鐘，此外，水溶性纖維如果膠(每日十公克)、車前子、燕麥可延緩胃排空。
- 7.避免食用高糖類或太甜的或高碳水化合物，如地瓜、馬鈴薯等食物。

***若有上述不適躺下來休息可以緩解，若症狀持續或加劇，請立即返診處理由醫師、營養師為您診治及飲食指導。**

若您有任何相關的問題，請您直接詢問照顧您的護理人員，我們將竭誠為您服務

敬祝您 身體健康、平安喜樂!

護理部製 2006/2
2013/02 修訂

