

แผนพับนี้ระบุเกี่ยวกับการดูแลระบบทางเดินอาหารเบื้องต้น

ชุดการศึกษาผู้ป่วย:

การทำความเข้าใจเกี่ยวกับระบบ

(หมายเหตุ: แผนพับนี้ไม่สามารถใช้กับการใส่สายป้อนอาหารทางหน้าท้อง)

กลุ่มที่ปรึกษาการดูแลเฉพาะทาง (การดูแลรูเปิด และบาดแผล)

ธันวาคม 2020

การทำความเข้าใจเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร ของคุณ

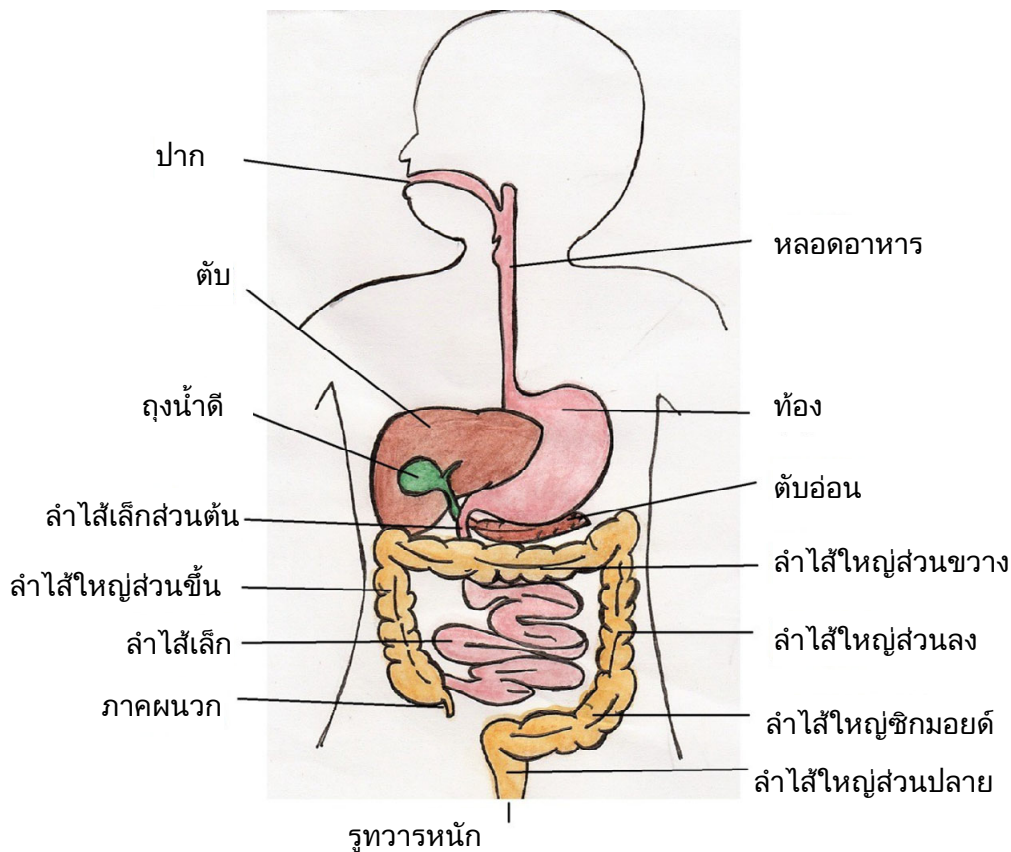
คำนำ: ระบบทางเดินอาหารมักใช้ในผู้ใหญ่ และเด็กที่ต้องการ
และขั้นตอนการดูแลเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหารจะคล้ายกัน
แผ่นพับนี้มอบความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหารสำหรับผู้ป่วย
และผู้ดูแลเพื่อเป็นข้อมูลอ้างอิง หากคุณมีคำถามใด ๆ
โปรดสอบถามผู้ให้บริการดูแลสุขภาพของคุณ

การทำความเข้าใจระบบย่อยอาหารของคุณ

ระบบย่อยอาหาร หรือที่เรียกว่าทางเดินอาหารเป็นอวัยวะที่รวบรวมอาหาร ย่อยอาหาร ดูดซับสารอาหาร และขับกากอาหารออก

หลังจากเคี้ยวอาหารในปากแล้วอาหารจะเข้าสู่กระเพาะอาหารผ่านทางหลอดอาหารซึ่งจะถูกย่อยในขั้นเริ่มแรกจากนั้นอาหารจึงเข้าสู่ลำไส้เล็กผ่านทางลำไส้เล็กส่วนต้น อาหารจะถูกย่อยมากขึ้น สารอาหารและน้ำส่วนใหญ่จะถูกดูดซึมในลำไส้เล็ก

ลำไส้ ลำไส้ใหญ่ส่วนปลาย และรูทวารหนักขนาดใหญ่คือส่วนหลังของระบบย่อยอาหารหน้าที่ของลำไส้ใหญ่ คือ การดื่มน้ำ และอิเล็กโทรไลต์จากวัสดุที่ย่อยได้ที่เหลืออยู่ในลำไส้ เปลี่ยนสิ่งตกค้างที่ไม่ต้องการให้กลายเป็นอุจจาระกึ่งแข็ง หรือของแข็ง อุจจาระจะถูกเก็บไว้ในลำไส้ใหญ่ส่วนปลาย และเมื่อถึงกำหนดจะถูกขับออกทางรูทวารหนัก



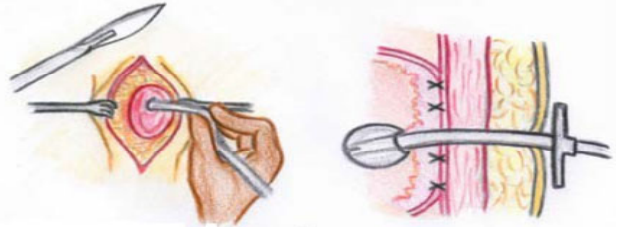
ระบบทางเดินอาหารคืออะไร

การผ่าตัดทางเดินอาหาร

หรือชั่วคราวในผนังช่องท้องโดยตรงในกระเพาะอาหารนี้ใช้เพื่อป้องกันอาหารจากสายยาง
ขั้นตอนนี้เหมาะสำหรับผู้ใหญ่ หรือเด็กที่ต้องการ โดยทั่วไป การผ่าตัดมีสามประเภท

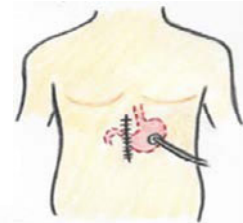
การผ่าตัดระบบทางเดินอาหารผ่านผนังช่องท้อง

หลังจากที่ผู้ป่วยได้รับการดมยาสลบแล้ว
จะมีการเจาะรูขนาดเล็กในช่องท้อง
และใส่สายป้องกันอาหารเข้าไปในผนังกระเพาะอาหาร
จากนั้นจึงเย็บเนื้อเยื่อรอบ ๆ
และสายสวนจะติดอยู่กับผิวหนัง

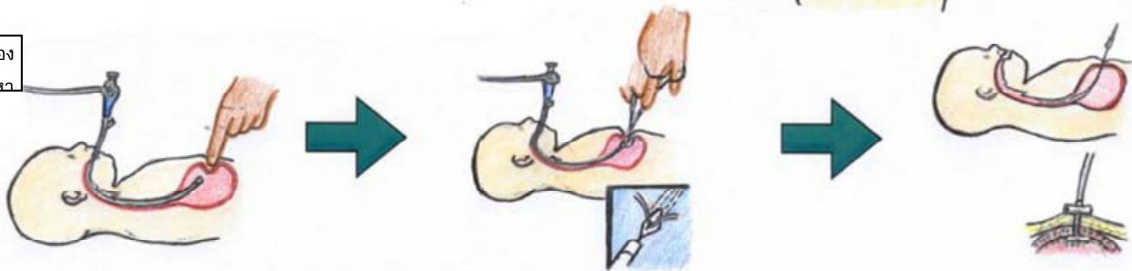


การใส่สายป้องกันอาหารทางหน้าท้อง

โดยปกติจะทำภายใต้การดมยาสลบเฉพาะที่
พร้อมการช่วยส่องกล้อง และการตรวจติดตาม
และการเจาะผ่านผิวหนังเข้าไปในกระเพาะอาหารโดยใส่สาย



การส่องกล้อง
ทางเดิมนว



ยป้องกันอาหารเข้าไปในช่องกระเพาะอาหาร

ระบบทางเดินอาหารผ่านผิวหนังด้วยภาพรังสี หรืออัลตราซาวนด์

ดำเนินการโดยการฉีดก๊าซผ่านสายสวนจนกระทั่งโพรงในกระเพาะอาหารขยายออกจนสามารถมองเห็น
ได้ชัดเจน

ตามด้วยการเจาะผ่านผิวหนังเข้าไปในกระเพาะอาหารภายใต้คำแนะนำเกี่ยวกับภาพถ่ายรังสี
หรืออัลตราซาวนด์ และการวางสายป้องกันอาหารเข้าไปในโพรงกระเพาะอาหาร



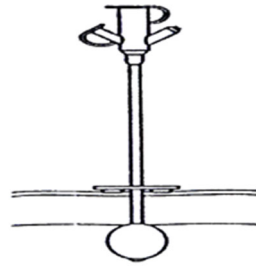
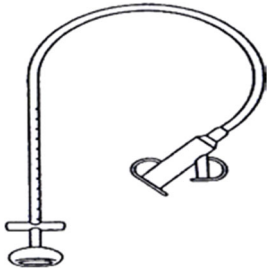
图片来源：livedoor.blogimg.jp

ข้อป้งซี่สำหรัระบบทางเดินอาหาร

1. กล้ามเนื้อช่องปากทำงานผิดปกติซึ่งส่งผลให้กลืนอาหารได้ลำบาก
2. ความผิดปกติของสายป้อนอาหาร และกระเพาะอาหาร
3. ปอดอักเสบจากการสำลักซี่เนื่องจากการใส่สายป้อนอาหารผ่านระหว่างรูจมูกลงไปยังกระเพาะอาหารเป็นเวลานาน หรือมีแผลในกระเพาะอาหารที่มีเลือดออกร่วมด้วย
4. การใส่สายป้อนอาหารผ่านระหว่างรูจมูกลงไปยังกระเพาะอาหารแบบใส่ด้วยตนเองจะส่งผลต่อรูปลักษณะภายนอก

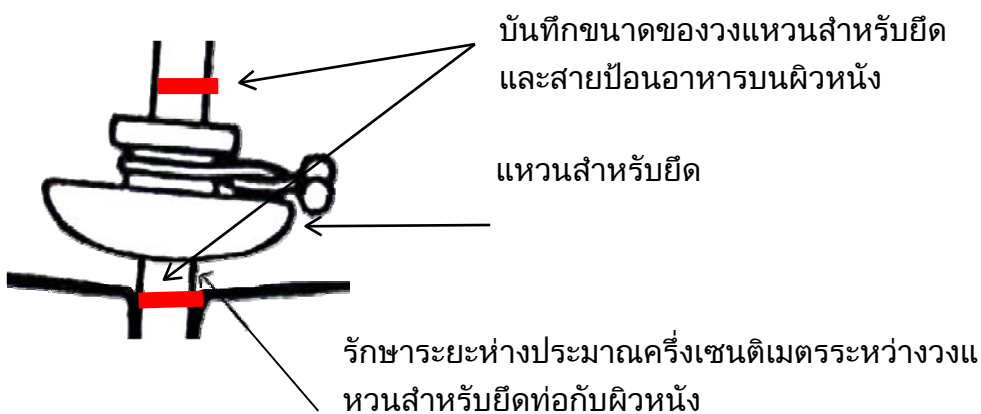
สายป้อนอาหารที่ใช้กันทั่วไป

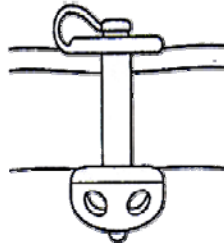
1. สายสวนระบบทางเดินอาหาร



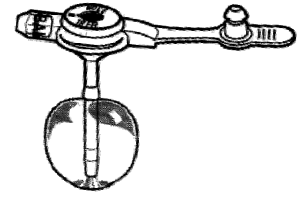
สายสวนระบบทางเดินอาหารชนิดหัวเห็ด

สายสวนระบบทางเดินอาหารชนิดบอลลูน





ปุ่มของระบบทางเดินอาหารชนิดหัวเห็ด



ปุ่มของระบบทางเดินอาหารชนิดบอลลูน

บอลลูนของปุ่มของระบบทางเดินอาหารชนิดบอลลูนควรเติมน้ำที่ผ่านการฆ่าเชื้อ/น้ำกลั่นในปริมาณที่เหมาะสมเพื่อยึดสายป้อนอาหารให้เข้าที่ตามคำแนะนำของผู้ผลิต

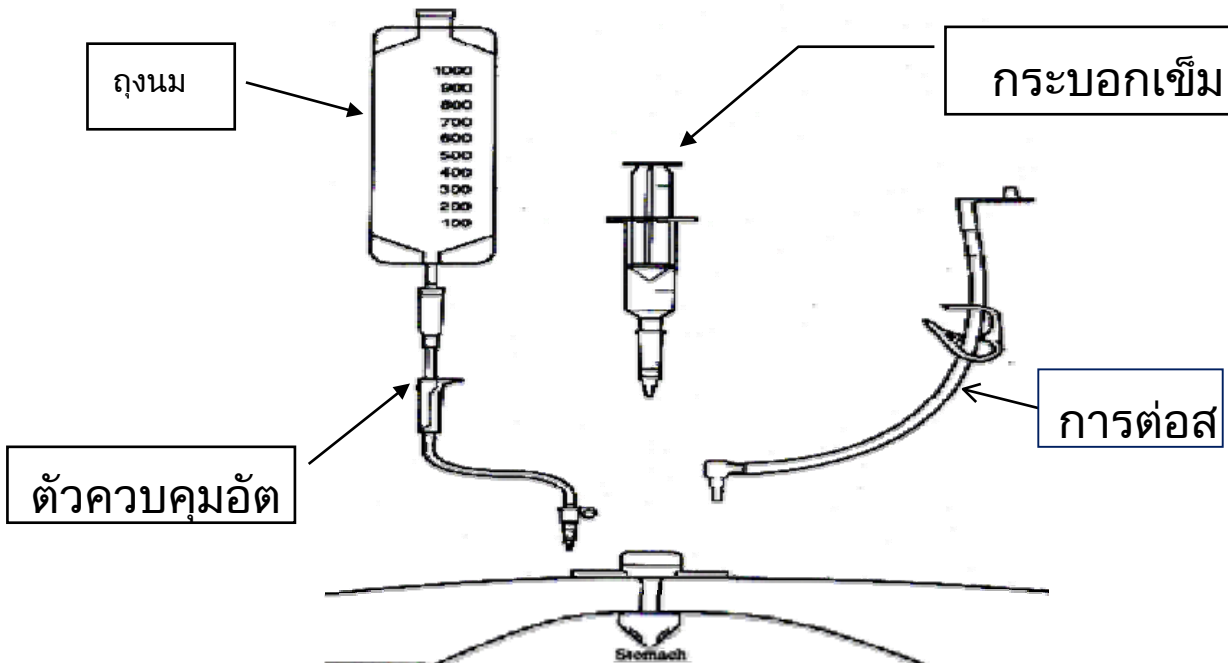
และควรตรวจสอบปริมาณของเหลวในบอลลูนอย่างสม่ำเสมอ

ในกรณีที่มีข้อสงสัย

โปรดปรึกษาพยาบาลด้านรูปเปิด

ควรรักษาระยะห่างประมาณหนึ่งในสี่ของเซนติเมตรระหว่างด้านล่างของปุ่มของระบบทางเดินอาหารและผิวหนัง

➤ อุปกรณ์อื่น ๆ



ข้อควรระวังสำหรับการป้อนอาหารทางหน้าท้อง

ข้อควรระวังสำหรับการป้อนอาหารทางหน้าท้อง

การทำความสะอาดทั่วไป

- ควรรักษาผิวหนังรอบ ๆ ระบบทางเดินอาหารให้สะอาด และแห้ง
- ล้างผิวหนังบริเวณระบบทางเดินอาหารจากภายในสู่ภายนอกโดยใช้ครีมอาบน้ำ และน้ำอุ่น จากนั้นเช็ดให้แห้ง
- ฝ้าดูสภาพผิว และความเสียหายของสายสวน/ปั๊มของระบบทางเดินอาหาร
- หมุนสายสวน/ปั๊มของระบบทางเดินอาหารทุกวันเป็นเวลาหนึ่งสัปดาห์เพื่อป้องกันไม่ให้จมเข้าไปในผนังกระเพาะอาหาร หรือเกาะติดกับเยื่อเมือก
- **หมายเหตุ:**
การผ่าตัดต่อกระเพาะอาหารกับลำไส้เล็กด้วยการใส่สายป้อนอาหารทางหน้าท้องจะไม่เหมาะสำหรับการหมุนสายสวน/ปั๊มของรูเปิดทุกวัน

การป้อนอาหารทั่วไป

- หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มที่เป็นกรด เช่น น้ำมะนาว และน้ำแครนเบอร์รี่ หลีกเลี่ยงการจับตัวเป็นก้อนในสายป้อนอาหาร และอุดตันสายป้อนอาหารที่เกิดจากอาหารซึ่งผลิตจากนม
- อาหารควรอยู่ในอุณหภูมิปานกลางซึ่งใกล้เคียงกับอุณหภูมิร่างกายของคุณ
 - ความร้อนมากเกินไปสามารถทำลายเยื่อเมือกของเยื่อบุกระเพาะอาหารได้
 - เย็นเกินไปอาจทำให้ปวดเกร็งท้องได้
- หากอาเจียนบ่อย ให้ชะลอการให้อาหาร โดยปกติจะไม่ต่ำกว่า 30 นาที และตรวจสอบปริมาณอาหารที่มีส่วนประกอบของนมที่เหลืออยู่
- สำหรับการป้อนอาหารอย่างต่อเนื่อง ให้ล้างท่อด้วยน้ำอุ่นในปริมาณที่เหมาะสมทุกๆ 8 ชั่วโมงเพื่อให้สายป้อนอาหารเปิดโล่งอยู่เสมอ

ข้อควรระวังสำหรับการป้อนอาหารทางหน้าท้อง

การป้อนยา

- รับประทานยาให้ได้มากที่สุด
- ต้องป้อนยาแยกต่างหากจากอาหารเหลวเพื่อป้องกันไม่ให้ยาชิ้นเล็ก ๆ อุดตันสายป้อนอาหาร
- ตรวจสอบว่าสามารถดยาได้หรือไม่ก่อนทำการป้อนยา
- ต้องบดยาให้ละเอียด และละลายในน้ำอุ่นก่อนป้อน
- ยาที่ห่อด้วยฟิล์มจะออกฤทธิ์นาน และไม่ควรบดขยี้
ปรึกษาแพทย์ของคุณสำหรับสูตรที่เหมาะสมสำหรับการป้อนยาทางสายป้อนอาหาร
- ควรให้น้ำอุ่นในปริมาณที่เหมาะสมก่อน และระหว่างการให้ยา และควรล้างสายป้อนอาหารด้วยน้ำอุ่นหลังจากรับประทานยา

การเปลี่ยนสายป้อนอาหารทางเดินอาหารผ่านหน้าท้อง

- ในระยะแรกของการผ่าตัด ช่องทางเดินอาหารยังไม่หายสนิท และไม่ควรเปลี่ยนสายป้อนอาหารผ่านหน้าท้องจนกว่าจะผ่านไปประมาณ 8 สัปดาห์หลังการผ่าตัด
- การเปลี่ยนสายป้อนอาหารครั้งแรกโดยไม่คำนึงถึงรูนั้ มักจะถูกดำเนินการโดยแพทย์
- ในกรณีที่สายป้อนอาหารเป็นชนิดหัวเห็ดต้องให้แพทย์เป็นผู้ดำเนินการเปลี่ยนให้
- ควรเตรียมการเปลี่ยนสายป้อนอาหารล่วงหน้าให้นานที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ หากหลังจากเปลี่ยนสายป้อนอาหารแล้วพบว่า: เลือดออกมาก ท้องอืด หายใจเร็ว และมีไข้ เป็นต้น ควรรีบไปพบแพทย์ทันที

วิธีการป้อนอาหารผ่านสายทางหน้าท้อง

- ช่วยเหลือผู้ป่วยในการป้อนอาหาร และกระตุ้นให้พวกเขาเรียนรู้วิธีการรับประทานอาหาร
- ระหว่าง และหลังป้อนอาหาร 30 นาที ให้อยู่ในท่านั่ง หรือกึ่งนั่ง

ก่อนการป้อนอาหาร

1. ล้างมือของคุณ
2. สังเกตระบบทางเดินอาหาร และสายสวน รวมถึงเฝ้าดูความผิดปกติต่าง ๆ
3. ตรวจสอบตำแหน่งของขนาดวงแหวนสำหรับยึดบนสายสวน และขนาดของผิวหนังเพื่อหลีกเลี่ยงการเคลื่อนตัวของสายสวน
4. ก่อนป้อนอาหาร ค่อย ๆ ดึงสิ่งตกค้างออกจากกระเพาะอาหารด้วยหลอดฉีดยาขนาด 10 มล. เพื่อตรวจสอบปริมาณอาหารที่เหลืออยู่ และเพื่อให้แน่ใจว่าสายสวนอยู่ในตำแหน่งปกติ
5. หลังจากการยืนยันการตรวจสอบแล้ว ให้เติมน้ำอุ่น 10 มล. ลงในสายสวน (3-10 มล สำหรับ ทารก)

วิธีการป้อนอาหารผ่านสายทางหน้าท้อง

ระหว่างการป้อนอาหาร

1. เเทอาหารลงกระบอกเข็มฉีดยา/ถุงนม/ขวดนม และปล่อยให้อาหารไหลลงสู่กระเพาะอาหารด้วยอัตราการไหลตามธรรมชาติ ในระหว่างการป้อนอาหาร สิ่งสำคัญคือต้องป้องกันไม่ให้อากาศเข้าไปในกระเพาะอาหารมากเกินไป
2. ปรับอัตราการไหลของอาหารโดยใช้ความสูงของกระบอกเข็มฉีดยา/ถุงนม/ขวดนม หรือตัวควบคุมอัตราการไหล
3. อย่าป้อนอาหารเร็ว หรือมากเกินไปในแต่ละครั้งเนื่องจากอาจทำให้ท้องอืด และอาเจียนได้

หลังการป้อนอาหาร

1. ล้างสายสวนด้วยน้ำอุ่น 10-50 มล. (3-10 มล. สำหรับทารก) เพื่อป้องกันไม่ให้อาหารจับตัวเป็นก้อน และปิดกั้นสายสวน
2. หลังจากป้อนอาหารแต่ละครั้ง ให้ปิดฝา และเช็ดสิ่งสกปรกที่ตกค้างออกจากสายสวน และผิวหนังของรูเปิดด้วยน้ำอุ่น
3. ยึดสายสวนระบบทางเดินอาหารให้อยู่ในตำแหน่งช่องท้องส่วนบน และอย่าใช้หนังยางพันรอบสายสวนเพราะอาจทำให้แตกได้

วิธีการป้อนอาหารผ่านป้อนทางหน้าท้อง

- ช่วยเหลือผู้ป่วยในการป้อนอาหาร และกระตุ้นให้พวกเขาเรียนรู้วิธีการรับประทานอาหาร
- ทานั่ง หรือกึ่งนอนในระหว่าง และหลังการป้อนนม 30 นาที

ก่อนการป้อนอาหาร

1. ล้างมือของคุณ
2. สังเกตตำแหน่งของป้อนระบบทางเดินอาหาร และคอยดูความผิดปกติ
3. ในกรณีที่มีอาการท้องเสีย หรืออาหารไม่ย่อยจำเป็นต้องตอสายป้อนอาหารเพื่อไล่แก๊ส และประเมินปริมาณอาหารที่เหลืออยู่ในกระเพาะ
4. เปิดป้อนของระบบทางเดินอาหาร และติดสายป้อนอาหารให้ต่อเข้ากับป้อนตามคำแนะนำของผลิตภัณฑ์
5. ใช้เข็มฉีดยาขนาด 10 มล. ดึงสิ่งตกค้างในกระเพาะอาหารออกเพื่อตรวจสอบว่าป้อนทางเดินอาหารอยู่ในตำแหน่งที่ถูกต้อง
6. หลังจากการยืนยันแล้ว ให้เติมน้ำอุ่น 10 มล. ลงในการสายป้อนอาหารที่ต่อ
7. ติดกระบอกเข็มฉีดยา/ถุงนม/ขวดนม

วิธีการป้อนอาหารผ่านปุ่มทางหน้าท้อง

ระหว่างการป้อนอาหาร

1. เทอาหารลงกระบอกเข็มฉีดยา/ถุงนม/ขวดนม
และปล่อยให้อาหารไหลลงสู่กระเพาะอาหารด้วยอัตราการไหลตามธรรมชาติ
ในระหว่างการป้อนอาหาร
สิ่งสำคัญคือต้องป้องกันไม่ให้อากาศเข้าไปในกระเพาะอาหารมากเกินไป
2. ปรับอัตราการไหลของอาหารโดยใช้ความสูงของกระบอกเข็มฉีดยา/ถุงนม/ขวดนม
หรือตัวควบคุมอัตราการไหล
3. อย่าป้อนอาหารเร็ว หรือมากเกินไปในแต่ละครั้งเนื่องจากอาจทำให้ท้องอืด และอาเจียนได้

หลังการป้อนอาหาร

1. ล้างสายป้อนอาหารด้วยน้ำอุ่น 10-20 มล. (10-15 มล. สำหรับทารก)
เพื่อป้องกันไม่ให้อาหารอุดตันสายสวน
และรักษาความสะอาดเพื่อหลีกเลี่ยงการเจริญเติบโตของแบคทีเรีย
2. หลังการป้อนอาหารแต่ละครั้ง ให้ถอดสายป้อนอาหารออก ปิดฝา
และเช็ดการเชื่อมต่อปุ่มของรูเปิด และสิ่งสกปรกที่ตกค้างจากผิวหนัง
ของรูเปิดด้วยน้ำอุ่น

ปัญหาที่พบบ่อย และวิธีจัดการกับปัญหาเหล่านั้น

(1) อาการแพ้ และผื่นแดงบนผิวหนัง

สาเหตุ

- การรั่วของสายป้อนอาหารผ่านสายทางหน้าท้อง
- มีของเหลวไหลออกจากระบบทางเดินอาหารมากเกินไป
- ปฏิกริยาการแพ้สายป้อนอาหาร

การแก้ปัญหา

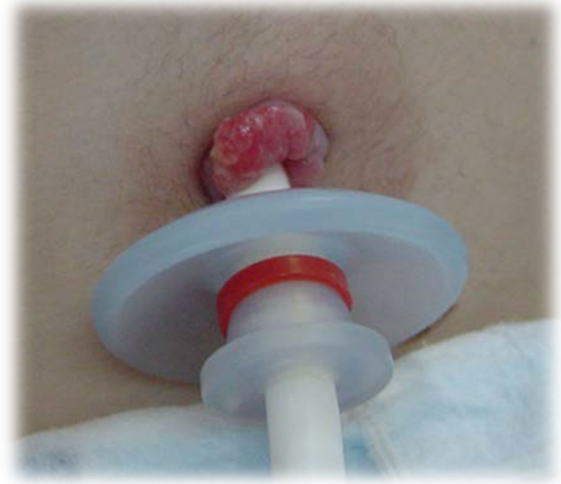
1. รักษาผิวหนังบริเวณรูเปิดให้สะอาด และแห้ง
2. ทำความสะอาดผิวหนังของระบบทางเดินอาหารด้วยน้ำอุ่น และทาครีม บำรุงผิว เช่น ซี้ฟิ่งที่มีส่วนผสมของสังกะสีออกไซด์หลังจากการทำให้แห้งแล้ว
3. ใช้สายสวนทางเดินอาหาร/ปั๊มของระบบทางเดินอาหารที่มีโอกาสก่อให้เกิดการแพ้ได้น้อย เช่น ผลิตภัณฑ์ซิลิโคน
4. การใช้สายป้อนอาหารชนิด และขนาดที่กำหนดจะช่วยลดการรั่วไหลของรูเปิดได้
5. หากมีอาการร้ายแรง
คุณควรปรึกษาผู้ให้บริการด้านสุขภาพของคุณ



(2) ก้อนเนื้อที่มีลักษณะนูน

สาเหตุ

- การเคลื่อนไหวของสายป้อนอาหารมากเกินไป
- ผิวหนังของรูเปิดเปียกมากจนเกินไป



การแก้ปัญหา

1. ทำความสะอาดผิวหนังของรูเปิดอย่างสม่ำเสมอ และทำให้แห้ง ทาครีมป้องกันผิวหนังบาง ๆ หากจำเป็น
2. ยึดสายสวนระบบทางเดินอาหารให้เข้าที่เพื่อลดการยืดออก
3. ใช้ชนิด และขนาดของสายสวนทางเดินอาหาร/ปุ่มของระบบทางเดินอาหารที่กำหนดไว้เพื่อลดการรั่วไหล และการระคายเคืองผิวหนัง
4. หากมีอาการร้ายแรง คุณควรปรึกษาผู้ให้บริการด้านสุขภาพของคุณ

(3) การรั่วไหลของระบบทางเดินอาหาร

สาเหตุ

- ดึงสายป้อนอาหารมากเกินไป
- รุนหรือขนาดสายสวนระบบทางเดินอาหาร/ปุ่มของระบบทางเดินอาหารไม่เหมาะสม
- บอลลูนแตก และการรั่วไหล
- แหวนสำหรับการยึดสายป้อนอาหารหลวม
- ความดันในช่องท้องสูง



การแก้ปัญหา

1. ตรวจสอบ และปรับตำแหน่งของแหวนสำหรับยึดบนสายป้อนอาหารเป็นระยะ
2. หากความดันในช่องท้องสูงเกินไป ปริมาณของกระเพาะอาหารอาจเล็ดลอดออกมาเล็กน้อย ควรรักษาผิวหนังรอบ ๆ ระบบทางเดินอาหารให้สะอาด และแห้ง
3. เปลี่ยนป้อนอาหารผ่านสายทางหน้าท้องเป็นชนิด และขนาดที่เหมาะสมเป็นประจำ
4. ตรวจสอบปริมาณน้ำในบอลลูนของสายป้อนอาหารเป็นประจำ
5. ฝ้าตรวจสอบสถานะการย่อยอาหารของผู้ป่วย และตรวจสอบปริมาณอาหารที่เหลืออยู่ในกระเพาะอาหารอย่างสม่ำเสมอ
6. หากมีอาการร้ายแรง คุณควรปรึกษาผู้ให้บริการด้านสุขภาพของคุณ

(4) สีแดงของผิวหนังรอบ ๆ ระบบทางเดินอาหาร

สาเหตุ

- การรั่วไหลของของเหลวในกระเพาะอาหารทำให้ผิวหนัง
- แแรงกดบนรอบ ๆ ผิวหนัง



การแก้ปัญหา

1. เพิ่มความถี่ในการดูแลรูเปิดด้วยการใช้แผ่นป้องกันหรือครีมทาบนผิวหนังที่เสียหายหลังจากทำความสะอาดรอยรั่วด้วยน้ำอุ่น
2. ใช้ผ้าพันแผลซับรอยรั่วของรูเปิด เปลี่ยนแผ่นป้องกัน และทำความสะอาดเป็นประจำ
3. วงแหวนสำหรับยึดสายป้อนอาหารผ่านสายทางหน้าท้องต้องอยู่ระหว่างปุ่มของระบบทางเดินอาหาร และผิวหนังประมาณครึ่งเซนติเมตรหรือประมาณหนึ่งในสี่เซนติเมตรเพื่อลดแรงกดบนผิวหนัง
4. ใช้ชนิดและขนาดของสายสวนทางเดินอาหาร/ปุ่มของระบบทางเดินอาหารที่ถูกต้องเพื่อลดการรั่วไหล
5. หากมีอาการร้ายแรง คุณควรปรึกษาผู้ให้บริการด้านสุขภาพของคุณ

(5) การเลื่อนหลุดของสายป้อนอาหารผ่านทางหน้าท้อง

สาเหตุ

- บอลลูนรั่ว หรือแตก
- สายป้อนอาหารไม่ได้รับการยึดติดแน่นอย่างเหมาะสม

การแก้ปัญหา

1. ตรวจสอบปริมาณของของเหลวอย่างสม่ำเสมอในสายสวนระบบทางเดินอาหารชนิดบอลลูน/บอลลูนของปุ่มระบบทางเดินอาหาร
2. หากพบว่าบอลลูนรั่วต้องเปลี่ยนโดยเร็วที่สุด
3. การยึดติดสายป้อนอาหารให้แน่นอย่างเหมาะสม ยังสามารถรัดสายรัดที่ยื่นออกมาได้อีกด้วย
4. หากสายป้อนอาหารหลุดออกโดยไม่ตั้งใจ ให้หยุดป้อนอาหารทันที และรีบเข้าพบแพทย์โดยเร็วที่สุด
เนื่องจากช่องของรูเปิดจะแคบลงหลังจากการดึงออกไม่กี่ชั่วโมงจึงอาจจำเป็นต้องสร้างท่อทางเดินอาหารใหม่หากไม่จัดตำแหน่งให้เร็วกว่านี้

(6) การอาเจียน

สาเหตุ

- ป้อนอาหารเร็ว หรือมากเกินไป
- แก๊สในกระเพาะอาหารมากเกินไป
- การติดเชื้อมในลำไส้
- ลำไส้อุดตัน

การแก้ปัญหา

1. ป้อนให้ช้าลง แต่บ่อยขึ้น
2. ก่อนป้อนนม ให้ทำให้ท้องแบน และตรวจดูปริมาณอาหารที่มีส่วนประกอบของนมที่เหลืออยู่ในท้องก่อนที่จะคำนวณปริมาณที่ต้องป้อน
3. เวลาป้อนอาหารไม่ควรน้อยกว่า 30 นาที
4. ใช้ท่านั่ง หรือกึ่งนั่งในระหว่าง และหลังป้อนอาหาร 30 นาที
5. จัดเก็บอาหารที่ทำจากนม และอุปกรณ์ป้อนอาหารอย่างเหมาะสมเพื่อลดการเจริญเติบโตของแบคทีเรีย ควรน่านมกระป๋องไปแช่เย็นหลังจากเปิด และทิ้งหลังจาก 24 ชั่วโมง
6. หากมีอาการอาเจียน ท้องอืด หรือปวดท้องคงอยู่ โปรดปรึกษาผู้ให้บริการด้านสุขภาพของคุณหากอาการรุนแรง

(7) ท้องเสีย

สาเหตุ

- การติดเชื้อในลำไส้
- เปลี่ยนเป็นอาหารใหม่ที่มีนมเป็นส่วนประกอบ
- ใช้น้ำประปาที่ปนเปื้อน หรือยาระบายอุจจาระก่อนหน้า
- ความไวต่อแลคโตส

การแก้ปัญหา

1. หลีกเลี่ยงการเปลี่ยนอาหารที่มีนมเป็นส่วนประกอบบ่อยครั้ง
2. หากคุณเปลี่ยนอาหารที่มีนมเป็นส่วนประกอบหลัก ให้ลองให้อาหารในปริมาณเล็กน้อยก่อนเพื่อสังเกตการดูดซึมของลำไส้ แล้วค่อย ๆ เพิ่มปริมาณในการป้อน
3. หากคุณมีความไวต่อแลคโตส ให้ขอคำแนะนำ
และความช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพ หรือนักโภชนาการ
4. จัดเก็บอาหารที่ทำจากนม และอุปกรณ์ป้อนอาหารอย่างเหมาะสมเพื่อลดการเจริญเติบโตของแบคทีเรีย ควรนํานมกระป๋องไปแช่เย็นหลังจากเปิด และทิ้งหลังจาก 24 ชั่วโมง
5. หากมีการใช้น้ำประปาที่ปนเปื้อน หรือยาระบายอุจจาระ อาการท้องเสียอาจเกิดขึ้นเพียงชั่วคราว หากยังคงมีอยู่ โปรดปรึกษาผู้ให้บริการด้านการดูแลสุขภาพของคุณ

ฉันจะขอความช่วยเหลือได้ที่ไหนหากฉันมีปัญหาเกี่ยวกับระบบ



ทางเดินอาหาร

- พยาบาลด้านรูปืด
- ศัลยแพทย์
- เว็บไซต์ HA Smart Patient (สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม
คุณสามารถสแกนบาร์โค้ดที่ด้านล่างได้)

