



# 早產兒

## 居家照護手冊



親密相伴 陪他長大

在還來不及準備妥當前，  
早產兒就必須提早面對一段艱難的成長歷程，  
父母的疑慮，以及一個未知的未來，  
事實上，只要有完整的醫療照顧，  
早產兒將有很高的治癒率，  
為了幫助早產兒渡過這段艱難的成長歷程，  
馬偕紀念醫院，  
及民間企業團體共同發起成立  
中華民國早產兒基金會  
我們機將透過各種管道，  
為早產兒及其家庭點燃信心與希望，  
同時也藉由各種活動，  
推廣正確的觀念和知識，  
以預防早產兒的發生。  
這是一份生命的事業，  
願凝聚你我的關懷，  
幫助早產兒準備  
他還來不及準備的那一部份，  
讓他的人生，有個更好的開始。  
請記下這個募款專線：

(0二) 二五一—一六〇八・〇八〇〇—〇〇三五九五  
郵政劃撥：一五七五四一九三(戶名：台灣早產兒基金會)



# 早產兒居家照 護手冊-父母篇

---

# 早產兒居家照護手冊-父母篇

## 目錄

|                   |    |
|-------------------|----|
| 序—台灣早產兒基金會        | 3  |
| 護士的叮嚀             | 4  |
| 出院後追蹤項目           | 5  |
| <b>早產兒一般性照護</b>   |    |
| 母乳篇               | 8  |
| 餵食篇               | 37 |
| 體溫調節篇             | 45 |
| 沐浴篇               | 47 |
| 排泄篇               | 50 |
| 預防接種篇             | 52 |
| 預防感染篇             | 63 |
| 睡眠篇               | 64 |
| 感官刺激篇             | 68 |
| <b>早產兒特殊問題的照護</b> |    |
| 呼吸問題的觀察及處理        | 72 |
| 腸胃道問題             | 78 |
| 臍疝氣及腹股溝疝氣         | 80 |
| 餵藥的方法             | 81 |
| 何時父母應帶嬰兒返診        | 82 |
| <b>兒童發展簡易篩檢表</b>  |    |
| 兒童發展簡易篩檢表         | 84 |
| <b>早產兒返診諮詢篇</b>   |    |
| 早產兒基金會居家護理諮詢專線    | 92 |
| 母乳支持諮詢專線          | 93 |

# 序

台灣的早產兒的比例佔新生兒的8%~10%，即便是少子化的現在，每年台灣還是有約兩萬多個，在媽媽肚子裡還來不及準備妥當的新生命，必須提早出社會，面對一段艱難的成長歷程。

事實上，以目前台灣醫療水準，早產兒已有很高的治癒率，只要給他機會，在完整的醫療照顧下，大部份可以出院。然而，當這些「過五關斬六將」的生命小鬥士，被醫護團隊評估「可以出院」時，常常又是另一段艱辛旅程的開始。

早產兒基金會成立於民國八十一年，早期醫療及經濟環境差，基金會主要對早產兒家庭提供經濟方面協助。民國八十四年健保成立以後，我們就把服務延伸到對醫療品質的提昇，尤其是居家護理-也就是出院以後的延續照顧，極低體重早產兒的追蹤服務以及對於預防早產兒的發生等這幾個項目。我們希望這樣的照顧，不僅能夠減少早產兒的發生，也可以使早產兒的照顧更為完善。

基金會為落實早產兒持續性照護，特設立「居家照護」小組，除致力於建立早產兒居家照護之服務模式，追蹤及管理早產兒出院後之照護及發展，提升早產兒家庭生活品質之外，也編了居家照護手冊，希望對早產兒的家長，尤其是新手父母，能有實質的幫忙，以促進早產兒出院後之健康以降低醫療成本。

台灣早產兒基金會

董事長

李宏昌

## 護士的叮嚀

您的寶寶終於「過關斬將」，在家人及醫護人員的期盼下，即將出院了。

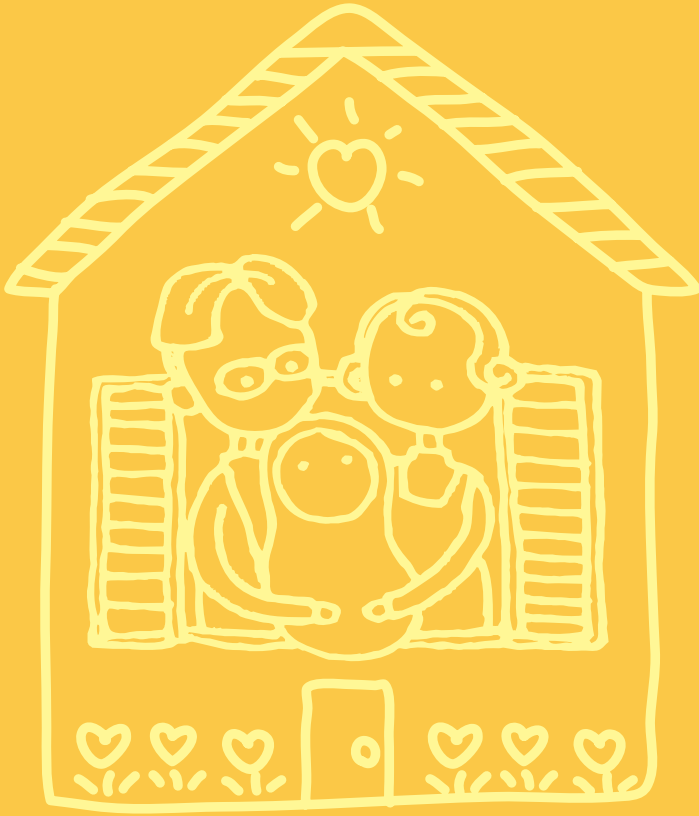
您大概會問：「回家後，我該如何照顧寶寶？」

首先，您需要有心理準備，寶寶剛回家時，是彼此的適應期，要給自己及寶寶一些時間。您若過度擔心寶寶的呼吸、飲食及睡眠等問題，只會使自己焦慮、精疲力盡。其實，大多數的早產兒出院回家時，與足月兒並無太大差異，我們只要抱著平常心去照顧即可。在此，提供您早產寶寶回家後照顧上所需要的一些育嬰知識，相信寶寶在您「愛」的保護下，必能獲得很好的照顧。



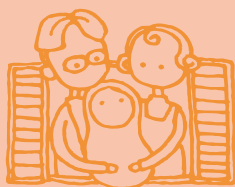
## 出院後追蹤項目

- 出生後年齡（chronological age）：從出生日開始算的年齡。
- 矯正年齡(corrected age)：由預產期當天開始算的年齡。  
例如：寶寶在3月1日出生，懷孕週數28週（提早約3個月），  
預產期為5月24日，在9月1日時，其出生後年齡為6個月。
- 矯正年齡則為現在日期減預產日 $9月1日 - 5月24日 = 約3個月又一週$ 。
- 如果不知道預產日，也可用出生後年齡扣除早產的年齡，  
也就是6個月－3個月＝3個月大（矯正年齡）。
- 評估生長發育及添加副食品需使用矯正年齡。至兩歲左右，  
不需再使用矯正年齡。
- 醫師會根據嬰兒狀況安排定期的生長發育評估、聽力檢查、  
視力檢查、定期追蹤心智發展、肌肉張力評估等項目。



# 早產兒 一般性照護

---



# 母乳篇

## 1. 為什麼要餵母乳

早產兒，特別是那些較輕、較小的，一出生就面臨了許多的挑戰。因為他們還沒有準備好要離開媽媽的子宮，就提早來到人間，所以他們的消化系統尚未成熟。這時母乳正好可以提供重要而且好吸收的營養給這些寶寶。母乳中的蛋白質較易消化且適合嬰兒，脂肪是提供早產兒成長所需的能量。母乳中有一種酵素（脂肪分解酶），可以幫助嬰兒更有效率地消化母乳中的脂肪。產後的前幾週，早產兒的母親分泌的乳汁比一般足月嬰兒母親的乳汁含有更多的蛋白質、鈉、磷、氯化物和其他養份。儘管這種差別僅於出生後一個月左右，但這些額外的營養還是很重要的。

此外，母乳可以保護早產兒免於感染的危險，早產兒因免疫系統未成熟，就需更費力地與入侵的病菌對抗，所以母乳中之活細胞及與免疫有關的成份，對早產兒就顯得格外的重要。以母乳哺育的足月嬰兒，較少感冒、腹瀉、過敏和耳朵發炎，縱然發生，也較輕微。早產兒最迫切需要母乳的原因，是能得到免疫性的保護。

正在進行的研究發現，母乳中有許多荷爾蒙和酵素，包含多種生長激素。直至今為止，科學家對於這些荷爾蒙酵素之作用的了解很有限，但是研究者都認為，它們可能與嬰兒之消化系統及神經系統的成熟有很重要的關聯。

哺育母乳對早產兒身體健康和發展是很重要的，哺育母乳對於母親也是很重要的，能增進母子之間感情的聯結。只有嬰兒的母親能夠提供給他母乳。用母乳哺育寶寶，也使你們肌膚親蜜接觸。縱然他還不能直接在妳懷中吸奶，為他擠奶也使你們之間有如懷孕期間的連結感。醫師和護士可能暫時是照顧妳早產兒的主

要人員，但唯有妳提供的母乳能幫助他成長和茁壯。就為了這個原因，許多母親就很願意認真的餵母乳。

## (1) 擠出奶水

當早產兒還沒有辦法自己吸吮母乳的時候，母親必須先要將乳汁擠出來，這樣才能維持乳汁的分泌。何時開始擠奶，必須視母親身心狀況而定，但一般而言，愈早愈好。

醫院大多會有電動吸奶器，多數媽媽覺得用電動吸奶器吸出奶水最容易。若尚無醫院人士與你提起吸奶器的事，你就需要問護士如何取得使用吸奶器之事宜。或者妳可以聯絡製造吸奶器的公司以得到更詳細的資訊，電動吸奶器買起來價錢高，但可以用合理的價位租借使用。

妳要使用電動吸奶器，隨之會送來一些收集奶水的用品，包括罩在乳房上的罩杯、集奶瓶及一些管子。護士可以教妳如何使用吸奶器；妳也可以參考所附的說明書。

僅管母乳中含有一些生菌，對嬰兒卻通常是無害的。母乳中含有多種抗菌的成份，當母乳擠出存放時，這些抗菌的成份，會抑制細菌的生長，使其控制在最小的範圍之內。然而，妳還是必須小心地儲存乳汁，儘可能的使細菌減到最少，畢竟早產嬰兒還是比較容易受感染的。妳寶寶所住的新生兒加護病房，對奶水的擠出及儲存，可能會有其特別的指示，請妳遵照著做。



## (2) 如何擠奶

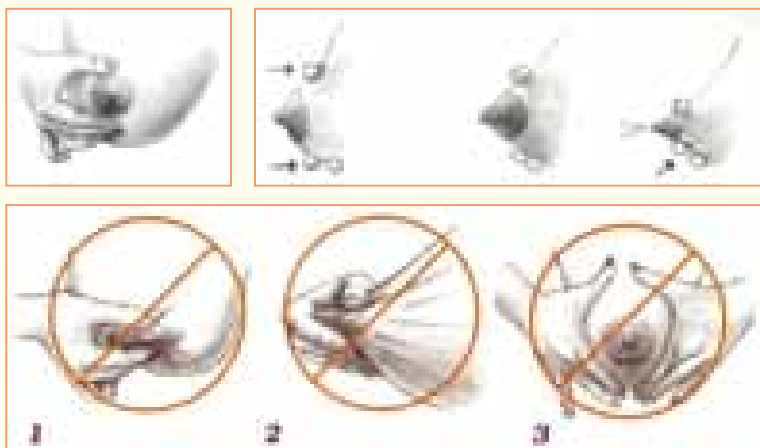
1. 將吸奶器具消毒過，取出備好、倒好的一杯水或果汁，將手洗淨。
2. 坐下，花點時間放鬆一下，將煩惱拋開，想一些愉快的事。
3. 有些媽媽覺得作些按摩有助於放鬆，且能刺激噴乳反射。按摩時先由近腋下處，在同一點上以指尖作圓形動作，再將手至另一處，在乳房上向著乳頭方向作環狀按摩。
4. 乳頭對準吸乳器罩杯之正中央，若有不同大小之罩杯，妳就選用最合適的那一個：能緊貼著乳暈周圍，不能太大。圈住乳暈形成一封閉空間，用溫水濕潤一下，也有幫助。
5. 若妳使用電動吸奶器，開始時先用最低速的。若用手動吸奶器，開始時也不要太用力。之後妳可以轉強或更用力，但不要強到使自己不舒服的程度，妳需要用力到有效地吸出奶水，但不要使自己的乳頭很酸痛。你可以透過罩杯看見乳頭及乳暈部份作前後的移動，當有噴乳反射時，你還能觀察到乳汁噴灑出來的情况。
6. 先擠一邊，持續五分鐘，或是直到乳水擠出量變小，然後擠另一邊。如此交互地擠兩邊的乳房二至三次。
7. 小心地將擠出來的奶水放到儲存容器中，標下寶寶的名字及擠奶時間，放入冰箱（冷藏或冷凍保存，詳見P.18），小心不要碰觸到容器內側及奶水。
8. 使乳頭風乾一下，洗淨並消毒你用的擠奶器具。



假如妳的寶寶還無法親自吸奶，妳需要每隔二、三個小時就將乳汁擠出來，最近的一項研究發現，媽媽們必須每天至少五次，總共100分鐘的時間來將乳汁擠出來，以維持乳腺繼續分泌。另外，每隔一小段時間就擠一次，比間隔一段很長時間再一次擠很久，更為有效。有一些媽媽們，當她們奶漲得很不舒服時，會在一大早或半夜醒來將乳汁擠出。也有些媽媽說，幾小時連續的睡眠，有助於乳汁的分泌，並使她們白天能夠面對有個寶寶仍在住院的壓力。

## (3) 用手擠奶法

有些母親喜歡用手將乳汁擠出而不用吸奶器，用手擠奶法可能須要經過幾次的學習，但它的好處是，需要的裝備最少——只需要一個容器來收集被擠出的乳汁。縱然妳通常是使用吸奶器，也值得學一學這種方便的“用手擠奶法”。用手擠奶的方法是：將大拇指和另四根指頭分開，分別放在乳暈後的上方和下方離乳頭約2~3公分處，先向胸壁壓入，再將指頭壓近擠出奶水。在擠壓時，指頭勿在乳房皮膚上滑動，才不會造成皮膚的傷害。



▲ 圖片參考來源：玫子媽媽網站

當乳房某一區域的乳汁擠不太出來了，則須旋轉妳的手，在乳暈周圍的其它部位，重覆擠壓的動作，以擠完整個乳房各處乳管的乳汁。同一乳房的某些乳管，可能要用另一隻手才容易擠。大約一邊的乳房擠五分鐘後換邊，重覆施行即可。

#### (4) 手動之吸奶器

目前有多種手動吸奶器：藥房、嬰兒用品店有售。市面上也有一些電動或是用電池的吸奶器。大型電動吸奶器效果是最好的，但手動的吸奶器及小型動力吸奶器卻有攜帶容易之便。

手動吸奶器有兩類：橡皮球式的及圓柱型的；橡皮球式的不易持續規律地操作，而其最簡單的如腳踏車喇叭型的，因為不易充份消毒，不適合用來吸奶給早產兒。用手動吸奶器的媽媽大多喜愛用市售的圓柱型吸奶器：由兩個套在一起的圓柱長筒構成的，吸奶時奶水就收集在一個長圓柱筒中。有些圓柱形的吸奶器可以手動，亦可以接在電動吸奶器上使用。

#### (5) 噴乳反射

擠奶與直接哺餵寶寶是不同的，有時媽媽會感到很難使自己放輕鬆，就不太容易產生使乳水大量流出的噴乳反射。

以下是幾點建議：

- ・ **遵循一套固定的擠奶模式**。在固定地點，坐在一張可以支持妳雙臂，並使妳全身舒適的椅子上。
- ・ **減少分心**；將電話筒拿起來，聽一些可以放鬆心情的音樂，準備好一切妳所可能需要的東西，包括倒好一杯飲料、預備一份營養的點心，和所需閱讀的各樣資料。

- ・ **先洗個熱水澡**，或將溫濕的毛巾覆蓋在乳房上，可以刺激乳汁流出。妳可以一邊淋浴一邊按摩乳房。（妳不需在每次擠奶前都這麼做，但當妳很忙亂、緊張時，這樣做確實是有助益的）。
- ・ **想像妳正處於一個令人愉快的環境**——溫暖的沙灘；浪潮輕拍的岸邊；山林小溪的附近；或可以享受和風拂面的所在。把妳的心思，全部移轉到這幅美景上。
- ・ **思想妳的寶寶**、看看他的照片，想像把他抱在胸前的感覺。擠奶之前，打個電話給護士小姐，詢問妳小寶寶現在的活動情形。可能的話在妳探望寶寶之後，就在醫院裡面擠奶，甚至在他的床邊更好。
- ・ **當妳想到妳的寶寶**，或聽到別的小寶寶哭的聲音，或某些特定情況都可能刺激你的乳汁流出。假如當時妳並沒有準備擠奶，當妳感到有噴乳反射或奶水流出來時，好好把握住這麼方便的機會，趁機擠幾分鐘奶！
- ・ **若妳需擠奶也需照顧較大的孩子**：在擠奶前，妳可預先滿足他們一切的需求。安排好讓他們坐在妳旁邊，讀書給他們聽或做一些妳可以同時照顧得到的安靜活動。



每天要擠奶六、七次，或更多次，有時令人覺得麻煩、乏味。但請牢記在心，妳和妳的乳汁對早產孩子的重要性，絕對是不容置疑的！有一天，寶寶能夠被妳擁抱在胸前，自己吸吮乳汁，不需要再擠奶了。當妳精神上需要幫助時，打電話給支持妳的朋友，或其他同為早產而且也在擠奶的媽媽們。國際母乳協會的諮詢員也能成為妳的支持者，雖然她不一定曾經歷與妳相同的情況，但她能了解妳的挫折感，並提供有益的建議。她深知哺餵母乳對母親及嬰兒均是極其重要的，她也知道在哺餵過程中有時會很順利，也會有不易的時光。(P.91~P.104有全國的母乳諮詢專線，可多加利用)

#### (6) 維持妳的乳汁分泌

許多母親曾發現，當她擠奶幾週後，乳汁會減少。使用吸奶器，或用手擠奶，有時無法像直接哺餵寶寶一樣，那麼有效率地刺激乳腺排出乳汁，這是正常的現象，但卻可能使妳感到困擾，尤其如果正當此時，小寶寶的食量又正在增加，很自然的，妳會很在意妳所分泌的奶量。媽媽們有時會覺得自己成天和吸奶器黏在一起，試著不要太擔心，並繼續專注於妳的目標——有一天寶寶會健康地在妳胸前吸吮。當寶寶已經學會自己吸吮乳汁時，妳的乳汁自然會增加至能夠滿足他的需要。當妳需要擠奶時，遵照以下幾點，可以增加妳乳汁的供給量：

- ・ **經常擠奶**。最近的一個研究發現，母親們需要每天至少五次，總共100分鐘的擠奶時間，以維持乳汁的製造。  
擠奶間隔時間短，比間隔時間長要好。



- **循著妳往常的慣例。**放鬆自己，並在妳擠奶前用手輕輕按摩乳房。此時，妳也可以看看他的照片。
- **儘量休息。**每天抽個空小睡片刻，早點兒上床睡覺。假如妳半夜睡醒，就順便擠奶，但不要因此而犧牲睡眠。
- **集中注意力在真正重要的事上。**例如：到醫院探望寶寶，與妳的配偶相處的時間，照顧你們其他的小孩，多休息！若有太多事要處理，往往會使妳減少擠奶的時間和次數。
- **吃好一點。**尤其是在這有壓力的時期，妳需要更多更好的營養來製造乳汁，並維持健康的身體狀況。每餐都要吃，千萬不可以在這個時候減肥！攜帶一些營養的點心和果汁去醫院。像乳酪、新鮮水果、全麥麵包、生蔬菜、堅果類、優酪乳等這種容易從冰箱及儲物櫃中取出，帶了就可出門的食物。另外，帶一瓶水或果汁，隨時可以補充水份，就不需以汽水或咖啡來止渴了。記得每次擠奶前，先在身旁預備一杯果汁或開水。



此外，有一些食譜菜單是可以幫助發乳的，在此也一併提出讓媽媽們參考食用。

可參考菜單：

- **青木瓜鮮魚湯**（補勞虛、助乳汁分泌、助潤腸）

材料：海水魚一尾、青木瓜三兩、薑絲一小匙、蔥白一小匙、南杏仁二錢。

做法：鮮魚切塊，青木瓜去皮切塊，湯鍋倒入5碗水，煮開後加入魚、青木瓜、南杏仁燉煮入味，起鍋前加入鹽、薑絲、蔥白即可。

- **黑芝麻粥**（適用於產後乳汁不足）

材料：黑芝麻25公克、米適量。

做法：將黑芝麻搗碎，米洗淨，加水適量煮成粥。每日2~3次，或經常佐餐食用。

- **黃酒鮮蝦湯**（適用於產後體虛、乳汁不下）

材料：新鮮大蝦100公克、黃酒20公克。

做法：將大蝦剪去鬚足，煮湯，加黃酒。每日2次。

- **紅糖豆腐**（滋陰養血增乳）

材料：豆腐2~3塊、紅糖50公克。

做法：將豆腐切塊，水煮，加紅糖，可在加入少量米酒。水沸20分鐘後可食。每日1次，連服5天。

- **雞蛋沾芝麻末**

材料：雞蛋（隨個人消化能力而決定數量）、芝麻粉。

做法：雞蛋煮熟、去殼，沾芝麻粉食用。

- **碗豆粥**

材料：碗豆50公克、白米適量。



做法：先煮白米，待水沸騰時，加入碗豆續煮至熟。空腹食用，每日2次。

## ・嫩豆腐豬蹄香菇

材料：豆腐5塊、豬蹄（前腿）一只、香菇25公克、絲瓜250公克、生薑絲少許。

做法：豬蹄切塊先煮，再加入香菇、生薑絲、鹽，後放絲瓜、豆腐。此量需在1~2日內吃完。

## ・花生豬蹄（此道菜很常見，因此不再敘述）

母親的乳汁量，通常隨著寶寶的情況而變動。當妳正在擔心寶寶的健康狀況，甚至憂心他存亡的時候，就不易擠出許多乳汁。嬰兒仍需住在加護病房裡，媽媽的情緒當然是複雜的。而當寶寶狀況改善的時候，妳乳汁的供給量又會再次增加。無論如何，不要停止擠奶，妳的乳房才會持續製造乳汁，當小寶寶可以自己在妳胸前吸吮時，妳才会有奶給他。

## （7）擠奶的其它問題

用吸奶器擠奶，有時乳頭會有疼痛的感覺，假如妳真的覺得痛，可以試試下列方式：多擠幾次，每次不要擠太久；先從比較不痛的那邊開始擠，在擠奶之前，先按摩乳房，往往疼痛的感覺，會在乳汁開始流出之後逐漸減低。不要用任何藥物塗抹乳頭，擠完奶後，擠出一點奶水，塗在乳頭上，使其自然風乾，會加速乳頭之痊癒。

也許你會覺得吸奶器的罩杯需要改用大一點的，要使乳頭對準罩杯中央，不要被擠在罩杯內緣，只要能維持奶水之流速，儘可能用力輕些。

若妳有扁平或凹陷乳頭，用吸奶器擠奶，有助於使乳頭凸出。輕壓乳頭基部，即可知道妳是否有凹陷或扁平乳頭，若輕壓時乳頭不凸出，甚或凹入，就是有凹陷乳頭，當寶寶吸吮時會很吃力。擠奶之前，在手指間輕輕地轉動乳頭數次，可以幫助乳頭凸出。不擠奶時，可在胸罩內穿戴乳房罩，也可使乳頭凸出。為了避免在溫熱下有細菌滋生，乳房罩內積留的少量奶水應丟棄，不要留下來給早產兒。若妳在為早產兒擠奶的時間使用乳房罩，亦請注意每次使用前要加以消毒。並在取下乳房罩後以清潔的布清洗胸部。

#### (8) 母乳的儲存

擠出來的母乳，看起來是和紙盒裝的牛奶不同的，它看來很稀，有時略帶藍色，若冷藏過後，會有一層油脂浮在上面。以往我們以為母乳也很容易腐壞，但1987年科學研究發現，母乳之存放期，比我們所想像的48小時還要久得多，只要將手洗淨並消毒容器，母乳之存放期限如下：

|                                  |        |
|----------------------------------|--------|
| 室溫下25°C                          | 6~10小時 |
| 冷藏室0~4°C（但對早產兒，目前建議置於冷藏室存放時間為2天） | 5天     |
| 與冷藏室隔開之冷凍室                       | 3~4個月  |
| 華氏零度之冷凍室（或攝氏-18度）                | 6~12個月 |

- \* 不要放在冰箱的門邊，而是盡量放在冰箱內部，比較不會受開關門影響溫度的地方。



## (9) 住院寶寶使用奶水的儲存

如果擠出來的奶水是要送到醫院給生病或是早產的寶寶時，就要特別留意容器，可使用硬的玻璃、聚乙烯、或聚碳酸酯，擠出之奶水除非於1小時內使用，否則應立即放入冰箱，在擠出後48小時內不會使用之奶水應冷凍處理，冰凍的奶水應先使用最早擠出的，以確保奶水於三個月內給予住院的早產兒食用，運送過程中所有的奶水都應緊緊地放於沒有冰塊的冰桶內，多餘的空間可以乾淨的毛巾或冰寶塞住。

(資料來源Lawrence RA. Acta Pediatr 1999;88:14 Arnold LDW.J Hum Lact 1995;11:325 北美母乳庫指南)

這是根據上述資料來源整理出來的，雖然儲存的過程多少會影響母乳的細胞量或功能，或是一些酵素的活性等，但是仍是比配方奶好，其實最好的容器是乳房，退而求其次才是其他的容器，應注意清潔及不要過度加熱。



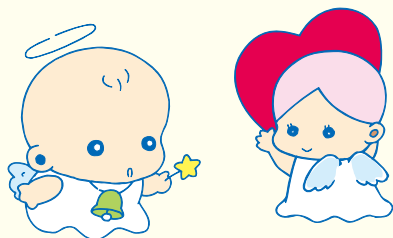
## （10）奶水的使用

將冷藏過的奶水於室溫下退涼即可，或是將奶瓶放於內有溫水的碗中（不要超過60度）回溫，水位不要超過瓶蓋。冷凍過的奶水可以放在冷藏室逐漸解凍，或是在流動的涼或溫水下解凍，絕不可用微波爐解凍，使用前輕微的搖晃，使脂肪混合均勻。在冷凍室解凍的奶水於室溫下4小時內或冷藏室24小時內可食用，但不能再冰凍。回溫加熱過的奶水若未食用完畢，則不能再冷藏或冷凍重覆使用。

## （11）第一次餵食

早產兒的第一次餵食，尤其是那些較小較輕的早產兒，很可能是採用以管灌餵食法：順著一種極細的鼻胃管，將妳擠出的乳汁，從鼻胃管流到胃中。

對早產兒而言，可能完全或大部份是新鮮的母奶，但針對很小的早產兒（尤其是出生體重小於1500公克者），為避免感染，有些專業醫師建議將母乳冷凍3天後再食用。Paula Meier是新生兒餵母奶專家，對早產兒哺餵母奶特別有研究，她建議：前10天餵食，先給予初乳（通常是已冷凍的），之後再餵新鮮或冷藏的成熟乳，這特別是對那些較小較容易受感染的早產兒尤其重要。Meier及大多數新生兒專家都認為這是早產兒餵食最好的一種方法。妳可以詢問醫生：是否寶寶已經可以採用此法餵食。



有一些醫院的作法是直接以母乳哺餵早產兒，另一些醫院特別為那些極低體重的早產兒在母乳中加添了額外的營養素（即母乳添加劑）。有關早產兒成長的模式，雖然有一些爭論，但對許多的醫生來說，還是以嬰兒在子宮內的生長速率為標準。所謂成長，絕不僅止於體重的增加；頭圍、身長的增加，骨頭的密度，以及其他的一些標準，也是營養足夠的指標。假如妳的乳汁被添加了營養素，再給早產寶寶吃，不要因此就以為妳的乳汁營養不足。母乳中含有最好且最基本的營養素，又可以保護寶寶免受感染。等他再大一點，就可以只吃母乳了。而且，一直到他有需要添加固體食物為止，妳的母乳就是他唯一獲取營養的來源。

## （12）與寶寶的接觸

“袋鼠式照顧”作為一個幫助母親和早產兒認識彼此的方法。那些已在穩定狀況的早產兒，可以被帶離保溫箱，抱在媽媽的懷裡，與媽媽的肌膚緊密地接觸。媽媽穿著寬鬆的前開式棉質衣物，將寶寶垂直放在兩乳之間，或靠在胸部上，寶寶會注視著母親、對她的聲音有反應或輕鬆安祥的睡著。有一些嬰兒會睡到一半醒過來找尋媽媽的乳頭。這樣的經驗會讓媽媽們感到，自己更像一個母親了。同時，也有助於乳汁供給量的增加，增進噴乳反射，使母親的重要性再被肯定。母嬰同在一起，雙方均感覺安心。

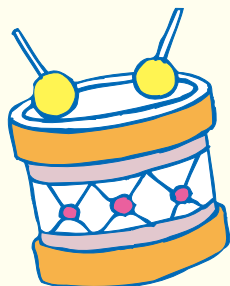
袋鼠式照顧的各樣好處和資訊，早已出現在醫學和護理的期刊上。跟妳的醫師和護士商量這件事，雖然可能此時寶寶還在使用人工呼吸器，妳還是可能抱抱他的，儘管剛開始或許只能給妳抱一下而已也是值得。這種與母親肌膚相接觸的方法不但有助於維生系統(包括呼吸、吸吮、吞嚥、心跳速率及喉嚨發聲)的調整與

協調也為哺乳作預備。若妳從乳頭擠出幾滴乳汁，寶寶聞到並舔到乳汁的氣味，也開始知道他所得到的營養是從何而來的。在這段寶寶初離開保溫箱的時間，護士們可能會在旁監控他的情況，這是很重要的，也可以使妳更安心。

### （13）直接餵奶的時機

早產兒到底什麼時候才可以抱出來在母親胸前哺乳？沒有人可以回答這個問題，一切全看小寶寶的狀況而定。最新的研究支持，早產兒可以比以前專家所認定的餵養時間更早些吸吮母乳。

對大部份嬰兒來說，母乳哺育的方式比奶瓶哺餵更簡單而且較少壓力，無論吸吮、吞嚥和呼吸，也都較容易協調。體重、母親懷孕週數、和奶瓶哺餵情況，都不足以決定寶寶是否已準備好吸吮母乳。一些較重要的關鍵包括寶寶整個的情況，當將母乳藉極細滴管或空針滴入寶寶的口、鼻中，他的反應如何？他吸吮、吞嚥的協調能力好不好？以及是否在保溫箱之外，他還能夠維持適當的體溫。有一個研究證實，懷孕週數約32週左右，體重小到只有1300公克的嬰兒，也可以自己吸吮母乳。事實上，早產兒在能以奶瓶餵食之前，是可以有能力用母乳哺育的。假使早產兒已被允許開始吸吮母乳，大部份的育兒室還是會監視寶寶血氧飽和濃度狀況。記得與寶寶的主要照顧者討論，何時可以抱寶寶出來哺乳？（妳也可以將本書中的資料與醫護人員分享）



餵奶需要時間及耐心，這是妳們兩個一起學習的過程，剛開始妳會有笨拙和挫折感，可能要餵幾次之後他才較會含吮乳頭、吸得好些，此時要有耐心，享受與寶寶親密撫愛的感覺，繼續嘗試。剛開始是最困難的時候，以後哺育母乳就簡單多了。

此時若有隱私的空間及安靜的環境是很有幫助的。醫院可能有專門讓妳哺乳的房間，不然，可以要求有屏風或布簾遮蓋。妳需要一張有扶手的椅子，以及一些小枕頭。放一兩個枕頭在妳要哺乳那邊的手肘下，可以支撐手臂；也要放一兩個枕頭在妳膝蓋及大腿上，以便將寶寶墊高到可以吸到媽媽乳頭的位置上；或許，也可以放一兩個枕頭在背後或肩膀，使妳更覺舒適。妳可能需要作幾分鐘乳房按摩來刺激噴乳反射，先擠出幾滴奶水會鼓勵寶寶含吮乳頭及乳量。

### (14) 正確的姿勢很重要

大部份哺乳的圖片，寶寶的頭都在媽媽彎曲的手肘上。這種姿勢對早產兒並不適用。早產兒需要媽媽的手掌托住他的頭部支撐他。調整妳寶寶的姿勢，把他放在膝蓋上的枕頭上，形成半垂直的姿勢。他的嘴與妳的乳頭同高度，身體面向妳的身體，他的肚子對著妳的肚子，假如妳以左邊的乳頭餵他，就要將妳的右手放在他腦後來引導和支持他，這時妳的左手就可以托住乳房。而當以右邊的乳頭哺餵時則相反。以手托住乳房的方式是C形握法，（拇指在上其餘四指在下，放在乳暈後約二公分處。）

在開始的前幾天，假使寶寶的手一直亂動，使妳不易保持一個正確的哺乳姿勢，妳可把他的手向下用布整個包紮起來，這種方式，還可能讓愛睡的寶寶醒過來，也可以使愛亂動的寶寶變得安靜。

### （15）使寶寶含吮乳房

當寶寶嘴巴靠近乳頭時，以C型手握住乳房，擠出幾滴乳汁再用乳頭輕輕在其唇由上往下觸動，如此可以刺激寶寶的慾望，並使其張嘴。他應將嘴張大，舌頭平坦放下。有一些寶寶自然會做得很好；但也有一些寶寶少有吸吮動作，只是光舔乳頭。記得當寶寶的嘴一張大，就趕快將他拉近妳的身體，讓他含入妳的乳頭及乳量。

寶寶吸吮時，他的嘴不僅要吸乳頭，至少應含入一部份乳量，（較大一點的寶寶，吸吮時會吸入更多的乳量，而且姿勢正確。）假如他只吸到乳頭，就讓他重新再試試看，因為只吸吮乳頭，不會吸到太多的乳汁，而且妳的乳頭會酸痛。繼續嘗試看看，妳和寶寶會慢慢領悟到正確的技巧並吸吮得很好。

哺乳時假如寶寶不打開他的嘴，用支持乳房的食指，輕輕地把他的下巴向下壓。（剛開始的時候，如果妳需要另一雙手，可以請護士幫忙）當妳要餵他之時，就說“嘴張開”，逐漸地，寶寶會把聲音和動作聯結起來，以後每當寶寶聽到“嘴張開”的聲音，自然就會把嘴張開。這時妳趕快將乳頭放入他嘴中，並讓他貼近妳胸前。

吸吮時寶寶的舌頭應該放在媽媽的乳房下方，輕輕拉下他的下唇查看一下。如果位置不正確，把小指插入其嘴角使之鬆開，重新再試一次。寶寶的嘴唇應翹出來，他的鼻子應碰到你的乳房。若妳真擔心寶寶鼻子被壓到不易呼吸，想用拇指將乳房壓住以免鼻子塞住，則需把拇指離開乳量遠些，免得他不容易含吮得好（可得注意，不要因此改動乳房在其口中的位置）。

寶寶不應扭轉他的頭或刻意伸長才能吸到母親的乳汁，妳也不

用彎著上身屈就他，而使自己脖子和肩膀緊繃。儘可能把他抱近妳的乳房，而不是妳來移動身體靠近他。讓枕頭來支持你們，儘量放輕鬆，往往一個折疊的毛毯或小枕頭，就可以支住妳托住寶寶的頭的那隻手。

早產兒因為較小，可能不易吸吮乳房很久，妳的手應將乳房托住，以避免它壓住寶寶下巴。你可用食指托住其下巴，使他能含吮得較久，若他需要更多幫忙，可用舞者手勢（Dancer hand position）抱持他：用大拇指和食指以U字型托住他的下巴，以其餘的手指托住乳房。



▲ 圖片參考來源：Breastfeeding.com

## （16）留意寶寶吸吮的韻律

當寶寶含吮乳頭乳暈後，剛開始的吸吮是快而輕的，直至乳汁開始湧流，他吸吮的韻律才會變得深且慢，妳也會聽到他吞嚥的聲音，這就是他已經吸到乳汁的一個確定的訊號。在剛開始哺餵時，寶寶可能會吸個幾分鐘噴乳反射還未發生就睡著了，這樣的情況會讓妳感到挫折，但它是絕對正常的。妳的身體將很快的與寶寶的吸吮調整、反應，而乳汁也會較快流出。

幾分鐘有韻律的吸吮、吞嚥以及休息之後，妳會發現寶寶吸吮的韻律改變了，除了速度較慢，休息的時間也變長。這個時候妳就可以把他抱離開妳胸前，輕拍他的背，再換一邊的乳房吸吮。假使他緊緊的吸著妳的乳房，妳就須要將手指滑進他的嘴，在兩牙齦間使他的嘴鬆開。（直接把乳頭由其口中拉出，會使媽媽的乳頭酸疼）。妳可以讓他坐在妳膝上，一手撐住其頭，一手揉其背；或把他舉高，採直立方式緊貼於妳的肩膀，一手拍揉其背；這樣做一兩分鐘即可，他有時會排氣，有時沒有排氣。

當打嗝之後，再換另一邊餵奶。當他長大一點，妳可以讓他交替的來回吸吮兩邊的乳房，這樣可以增加他吸吮的興趣。每邊的乳房都至少讓寶寶吸吮兩次以上，可能的話，也可以到四、五次之多。如此交替吸吮的方式，嬰兒會吸吮到較多後奶，而且你每次餵奶期間可以有數次的噴乳反射。

至於那些非常小的早產兒，也許無法忍受姿勢被換來換去，他會覺得很吃力，哺乳的狀況反而會更差。剛開始哺乳時，妳的寶寶可能一次只能吸一邊，看寶寶的狀況，避免加給他過度的疲勞和壓力。若讓他兩邊都吸，卻都吸得不好，倒不如只讓寶寶好好的吸吮一邊的乳房。

寶寶的表現會告訴妳何時他已滿足、可以停止哺乳。許多嬰兒吸吮到後來，會在母親的乳房上睡著，或有一些表現讓妳知道他已经累了或不想吸了。剛開始的哺乳階段，每一次的時間的長短可能都會改變，若他在剛開始沒多久就睡著了，抱著他讓他睡，等他睡醒的時候再試試看。千萬不要在他正睡著或正疲倦的時候，強擠乳汁到寶寶嘴裡，以為可以因此而鼓勵他繼續吸吮，在他毫無準備的狀況下這樣做，很可能會讓他噎到，或將乳汁吸入肺中。

假使妳和寶寶為試著哺乳多次，使妳很挫折，或許休息一下會有幫助，安撫妳的寶寶，放鬆自己的心情，15至20分鐘後再重新試試看。

可能在幾次的嘗試之後，才能讓寶寶就吸吮位置且吸得好。剛開始或許妳會覺得自己很笨拙，請不要自責，因為它只需要時間而已。往往嬰兒第一次吸母乳的時間是很短的，日後藉著多次的練習，吸吮的時間才會愈來愈長。剛開始哺乳的階段，妳可以不用擔心寶寶到底吸進了多少，只須把焦點集中在學習彼此協調，待一些時日之後，寶寶自然會進入狀況；他會很容易就吸吮得很好並且吸得較久。



假如每次哺乳後，妳的乳頭都有疼痛的感覺，可能就要注意寶寶吸吮的位置是否正確。妳要確定他不但是吸到乳頭也包括旁邊乳暈的部份。可以用枕頭放在腿上把他墊高，以免他吸一吸又只有吸到乳頭而已。假如乳頭酸疼的情況一直未獲改善，可以請母乳諮詢員來協助妳，她會再給妳一些建議，或推薦對嬰兒吸吮這方面更有研究的人來幫助妳。

#### 以下的表徵幫助妳判斷寶寶攝取量是否足夠

尿量：5天後，一天是否有五~六次溼透的尿片（尿量約45cc./次）？

6週後，一天是否有四~五次溼透的尿片（尿量約100cc./次）且尿顏色清淡？

排便：4天後，一天是否有三~五次約50元銅板大小量的黃色便？

嬰兒皮膚彈性好不好？活力佳嗎？衣服逐漸變小嗎？

#### （17）餵食的模式

醫院一般作法是每三或四小時餵一次奶，但其實寶寶們是從來看鐘的。回到家裡，你應觀察寶寶的反應，他想吃時就餵他。寶寶在頭幾個月吃的次數較多，但卻不是在24小時內固定多久就吃一次的。有時寶寶甚至不到一小時就又要吃了，白天有時會隔3~4小時才要吃。這都是完全正常的現象。請記住：寶寶要吸奶，不僅是為得吃飽，也是為了要得到安慰。

若妳的寶寶一天吃不到八次，妳就應鼓勵他多吃幾次。早產兒是比足月寶寶更需睡眠的，若妳的寶寶白天會一次睡2~3小時以上，妳就要注意觀察他：當他嘴在動或身體有動靜時，就是把他抱起來餵餵看的好時機。如此不但能讓他多吃些母乳，也會讓他夜裡睡得久一點。

## (18) 哺餵母乳的禁忌

在已開發國家，只有下列情況不建議哺餵母乳：

- ・愛滋病患者。
- ・人類T細胞白血病毒第一型病毒 HTLV-1 感染。
- ・使用抗癌症藥物。
- ・使用放射性同位素物質--依半衰期而定須暫停哺乳數小時至數天。
- ・藥物濫用。
- ・抽煙。
- ・抽煙可能使奶水分泌減少，對處在二手煙環境下的嬰兒哺餵母乳比吃配方奶的嬰兒健康。建議母親不要在嬰兒面前抽煙，在餵奶前不要抽煙。
- ・酒精。
- ・美國藥物協會建議母親的進食量不要超過每天每公斤0.5公克（0.5c.c./Kg/day）。

## 2. 母乳庫（資料提供：台北市立聯合醫院婦幼院區）

台灣第一座標準"母乳庫"台北市婦幼醫院

署立台中醫院-母乳衛星站（協助收集中南部地區捐乳）

現代奶娘重現

為讓無法親自提供寶寶充裕及即刻性奶水的母親，其寶寶也有享受母乳的權益，更讓有多餘奶水的哺乳媽媽可以有貢獻珍貴母乳的機會，讓現代奶娘快樂的捐贈，也讓需要的寶寶安心接受母乳的親善環境！

### ◎ 捐乳者需做那些檢查呢？

1. 所有捐乳者必須簽立同意書，接受必要的血清學檢查。

2. 血清與檢查項目：包括

- B型肝炎表面抗原（HBsAg）。
- C型肝炎病毒（HCV）。
- 人類免疫缺失病毒1型（HIV-1）。
- 人類免疫缺失病毒2型（HIV-2）。
- 人類T淋巴癌病毒1型（HTLV-1）。
- 人類T淋巴癌病毒2型（HTLV-2）。
- 梅毒（syphilis）。
- 血球計數（CBC）。
- A型肝炎免疫球蛋白G/免疫球蛋白M（HAV IgG/IgM）。
- B型肝炎表面抗原抗體（antiHBsAby）。
- 天門冬氨酸轉氨酶/丙氨酸轉氨酶（GOT/GPT）。

上述的血清檢查皆為免費的

3. 捐乳者必須於首次捐贈母乳前6個月內接受所有血清學檢查。
4. 捐乳者最好能夠每兩個月接受血清學追蹤檢查；等待檢查結果的捐贈乳不得使用於病患。
5. 捐乳者終止捐贈母乳後，最好於三個月後接受血清學追蹤檢查，以排除血清陽轉（seroconversion）的可能。
6. 檢驗結果若為異常，母乳庫將安排捐乳者必要的醫療諮詢。
7. 為了保障捐乳者的權益及隱私，檢查的結果將由母乳庫專員個別口頭通知捐乳者。
8. 所有的報告將由母乳庫保管，不列入醫院的病歷紀錄，捐贈者在母乳庫的資料將以編號分別保管。

## ◎ 哪些情況必須暫時停止捐贈奶水？

符合以下任何條件者不適合捐乳：

1. 除了因體重過輕、懷孕及哺乳的原因之外，曾被告知不能捐血。
2. 過去一年內曾有下列情況：接受血液製品、器官或組織移植、穿耳洞或身體穿洞、刺青、紋眉/紋眼線、意外被皮下注射針刺到。
3. 曾經接受人體腦下垂體生長激素治療、腦膜硬硬脊膜移植，或者曾經與庫賈斯症（CJD Creutzfeldt-Jakob Disease）患者親密接觸。
4. 1977年之後出生於非洲，曾經居住或到非洲旅行者。
5. 過去一年內居住在加勒比海、遠東地區或日本（台灣地區除外）
6. 於1980至1996年之間曾居住在英國三個月以上者。
7. 1980年之後在歐洲其他地區居住達五年以上者。
8. 嬰兒曾接受子宮內輸血。
9. 曾患有肝炎或黃疸，或於過去一年內曾經與患有病毒性肝炎或黃疸的人同居或發生性關係。
10. 過去一個月內曾患有A型肝炎或接受免疫球蛋白注射。
11. 曾經與HIV/AIDS高危險群發生過性關係，包括血友病患者、靜脈藥物注射者、性工作者、男同性戀。
12. 曾經有過性交易。
13. 曾經自行注射藥物，或與注射藥物的男性發生性關係。
14. 哺乳時仍常規使用藥物（除了維他命、甲狀腺素、胰島素、鐵劑、含有progestin的避孕藥）。

15. 使用草藥者。
16. 吸食香煙、煙草類製品，使用尼古丁貼片或口香糖。
17. 患有慢性疾病例如癌症或多發性硬化症。

#### ◎ 哪些寶寶可以接受母乳庫之奶水

由母乳庫分配的捐贈乳必須已經過熱處理（heat processed），並經由醫生的處方使用於臨床適應症。

##### 第一階段

1. 早產兒（prematurity）
2. 吸收不良的嬰兒（malabsorption）
3. 餵食不耐的嬰兒（feeding intolerance）
4. 免疫缺乏的嬰兒（immunologic deficiencies）
5. 先天性異常的嬰兒（congenital anomalies）
6. 術後需要加強營養的嬰兒（post-operative nutrition）

##### 第二階段

1. 哺乳失敗的嬰兒（lactation failure）
2. 領養的嬰兒（adoption）
3. 母親罹患疾病必須暫時停止哺乳（illness in the mother requiring temporary interruption of breastfeeding）
4. 母親自己的母乳會危害到嬰兒的健康（health risk to infant from the milk of the biological mother）
5. 母親死亡的嬰兒（death of the mother）

#### ◎ 母乳庫配奶的原則如下（按照優先順序）

1. 生病的早產兒
2. 健康的早產兒
3. 年齡少於12個月、因醫療需要使用捐乳的嬰兒

4. 年齡多於12個月、因醫療需要使用捐乳的嬰兒
5. 設計良好的臨床研究
6. 年齡多於12個月、罹患慢性疾病但發展正常且使用捐乳需求低的幼兒
7. 年齡多於12個月、罹患慢性疾病但發展正常且使用捐乳需求高的幼兒
8. 年齡多於12個月、罹患慢性疾病但發展異常且使用捐乳需求低的幼兒
9. 年齡多於12個月、罹患慢性疾病但發展異常且使用捐乳需求高的幼兒
10. 短期需要使用捐乳的健康嬰兒
11. 實驗室研究

## ◎ 收集奶水注意事項

### 捐乳的收集

- 一、每位捐乳者必須接受母乳收集、處理、保存及運送的相關教育、了解母乳收集過程。
- 二、必須使用母乳庫提供的儲存玻璃奶瓶
  - (一) 母乳庫統籌供應、清洗、消毒儲存奶水的玻璃瓶。
  - (二) 不可使用其他任何容器收集母乳。
  - (三) 儲存用玻璃奶瓶的蓋子不得有內襯。
- 三、收集母乳的準備：
  - (一) 環境及設備設施：
    1. 通風良好
    2. 使用擠乳器輔助設施：
      - (1) 擠乳器所有的零件〈包括奶瓶〉以蒸氣消

毒並晾乾（以乾淨的布蓋住）

（二）捐乳者個人：

1. 維持個人的衛生，每日沐浴，若每日沐浴則不須於擠乳前清洗乳房，若無法沐浴則以清水清洗乳房及更換乾淨衣物。
2. 每次擠奶前洗淨雙手用肥皂及流動的熱水洗淨雙手，並用紙巾擦乾。
3. 建議穿著前面開扣或方便擠奶的衣服。

四、選擇適當擠奶方式：

（一）手擠法：

1. 直接使用本母乳庫提供之玻璃瓶
2. 方式：將雙手呈C形狀，拇指在上放在乳頭及乳暈上方，食指在乳頭及乳暈下方，其他的手指托住乳房。大拇指及食指輕輕地由乳房往胸壁內擠壓再相對輕壓乳頭及乳暈後方；必須擠壓到乳暈下的輸乳竇，避免擠壓乳頭本身，手指不要沿著皮膚滑動或壓乳頭，並自各方向重覆動作，直到乳汁流出。

（二）吸奶器：將吸奶器喇叭口置乳暈處緊貼乳房，讓乳頭在喇叭口中央，操作吸奶器，乳汁便流出，直到所有乳竇被擠空。

五、若直接擠每一側乳房（若以吸奶器方式收集奶水需先以手擠方式替代之）前10ml的母乳則不必丟棄，若讓寶寶含過再擠出之母乳則前10ml的母乳必需丟棄，避免細菌污染。

- 六、擠奶過程中避免乳頭碰觸到個人的衣物或容器外圍。
- 七、將擠出之乳汁，直接放入母乳庫之玻璃奶瓶內，由於奶水冷凍後會膨脹，收集奶水時必需於奶瓶上方保留2公分的空間（以該容器的八分滿，不可全裝滿）。
- 八、母乳收集後裝置於母乳庫之玻璃奶瓶內，在瓶外必需立即貼上標籤，內容包括：

捐乳者的姓名：

收集時間： 年 月 日 時 分

收集地點：

收集方式：

服用藥物：

範例↓

捐乳者的姓名：王美美

收集時間：95年1月1日10時30分

收集地點：家裡

收集方式：擠奶器

服用藥物：無



### ◎ 捐乳的儲存

1. 收集完畢後將母乳裝置在母乳庫之玻璃奶瓶內，立即蓋上瓶蓋並貼好標籤，再放至冰箱冷凍層（不可放置冰箱側門）
2. 擠出的母乳可暫時冷藏於4℃，且需放置在冷藏庫最下層的裡面。剛擠出的奶水可加入已冷藏的母乳，但不可放置超過24小時。
3. 未結凍的冷藏母乳可加入已冷凍的母乳，但必須立即將奶瓶放回冷凍庫。
4. 每一側乳房擠出的母乳可分別保存。
5. 儲存在冰箱的母乳最好能夠放置在有蓋子的儲存盒中（或與家中其他冷凍物品做適當的區隔）
6. 放置冷凍層母乳依時間先後次序放置，取出時依時間先後次序（先儲存先取用）。冷凍的母乳應該於一個星期內送回母乳庫儲存。
7. 運送回母乳庫的母乳應放置可攜帶的冰桶運送（或容器放置足夠量的冰塊），並全程保持冷凍。儘速送至母乳庫。（冰桶或運送的容器內不要放冰塊，多餘的空間可放置毛巾或報紙以隔離母乳）

婦幼醫院母乳庫專線：(02) 2358-1349

母乳庫分機：(02) 2391-6471轉2051

母乳庫衛星站諮詢專線：

(04) 2229-4411轉2534 江冠樺 個管師



## 餵食篇

### 前言：

早產兒基金會呼籲並鼓勵早產寶寶應儘可能哺餵純母乳至少至矯正年齡六個月。如果因特殊緣故無法哺育母乳時，可考慮向母乳庫申請，或聽從醫師建議搭配早產兒配方使用。

### 1、配方奶粉的餵食

（包括一般嬰兒配方和特殊配方）

#### （1）奶粉的選擇：

為確保奶粉的新鮮，請買小瓶裝奶粉，並注意奶粉使用之有效期限。

#### （2）奶粉的沖泡：

奶粉沖泡太濃，易導致腹瀉，太稀易造成營養不均衡，故調配時應該注意罐上的使用說明，若有疑問或不明瞭的地方應請教醫護人員。

**早產兒出生滿2個月後較不易產生乳頭混淆，這時候就可以用瓶餵取代滴管或杯餵。**

#### （3）奶瓶的消毒：

準備6~8支奶瓶，奶瓶刷一支，乾淨的專用煮鍋一個，夾子一支。

奶瓶先用清水刷洗，尤其是奶嘴和奶栓須分開，徹底清洗乾淨。將奶瓶的玻璃部份在冷水時倒扣放入煮鍋，使瓶內充滿水後蓋上鍋蓋，待水煮沸後再煮沸10分鐘，之後將奶嘴、奶栓、奶蓋一併放入鍋內，煮3~5分鐘即可。若為塑膠奶瓶，則奶瓶、奶嘴、奶栓、奶蓋，通通於水煮沸後，再同時放入煮3~5分鐘，將鍋內的水倒乾淨後，鍋蓋勿拿開，以鍋內熱氣蒸乾，再以夾子取出。

#### （4）奶粉的沖泡：

沖泡奶粉前用肥皂將雙手洗乾淨。

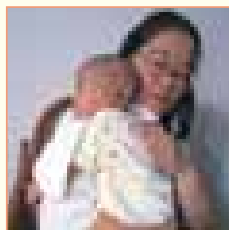
沖奶時，先將冷水注入消毒好的奶瓶內，再放熱開水，調至適當的溫度（可用手臂前臂內側來測試溫度），然後加入正確的奶粉量，裝上奶嘴栓，蓋上奶蓋，左右輕輕搖勻，勿上下搖晃，以免產生氣泡。

#### （5）奶嘴的選擇：

早產兒因為吸吮能力較弱，奶嘴應以質軟、中號、圓洞為佳；新生兒號、小號、十字、Y字奶洞皆不適合早產兒或吸吮力較弱的新生兒。至於合適的奶洞大小，是以奶瓶倒立時，奶水可以一秒一滴流下來即為適合。

#### （6）餵奶的方法：

- 以肥皂徹底將手清洗乾淨，再抱嬰兒。
- 餵奶時將寶寶抱起，頭部抬高45度。
- 將奶瓶傾斜，使奶嘴充滿奶水，以免寶寶吸進空氣，導致腹脹。
- 餵完讓寶寶坐著或斜靠在大人肩上，手呈杯狀，輕拍或摩擦寶寶的背部讓寶寶打嗝，若仍未打嗝，可讓寶寶向右侧臥或頭部抬高，避免因吐奶而造成吸入性肺炎。



▲ 餵食後輕拍背部讓寶寶打嗝

## (7) 配方奶奶量建議表

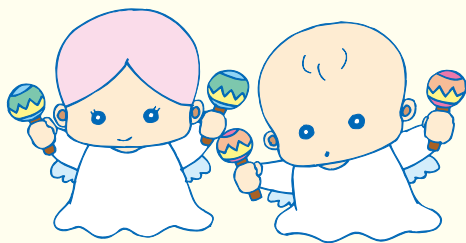
欲增加奶量，一次以5~10ml為宜，但須先觀察早產兒有無腹脹，嘔吐情形，依早產兒需要，不要強迫餵食。下表為參考之建議表：

| 體重(公斤) | 每3小時餵奶者   | 每4小時餵奶者   |
|--------|-----------|-----------|
| 2      | 45~65ml   | 60~90ml   |
| 2.5    | 55~70ml   | 75~90ml   |
| 3      | 65~85ml   | 90~110ml  |
| 3.5    | 75~95ml   | 100~130ml |
| 4      | 90~110ml  | 120~150ml |
| 4.5    | 95~120ml  | 130~165ml |
| 5      | 105~130ml | 150~185ml |
| 6      | 120~140ml | 180~220ml |



#### (8) 其他注意事項：

- 餵奶時應採分段餵食，並注意早產兒的膚色及唇色，若有發紺現象，應先停止餵奶，並給予刺激，待早產兒的膚色及唇色恢復後再繼續餵奶。
- 隔餐牛奶不可餵食。
- 勿讓寶寶平躺著自己喝奶，以免噎到，或導致中耳炎。
- 餵牛奶的新生兒，因嬰兒奶粉消化較慢，餵奶間隔時間可較長，通常開始時每隔3~4小時餵食一次即可。寶寶六週後，可減少晚上餵奶的次數，至於減少的次數及餵食間隔的長短，須視嬰兒的大小和發展狀況而定。
- 餵食的量有時會有奶量多少不一的狀況，只要寶寶的體重、身高及頭圍持續的增加就不用太擔心。
- 純哺餵母乳的早產兒請依醫師建議持續補充鐵劑到一足歲。



## 2、營養劑及副食品的添加

※請依醫師建議使用鐵劑、多種維他命。

| 項目         | 作用          | 注意事項                               |
|------------|-------------|------------------------------------|
| 鐵劑         | 補充鐵劑及預防貧血   | 1.大便為深綠色為正常現象<br>2.服用至矯正年齡9-12個月大時 |
| 醫師處方之多種維他命 | 提供早產兒需要的維生素 |                                    |

### 副食品添加的時機

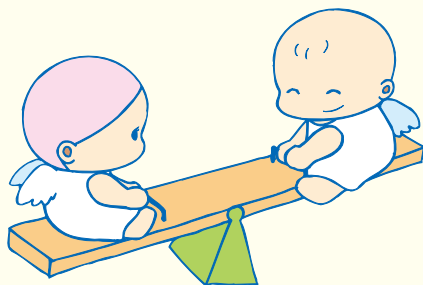
副食品的添加是以矯正年齡來計算，約在四~六個月時開始添加。嬰兒六個月大左右，神經及腸胃道的發展開始適合嘗試他種食物及餵食方式。他的頭控制較好，眼睛可以直視前方，稍加扶持可以坐得穩，並且會用手抓東西放至嘴裡，此時即可開始嘗試。每個嬰兒都是獨特的個體，幾個月的差別是正常的，但不建議早於矯正年齡四個月。

### 副食品添加的原則

- 1.持續哺餵母乳或餵食配方奶。
- 2.由少量到多量，由稀到稠，由流質到固體，由一種到多種，每種食物最好可持續食用5~7天，若吃過的食物無任何不良反應則可持續食用。



- 3.添加副食品種類應循序漸進，順序為五穀類→蔬菜泥→水果泥→肉泥、蛋黃泥→魚。
- 4.嬰兒八、九個月左右，可以準備一些可以用手抓的食物，但是要避免硬而圓的食物，以免造成異物吸入。
- 5.天然食物為主，注意新鮮及安全。
- 6.避免容易引起過敏的食物：  
牛奶、蛋白、花生、帶殼的海鮮類、酸性的水果，如：草莓、柑橘、蕃茄，都是比較容易引起過敏的食物，一歲之前不要食用。  
不要給一歲以下的寶寶食用蜂蜜，以免引起肉毒桿菌中毒。一歲之前不要給寶寶一般成人吃的牛奶，兩歲之前不要給寶寶脫脂牛奶，以免缺乏必需脂肪酸，並造成不必要的腎臟負荷。
- 7.注意不良反應 -- 如氣喘、皮膚紅疹、腹瀉等。
- 8.副食品不要放在奶瓶中，以免過度餵食，或是讓嬰兒噎到。應使用湯匙餵食以訓練嬰兒咀嚼的功能。
- 9.製作副食品時應注意食物、用具及雙手的清潔。



## 副食品添加應注意：

當嬰兒開始進食副食品時，寶寶大便的形狀、顏色、或味道有可能會改變。有時食物會原封不動的排出來，例如：紅蘿蔔絲、蔬菜葉，這是很常見而正常的。有時米粉、米飯、蘋果泥、或是香蕉會讓嬰兒的大便較硬不好排出，可以嘗試換別種食物看看。

使用適量的糖、鹽、及油但建議儘量不添加調味品，以自然食材為主。不以食物當作鼓勵，提供均衡的食物，以培養嬰兒正確的飲食習慣。

## 3. 嗆奶之處理

### 為何會嗆奶？

- ・喝奶姿勢不佳（例如讓寶寶躺著喝奶）。
- ・食道賁門括約肌不成熟，導致胃食道逆流。
- ・奶嘴孔洞太大，吞嚥不及。
- ・先天吸吮能力不佳，如唇顎裂、心臟病、神經系統異常、唐氏症、早產兒或合併有慢性肺疾病的嬰兒。
- ・呼吸道感染，吞嚥不順。

### 如何預防嗆奶？

- ・若以奶瓶哺餵，可將奶瓶倒放，看是否奶水滴下來的速度為每秒一滴，若呈一直線，則代表奶洞太大，容易嗆奶。



- 餵食時，應讓寶寶適時休息，並隨時觀察寶寶口鼻周圍及臉部是否有發紺（發白或轉青的顏色）情形，若有發紺的現象，應立即停止餵奶，切記勿平躺餵奶。（寶寶上半身成45度為較佳的姿勢）
- 餵完奶後，將嬰兒直立地抱著5~10分鐘；如有吸入氣體的話，比較容易自動排出。
- 不管有無打嗝，都應墊高嬰兒的頭部，右側臥30分鐘，以預防溢奶時，所引起的嗆奶。

#### 一般嗆奶的處理

- 停止餵食，並將頭側一邊，讓奶水流出以乾淨手巾擦拭或使用吸球，將口鼻內的奶水清除乾淨。
- 一般嗆奶，只需移除口中奶水，並輕拍背部至呼吸平順，膚色紅潤即可繼續餵奶，或休息一下再繼續。
- 萬一寶寶咳嗽後呼吸暫停，可以捏或彈他的腳底，以痛覺刺激呼吸。
- 一般而言，經過上述步驟的處理，大部分都能恢復，如果寶寶出現無法呼吸、哭不出聲音、膚色發紺，且刺激無反應，則可能有異物梗塞呼吸道。請參考急救術中梗塞的處理方式，移除呼吸道中的異物。



## 體溫調節篇

體溫是一種訊號，它提醒家長該注意寶寶的健康狀況，是否感染疾病，並為寶寶增減衣物、調節室溫。而一般室溫維持在攝氏25~28度是最適合寶寶的。

### 1、正確的體溫測量方法—

**腋溫：**先將體溫計之水銀甩至35℃以下，將溫度計挾於腋下，約5~10分鐘，若高於37.5℃則表示發燒。

**肛溫：**將體溫計以潤滑油潤滑後，插入肛門2~3公分，並以手固定肛表測量1分鐘即可，高於38℃即為發燒。

### 2、體溫過高之處理—

體溫超過37.5℃時，請減少寶寶的衣物或蓋被或予以溫水拭浴，並於30分鐘至1小時後再測量體溫，若仍發燒則應送醫治療。

### 3、發燒之處理—

發燒，是生理性的調節反應，可以增強免疫功能，幫助身體抵抗外來的微生物感染。

（1）嬰兒發燒應送醫就診的標準（若有下列任一症狀出現，要立即就醫）：

|        |                          |
|--------|--------------------------|
| 溫 度    | 體溫超過 40 ℃                |
| 痙 攣    | 痙攣（手腳抽搐）                 |
| 意識狀況   | 昏睡、難以喚醒、躁動不安、意識不清        |
| 身體症狀評估 | 頭頸部 頭部或頸部疼痛或頸部僵硬         |
|        | 呼 吸 呼吸困難、呼吸急促或緩慢、臉部蒼白或發紫 |
|        | 皮 膚 發燒併發皮膚斑點或紅疹          |
|        | 腹 部 劇烈腹痛、嚴重腹脹、嘔吐不止       |
|        | 大 便 劇烈腹瀉、便血              |

- (2) 體溫超過38℃時，可以溫水幫寶寶洗澡或使用涼水枕，但需要小心評估，避免引起寶寶發冷、顫抖，而使寶寶更不舒服，甚至可能引發體溫過低的危險。
- (3) 每1小時可測量體溫，若體溫仍未降低，則應送醫治療。
- (4) 請勿自行服用退燒藥使寶寶退燒，退燒藥物一律需經由醫師指示服用。

#### 4、體溫過低之處理—

- (1) 腋溫36.5℃以下時，給寶寶增加蓋被、衣物，或提高室內溫度。
- (2) 30分鐘至1小時後再測量寶寶體溫，若仍未上升，應送醫就診。

#### 5、如何維持嬰兒適合的溫度—

當您的寶寶移出保溫箱之後，他已經會慢慢的控制體溫，不過，他仍缺乏足夠的皮下脂肪來禦寒，汗腺的功能也還沒有完全發展好，因此，大人不容易由寶寶是否出汗來辨別他是否穿太多。不過，可以用以下的指標來決定該給他穿多少衣服：

| 溫度     | 所需衣服                 |
|--------|----------------------|
| 27度以上  | 一件上衣加上尿褲即可           |
| 24~27度 | 一件上衣加上一件薄外套          |
| 22~24度 | 一件紗布衣、一件棉衣，再加上一件長的外袍 |
| 22度以下  | 除了上三件外，再加一件毛毯及一頂帽子   |

以上是使嬰兒感到最舒服的穿法，但在嬰兒生病時例外。因為嬰兒生病時，可能身體調節溫度的能力會暫時不穩定，需要多穿一件衣服，或有發燒時要少穿一件。

## 沐浴篇

洗澡是觀察寶寶全身最重要的時機，也是親子互動的良好時刻，父母應好好把握為寶寶洗澡的大好時機。

### 1、時間—

每天選擇氣溫較高的時間為寶寶洗澡，一天一次，並應選在餵奶前，以防溢奶、吐奶及可能發生的吸入性肺炎問題。

### 2、環境—

選擇安全、避風、溫暖的地方，室溫最好在25~28℃左右。

### 3、沐浴前的準備—

- (1) 平時家長的指甲應剪短，為寶寶沐浴前應先洗手，並取下手錶、戒指。
- (2) 將所需之物備妥，且將沐浴完欲穿之衣物——套好。
- (3) 準備洗澡水時，先放冷水再加熱水，避免家中其他幼兒靠近；以手腕內側試水溫，約37~40℃左右就可以了。

### 4、用品的準備—

浴盆一個、大浴巾一條、小毛巾二條、微酸性或中性(PH5.5左右)清潔沐浴乳（精皂）、嬰兒衣物及尿褲（尿布）、小棉花棒、臍帶護理包（75%酒精或優碘、95%酒精、無菌小棉棒）。



### 5、沐浴步驟—

脫下嬰兒衣褲後，以大毛巾包裹身體，依以下步驟清洗：

#### (1) 洗臉

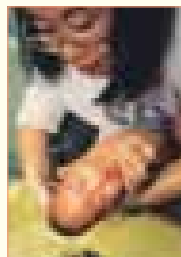
- 將寶寶身體夾在媽媽的腰側處，然後一手托住寶寶的頭、頸及背部，如同抱橄欖球的方式。



- 由眼、鼻孔、耳、臉，依序清洗，洗眼睛時，宜由內而外。
- 以清水擦拭，不須用肥皂。

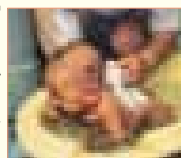
## (2) 洗頭

- 寶寶姿勢同上
- 媽媽以大拇指、中指分別壓住寶寶的兩耳，以防止水流入耳內。
- 以另一手抹清潔沐浴乳或肥皂，輕搓寶寶頭髮後，用清水洗淨擦乾。



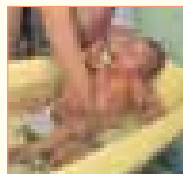
## (3) 清潔身體

- a. 脫去寶寶身上的大包巾，以一手橫過寶寶前胸，抓穩寶寶遠端手臂，讓寶寶趴在清洗者的手上，一手支托寶寶的腳及臀部，將寶寶緩緩放入澡盆內，讓寶寶的臀部或腳接觸到澡盆底部，待寶寶身體放鬆後再以支托臀部的手開始清洗背部，然後清洗臀部及下肢。
- b. 背部清洗後，一手扶住寶寶的背部，緩慢的將寶寶換到另一手，讓寶寶躺在手臂上，抓穩寶寶遠端手臂，若寶寶有雙手緊握或緊張的表情，則握住寶寶的手朝身體中間，待寶寶適應後再由前胸洗到上肢、腹部及下肢。

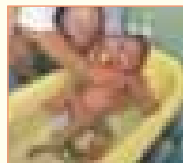


## (4) 清潔生殖器及肛門區

- 將嬰兒回復到洗前胸的姿勢。
- 以肥皂清洗乾淨，如有糞便附著，須以小毛巾擦去，以減少紅臀的發生，女嬰應多注意陰部的清洗，須把小陰唇的皺摺處撐開，由前向後清洗（由寶寶前面的尿道口向後面的肛門口清洗），男嬰則將尿道口、包皮皺摺、陰囊洗淨。



## (5) 腋下、頸部、腹股溝等皺摺處應撐開清洗乾淨。



## (6) 擦乾身體

洗淨後將寶寶抱出浴盆，用大浴巾擦乾身體，尤其耳後、關節及皮膚皺摺處一定要擦乾。

## (7) 臍帶護理

1. 先用75%之酒精或優碘在臍帶根部，以無菌棉花棒由內向外作環形消毒。
2. 用95%酒精再作一次消毒。
3. 觀察臍帶有無任何發紅臭味、出血或感染之現象。
4. 於出生後10~14天會自然乾硬脫落。
5. 於沐浴後予以臍帶護理，如有潮溼或沾上糞便則需以清潔消毒。

## (8) 包好尿布穿上衣服並拉平整齊。



# 排泄篇

一般而言，寶寶一天大概解1~3次大便，平時大人應仔細觀察寶寶排泄物的形狀、顏色、氣味以及排便量，以初步預防腸胃道疾病。早產兒與足月嬰兒的排泄並無不同，請依一般狀況照顧。

## 1、腹瀉——

### (1) 腹瀉的觀察：

以其氣味及性質為主，而不以次數定論，若寶寶的大便比以前酸臭，或由軟便轉為稀水便，或帶黏液且次數比平常多，則為腹瀉。

#### ※嚴重腹瀉可能出現的症狀：

- ・發燒。
- ・不想吃或食量減少，甚至體重減輕。
- ・腹脹或嘔吐。
- ・嚴重時會有脫水的情形，嘴唇乾、不安、哭鬧、軟弱、小便減少或嗜睡。

### (2) 腹瀉的原因：

引起腹瀉的原因很多，約可分為以下幾點：

- ・與飲食有關的原因，如牛奶過敏、配方奶沖泡太濃、乳糖耐受不良、喝過量的果汁、吃到不新鮮的食物、副食品添加不當等。
- ・感染，如由病毒或細菌等引起之腸炎。
- ・其他，如巨結腸、內分泌問題等。

### (3) 腹瀉的居家照護：

- ・哺乳的寶寶請加強洗手，仍持續哺餵母乳。
- ・泡配方奶前及接觸嬰兒前後都要洗手。
- ・要用煮沸過的開水沖泡奶粉，奶瓶須正確消毒及存放，且避免接觸不潔物品。

- ・勤換尿布保持乾燥，避免紅臀。
- ・寶寶出院後，如有多次嘔吐、腹脹、水瀉、解血便的情況，應儘速就醫。
- ・非經醫師指示，不可服用任何藥物。

## 2、便秘－

### （1）便秘的觀察：

大便質地變硬、堅實，大便次數減少，甚至數天未解大便。不過，若寶寶雖數天才解1次大便，但所解出之便不硬，且寶寶平時沒有不舒適的表現，則不是便秘。

#### ※便秘的原因：

- a.胃腸蠕動遲緩。
- b.牛奶沖泡不當，如牛奶沖泡濃度太稀。
- c.其他，如腸阻塞、巨結腸症。

### （2）便秘的居家照護：

嬰兒若3天未解大便，可用肛溫計塗上潤滑油（如凡士林、甘油）抬高雙腿，放入肛門1~2公分，輕輕旋轉，以刺激腸胃蠕動及幫助排便。若仍未改善，最好送醫治療。



## 預防接種篇

由於早產兒的抵抗力較足月兒差，更需要按時接種疫苗，以避免感染嚴重的疾病。

### 1、疫苗性質的分類之優缺點及注意事項

一般疫苗可分為活性減毒(live attenuated vaccine) 與非活性疫苗 (killed vaccine)、類毒素(Toxoid)、單株抗體 (Monoclonal antibody)等四大類。其優缺點及注意事項：（如下表）

| 分 類                                                               | 優 點                                          | 缺 點                                | 注意事項                                               |
|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------------------------|
| 活性減毒疫苗(live attenuated vaccine)：卡介苗、口服小兒麻痺疫苗、麻疹腮腺炎德國麻疹混合疫苗、水痘疫苗等。 | 提供完整的自然抗體，其免疫反應較為持久，效果較佳。                    | 可能會引起類似自然感染的病症，只是其發生率較低，在安全性的顧慮較大。 | 可同時接種，否則應間隔一個月以上。同非活性疫苗。                           |
| 非活性疫苗 (killed vaccine)：日本腦炎疫苗、B型肝炎疫苗、b型嗜血桿菌疫苗等。                   | 製備較容易，且不會引起真正的感染，所以安全顧慮較小。                   | 其免疫效力都比較低，所以需要反覆注射多次，而且一般無法持續很久。   | 可同時接種或間隔任何時間，除日本腦炎與白喉破傷風百日咳混合疫苗應間隔一個月以上。           |
| 類毒素(Toxoid)<br>白喉類毒素、破傷風類毒素等                                      | 同非活性疫苗。                                      | 同非活性疫苗。                            |                                                    |
| 單株抗體<br>(humanized IgG1 monoclonal antibody)：呼吸融合細胞病毒單株抗體         | 提供高危險族群嬰幼兒被動免疫保護，可預防因呼吸融合細胞病毒感染所引起之嚴重下呼吸道疾病。 | 其免疫效力約為30天，所以需要每個月注射一次，以維持血中有效濃度。  | 因為本單株抗體對呼吸融合細胞病毒具專一性，因此不預期會干擾疫苗(包括活性病毒疫苗)所產生的免疫反應。 |

## 2、預防接種的一般禁忌

接種疫苗之目的在於預防疾病的發生與流行，所有疫苗都有一些不可避免的副作用，但在利多於弊的考量下，還是需要廣泛地實施疫苗接種。

### (1) 發燒及其他需要特殊治療的疾病：

發燒時不要接種疫苗，主要是因為疫苗造成的不適反應，可能會影響對病情的判斷。至於一般沒有發燒的感冒，仍然可以接種疫苗。而其他需要特殊治療的疾病，一般是指需要住院治療的特殊病症則不宜接種，原因也同樣是預防混淆病情的判斷。

### (2) 對於同種疫苗曾有過嚴重反應：

所謂的嚴重反應，是指可能危及生命，或是會引起永久性後遺症的反應，例如過敏性休克。

### (3) 未接受過治療的結核病患者：

結核病特別會影響到細胞性免疫功能，如果未經治療，不適於接種任何疫苗。



### 3、接種疫苗前的評估

#### (1) 身體狀況：

- 1.現在身體是否有無任何下列病徵如發燒( $38.5^{\circ}\text{C}$ 以上)、嘔吐、呼吸困難、正服用八寶散或驚風散等藥物。
- 2.最近一年內是否有發生抽痙狀況。

#### (2) 接種反應：

之前預防接種後是否有嚴重反應，如發高燒( $40.5^{\circ}\text{C}$ 以上)、抽痙、昏迷、休克、哭鬧不安3小時以上等。

#### (3) 特殊疾病：

是否有嚴重心、肝、腎、白血病、癌症等疾病。

#### (4) 其他：

- 1.最近三個月內有無就醫、服藥等情形?
- 2.最近三個月是否注射過免疫球蛋白或使用免疫製劑或輸血?



## 4、目前台灣健保局核准之預防接種年齡時間表(如下表)

| 對 象                         | 適合開始接種年齡 | 疫 苗 種 類                                                | 劑數    |
|-----------------------------|----------|--------------------------------------------------------|-------|
| 早產兒<br>(≤ 28妊娠週)            | 出院前3-5天  | 呼吸融合細胞病毒<br>單株抗體                                       | 連續六個月 |
| 35妊娠週以下的<br>早產兒且併<br>有慢性肺疾病 | 出院前3-5天  | 呼吸融合細胞病毒<br>單株抗體                                       | 連續六個月 |
| 新生兒                         | 出生24小時內  | B型肝炎免疫球蛋白                                              | 1劑    |
| 新生兒                         | 出生24小時以後 | 卡介苗                                                    | 1劑    |
| 新生兒                         | 出生滿2天    | B型肝炎疫苗                                                 | 第1劑   |
| 新生兒                         | 出生滿1個月   | B型肝炎疫苗                                                 | 第2劑   |
| 新生兒                         | 出生滿2個月   | 白喉破傷風非細胞<br>性百日咳、b型嗜<br>血桿菌及不活化小<br>兒麻痺五合一疫苗           | 第1劑   |
| 新生兒                         | 出生滿4個月   | 白喉破傷風非細胞<br>性百日咳、b型嗜<br>血桿菌及不活化小<br>兒麻痺五合一疫苗           | 第2劑   |
| 新生兒                         | 出生滿6個月   | B型肝炎疫苗<br>白喉破傷風非細胞<br>性百日咳、b型嗜<br>血桿菌及不活化小<br>兒麻痺五合一疫苗 | 第3劑   |
| 新生兒                         | 出生滿12個月  | 水痘疫苗                                                   | 1劑    |
|                             |          | 麻疹、腮腺炎、德<br>國麻疹混合疫苗                                    | 第1劑   |

|      |          |                                  |        |
|------|----------|----------------------------------|--------|
| 新生兒  | 出生滿1年3個月 | 日本腦炎疫苗(每年集中於3月至5月接種)             | 第1劑    |
|      |          | 日本腦炎疫苗(每年集中於3月至5月接種)             | 隔2週第2劑 |
| 新生兒  | 出生滿1年6個月 | 白喉破傷風非細胞性百日咳、b型嗜血桿菌及不活化小兒麻痺五合一疫苗 | 第4劑    |
| 新生兒  | 出生滿2年3個月 | 日本腦炎疫苗(每年集中於3月至5月接種)             | 第3劑    |
| 學齡兒童 | 國小1年級    | 減量破傷風白喉非細胞性百日咳混合疫苗               | 1劑     |
|      |          | 小兒麻痺口服疫苗                         | 1劑     |
|      |          | 麻疹、腮腺炎、德國麻疹混合疫苗                  | 第2劑    |
|      |          | 日本腦炎疫苗(每年集中於3月至5月接種)             | 第4劑    |
|      |          | 卡介苗疤痕普查(無疤且測驗陰性者補種)              |        |

**備註**

- 1.呼吸融合細胞病毒單株抗體已在2010年12月1日正式納入健保給付。
- 2.99年3月起幼兒全面接種『白喉破傷風非細胞病毒百日咳、b型嗜血桿菌及不活化小兒麻痺五合一疫苗(DTa-Hib-IPV)』，取代先前接種之『白喉破傷風全細胞性百日咳混合疫苗(DPT)』以及口服小兒麻痺疫苗(OPV)。
- 3.關於我國現行預防接種時程請參照下頁之表(資料來源：行政院衛生署國民健康局)

## 我國現行預防接種時程

| 疫苗                                             | 接種年齡 | 2-5 days | 1 months | 2 months | 4 months | 6 months | 12 months | 15 months  | 18 months | 24 months | 27 months | 30 months | 小一  | ≥65 years |
|------------------------------------------------|------|----------|----------|----------|----------|----------|-----------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----|-----------|
| 卡介苗(BCG)                                       | 第一劑  |          |          |          |          |          |           |            |           |           |           |           |     |           |
| B型肝炎疫苗(HepB)                                   |      | 第一劑      | 第二劑      |          | 第三劑      |          |           |            |           |           |           |           |     |           |
| 白喉破傷風非細胞性百日咳、b型嗜血桿菌及不活化小兒麻痺五合一疫苗(DTaPHibIPV)** |      |          | 第一劑      | 第二劑      | 第三劑      |          |           |            | 第四劑       |           |           |           |     |           |
| 小兒麻痺口服疫苗(OPV)                                  |      |          |          |          |          |          |           |            |           |           |           |           | 一劑  |           |
| 水痘疫苗(Varicella)*                               |      |          |          |          |          |          | 第一劑       |            |           |           |           |           |     |           |
| 麻疹腮腺炎德國麻疹混合疫苗(MMR)                             |      |          |          |          |          |          | 第一劑       |            |           |           |           |           | 第二劑 |           |
| 日本腦炎疫苗(JE)**                                   |      |          |          |          |          |          |           | 第一劑<br>第二劑 |           |           | 第三劑       |           | 第四劑 |           |
| 流感疫苗(Influenza)                                |      |          |          |          |          |          |           |            |           |           |           |           |     | 每年        |
| A型肝炎疫苗(HepA)#                                  |      |          |          |          |          |          |           |            |           | 第一劑       |           | 第二劑       |     |           |
| 減量破傷風白喉非細胞性百日咳混合疫苗(Tdap)                       |      |          |          |          |          |          |           |            |           |           |           |           | 一劑  |           |

\* 水痘疫苗實施對象為92年元月以後出生且滿12個月以上之幼兒。

\*\* 日本腦炎疫苗出生滿15個月接種第一劑；間隔二週接種第二劑。

# A型肝炎疫苗免費接種之實施對象為設籍於30個山地鄉、9個鄰近山地鄉之平地鄉鎮及金門、連江兩縣之兒童，接種時程為出生滿2歲接種第1劑，間隔6個月接種第2劑。

※ 99年3月起幼兒全面接種「白喉破傷風非細胞性百日咳、b型嗜血桿菌及不活化小兒麻痺五合一疫苗(DTaPHibIPV)」，以取代先前接種之「白喉破傷風全細胞性百日咳混合疫苗(DTP)」以及口服小兒麻痺疫苗(OPV)。

5、各種疫苗注意事項及接種禁忌（如下表）

| 接 種                           | 注 意 事 項                                                                                                                                                                                             | 接種禁忌                                                    |
|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| 呼吸融合細胞病毒單株抗體<br>(palivizumab) | 如同其他的肌肉注射藥物，對患有血小板減少症或任何凝血疾病的病人，投與palivizumab時應小心使用。單次使用的palivizumab 小瓶中不含有防腐劑。藥品調配後必須於六個小時內使用，除非醫師認為若不使用palivizumab會有更大的風險，中至重度的急性感染或發燒，可能需延遲使用 palivizumab。輕度的發燒，如輕微上呼吸道感染，通常不需要延遲使用 palivizumab。 | 禁用於已知對 palivizumab或其他任何賦形劑過敏的病人，亦不應使用於已知對其他人類單株抗體過敏之病人。 |
| B型肝炎免疫球蛋白<br>(H.B.I.G)        | 若母親HbsAg(+) HbeAg(+), 不論體重多少，均應注射。                                                                                                                                                                  | 有窒息、呼吸困難、心臟機能不全、昏迷或抽痙、發燒等嚴重病情者。                         |

| 接 種             | 注 意 事 項                                                                                                                                                                                                     | 接種禁忌                                                                                                                                            |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 卡介苗<br>(B.C.G)  | <p>1.早產兒要等到體重大於2500公克，才可注射卡介苗。</p> <p>2.注射後10~14天，注射部位呈一小紅痂，微痛癢，但不會發燒。4~8週會變成膿泡或潰爛，不必擦藥或包紮，但注意勿磨破。萬一不小心弄破，只須擦乾，保持乾燥即可。</p> <p>平均2~3個月會自行癒合乾燥，痂皮脫落，留下個小小的疤。</p> <p>3.若在接種部位出現多量的膿液或發生同側腋窩淋巴腺腫大情形，可請醫師診治。</p> | <p>1.發高燒。</p> <p>2.患有嚴重急性症狀及免疫功能不全者。</p> <p>3.出生時伴有其他嚴重之先天性疾病。</p> <p>4.新生兒體重低於2500公克時。</p> <p>5.可疑之結核病患，勿直接接種卡介苗，應先做結核菌素測驗。</p> <p>6.嚴重濕疹。</p> |
| B型肝炎疫苗<br>(HBV) | <p>1.早產兒體重達2200公克時，開始施打第一劑B型肝炎疫苗。</p> <p>2.早產兒體重未達2200公克，但出生一個月後即可注射。</p>                                                                                                                                   | <p>1.出生後觀察48小時，認為嬰兒外表、內臟機能及活動力欠佳者。</p> <p>2.有窒息、呼吸困難、心臟機能不全、嚴重黃疸(血清總膽色素大於15mg/ml)，昏迷或抽痙等嚴重病情者。</p> <p>3.有先天性畸形及嚴重的內臟機能障礙者。</p>                  |

| 接 種                                                                            | 注 意 事 項                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 接種禁忌                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 白喉破傷風<br>非細胞性百<br>日咳、b型嗜<br>血桿菌及不<br>活化小兒麻<br>痺五合一疫<br>苗<br>(DTaP-Hib-<br>IPV) | <ol style="list-style-type: none"> <li>1.早產兒在出生後滿二個月就可接種第一劑，依序接種。</li> <li>2.若早產兒出院時已超過兩個月，則在出院後即可安排接種。</li> <li>3.注射部位不可揉，只須在回家後熱敷按摩，以減輕紅腫熱痛、結硬塊現象。注射1~2天內，可能會有發燒現象，若肛溫在攝氏38.5度以上，須給退燒藥，每6小時一次。</li> <li>4.若持續發燒3天以上，或有其他特殊反應，應立即就醫。</li> <li>5.注射計劃若因故中斷，只要相隔時間不超過六個月，均視為有效，不必從頭開始。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1.發高燒。</li> <li>2.患有嚴重疾病者，但一般的感冒不在此限。</li> <li>3.病後衰弱，有明顯的營養不良。</li> <li>4.患有心臟血管系統疾病、腎臟、肝臟疾病者。</li> <li>5.患有進行性痙攣症或神經系統可能有問題者，但已不再進行的神經系統疾病，如腦性麻痺等，則不在此限。</li> </ol> |
| 麻疹、腮腺<br>炎、德國麻<br>疹混合疫苗<br>(M.M.R)                                             | <ol style="list-style-type: none"> <li>1.可輕揉，大部份無特殊反應，少數於接種後5~12天會有輕微發燒或出現少量紅疹，但很快就會消失，可多喝開水，並應慎防感冒，避免接觸病患或出入公共場所。</li> <li>2.注射後1~2天若有發燒應立即就醫。</li> <li>3.曾經注射過免疫球蛋白、血漿或輸血，則要等三個月以後才能接種，以免疫苗失效。</li> </ol>                                                                                      |                                                                                                                                                                                                              |

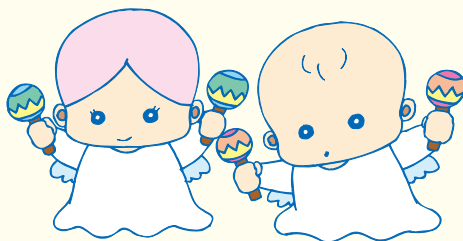
| 接 種                                   | 注 意 事 項                                                                                               | 接種禁忌                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 水痘疫苗                                  | 注射部位輕微不適，注射後5-26天於注射部位或身上出現類似水痘的水泡。                                                                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1.嚴重發燒的病患。</li> <li>2.對Neomycin(新黴素)全身性過敏者。</li> <li>3.淋巴球指數 <math>&lt; 1200/\text{mm}^3</math>。</li> <li>4.服用高劑量類固醇例如 <math>&gt; 2\text{mg/kg/day}</math> of prednisolone。</li> <li>5.接受輸血或免疫球蛋白者。</li> <li>6.長期服用Aspirin(水楊酸製劑)者。</li> </ol> |
| 日本腦炎疫苗                                | 局部的紅腫、硬塊與疼痛，全身的發燒、頭痛與倦怠感，約2-3天內消失。                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 流行性感<br>冒疫苗<br>(Influenza<br>vaccine) | 六個月以上才可施打，六個月至三歲給予半劑。有少數人會有輕微發燒，注射地方會出現紅腫或痛                                                           | <ol style="list-style-type: none"> <li>1.對蛋白或新黴素及福馬林過敏者。</li> <li>2.發燒、慢性進行性疾病。</li> <li>3.六個月以下的嬰兒。</li> </ol>                                                                                                                                                                       |
| 小兒麻痺疫<br>苗<br>(Polio)                 | <ol style="list-style-type: none"> <li>1.口服小兒麻痺疫苗前、後半小時不可吃或喝任何東西。</li> <li>2.患腸胃病時，最好延緩服用。</li> </ol> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1.患有免疫功能不全者。</li> <li>2.30天內曾施行或預定進行腸道或肛門手術者。</li> </ol>                                                                                                                                                                                       |

## 6、目前國內上市使用之自費疫苗（如下表）

| 疫苗種類             | 接 種 時 間                                        | 注 意 事 項                                                                                                              |
|------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 輪狀病毒疫苗<br>(Rota) | 依照2、4、6個月口<br>服給予(五價疫苗)<br>2、4個月口服<br>(單價成苗)   | 接種須於出生6個月內完<br>成，超過6個月即不能接<br>種。<br>接種時需了解使用哪家之<br>疫苗，不可交替接種。<br>此疫苗與小兒麻痺疫苗會<br>出現效力上之干擾，不可<br>同時口服，間隔時間需至<br>少間隔2週。 |
| 肺炎鏈球菌疫<br>苗      | 常規接種為2、4、6<br>及12-15個月大<br>7價肺炎鏈球菌疫苗<br>(5歲以下) | 注射後有些寶寶會輕微發<br>燒<br>注射部位輕微紅腫                                                                                         |

最新疫苗訊息請參閱行政院衛生署

疾病管制局一預防接種資料庫<http://www.cdc.gov.tw>

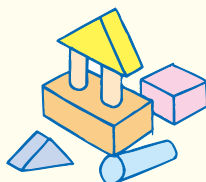


## 預防感染篇

早產兒於出生時，因為免疫力較足月嬰兒低，因此，早產兒在週歲內，較足月兒容易感染疾病。

### 預防感染的方法—

- (1) 接觸寶寶之前，雙手一定要洗乾淨。
- (2) 餵母乳以增加寶寶的抵抗力。
- (3) 矯正年齡六個月大以前，寶寶使用的奶嘴、奶瓶應煮沸消毒且沖泡牛奶的開水需煮沸過。
- (4) 避免帶寶寶出入公共場所。
- (5) 感冒患者，勿與寶寶親近接觸，必要時戴口罩並加強洗手。
- (6) 限制訪客。
- (7) 保持寶寶臀部的乾淨，更換尿布需擦臀部時，應由前面的尿道口向後面的肛門口擦拭，避免前後來回重複擦拭而將肛門的細菌帶入泌尿道。
- (8) 家中應禁煙。
- (9) 早產兒衣物應單獨清洗，避免感染。
- (10) 保持早產兒皮膚的完整性，因開放性傷口是造成傳染的重要途徑。



## 睡眠篇

早產兒的住院期間較長，已習慣醫院的吵雜環境，且無晝夜生理期，因此，剛回家時會有一段適應期。

然而，早產兒需要長時間的睡眠，以追趕上正常嬰兒的成長。剛回家時，寶寶也許不習慣安靜、黑暗的睡眠環境，因此，夜間有一點光線及收音機的聲音，可能會使他睡得好些，等寶寶習慣之後，再慢慢減少嬰兒夜間睡眠時周圍的光線亮度及聲音。

另外，許多父母擔心早產兒睡覺時忘了呼吸，不放心讓他單獨在房間裡睡覺，不妨把寶寶放在小床上，當父母在廚房或客廳時，把嬰兒床推在旁邊，以便就近觀察，晚上睡覺時才把嬰兒推回房間。

其實，如果您的寶寶還有危險性，醫生是不會讓他出院的。為了能夠長期照顧好寶寶，當他睡時，您也應利用時間休息，這樣您才有足夠的體力照顧他。而且，早產兒在一段時間後，他的呼吸規則性會增強，就不會有呼吸暫停的情形發生了。

### 1、睡眠型態－

睡眠狀態的觀察包括：(1)身體活動；(2)呼吸型態；(3)臉部表情及眼球活動；(4)對外界反應能力。

### 2、睡眠週期－

嬰兒的睡眠週期約60~90分鐘，每個週期包括以下幾個階段：

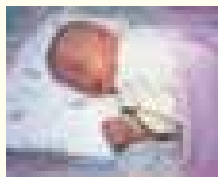
#### (1) 睡眠期

- 深睡期

臉部無表情，四肢不動，呼吸規律，較不易醒。

- 淺睡期

呼吸較不規則，臉部偶爾有表情，手腳偶爾會移動，可能有眼球運動。這個階段較易被外界驚醒，而進入轉換期，否則就會進入深睡期。



◀睡眠期  
(深睡期)

## (2) 轉換期

### ・昏昏欲睡期

呼吸不規則，眼睛半閉，想睡的樣子，活動較大，打哈欠，眼神較遲滯。稍有刺激就易醒(刺激包括內在的，如：饑餓、尿布溼，以及外在的，如：吵鬧的環境)。

## (3) 睡醒期

### ・安靜警覺期

已醒來，但少有四肢活動，呼吸規則，對外界注意力較集中，是親子互動最佳時間。



▲ 睡醒期  
(安靜警覺期)

### ・活動警覺期

肢體活動多，呼吸不規則，易哭泣，睜眼，內在需求增加(如饑餓時，須開始餵食)滿足後，才適合親子互動。

### ・哭泣



### 3、嬰兒的行為一

一般來說，早產兒的行為和足月兒的行為稍有不同，早產兒比較容易躁動、不易安撫；而在寶寶的中樞神經系統發展成熟以前，寶寶的哭聲可能不宏亮，但他會經由其他的生理反應來表達他的不舒服，如：皮膚顏色改變、重覆打哈欠或打嗝、捲縮四肢。以下提供一些安慰寶寶的技巧：

- (1) 如果不到餵奶的時間寶寶就哭了，先檢查看是否因尿布溼而不舒服。
- (2) 給寶寶奶嘴，安撫他。
- (3) 把寶寶抱緊，或用毛巾把他包裹起來，使他有安全感，抱寶寶時，將他的手臂和腳彎曲，靠近身軀，能使他感到舒服，同時發展彎曲性。
- (4) 抱寶寶靠在大人的肩上，或把他輕鬆地抱在懷裡，或抱著他走一走，輕柔、規律的聲音和動作會使嬰兒容易安靜下來。



## 4、嬰兒哭泣的可能原因一

- (1) 饑餓
- (2) 身體不舒服，如：太熱、太冷、尿布溼了、腹脹，都可能  
會使嬰兒不舒服而哭鬧。
- (3) 外界的刺激，如：燈光太亮、聲音太吵，或環境突然改變  
時嬰兒比較會哭鬧不安。
- (4) 嬰兒腹絞痛，造成此現象的真正原因仍不明，有人認為與  
腸胃道過敏有關，另有人認為此種腹絞痛與嬰兒的神經中  
樞不成熟有關，但大部份在三、四個月大時，這種哭鬧會  
逐漸減少。



## 感官刺激篇

| 項目   | 年齡    | 作 法                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 視覺刺激 | 六週以下  | <ul style="list-style-type: none"><li>由於嬰兒常將頭轉向一邊，可在小床的左邊或右邊掛一些會動的小東西，讓嬰兒躺在床上可以看得見。</li><li>對嬰兒唱歌或說話時，將臉靠近嬰兒約距15~20公分。這個年紀的嬰兒對人的臉孔較對其他事物更為注意。</li><li>偶爾將嬰兒換個方向睡（有時睡床頭，有時睡床尾），讓他體會不同方向的光線刺激。</li><li>掛些小玩具在床旁，或在床柱上方拉一條繩子掛玩具，嬰兒會被這些光亮、形狀不規則的小東西所吸引。</li></ul>                                                                                                                                                                                                            |
| 視覺刺激 | 六週或稍大 | <ul style="list-style-type: none"><li>偶爾用圖案的床單。</li><li>拿大的、光亮的東西，或手電筒，慢慢的掃過孩子的視線。</li><li>將嬰兒放在不同的高度，如地板上、沙發上，使他們從不同的高度看東西。</li><li>給嬰兒看自己的小腳小手，一起搖動它們。</li><li>將嬰兒放在家中房間的每個不同的地方，讓他由不同的角度看家庭擺設。</li><li>當嬰兒不想注意周圍環境的時候，放個玩具在他手中。</li><li>當嬰兒躺在小床上時，拿一面鏡子放在離他眼睛18~20公分的地方，讓他觀看自己的動作和鏡中影子的關連性。</li><li>準備一塊塑膠片或盤子，橫放在小床上寶寶可以看到的，擺些彩色的東西在上面，如：小紙片、彩帶或玩具，並常常更換和移動這些東西。</li><li>將色彩明亮的絲帶綁起來，掛在嬰兒的小床上，讓他可以看到但碰不到。</li><li>在嬰兒房間的牆上或床頂上掛些圖片、照片或彩色壁紙，並且經常更換，給嬰兒色彩刺激。</li></ul> |

| 項目   | 年齡    | 作法                                                                                                                                                                                                                                  |
|------|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 觸覺刺激 | 六週以下  | <ul style="list-style-type: none"><li>・慈愛而輕柔地照顧及撫摸嬰兒。新生兒對突然而粗魯的動作及不當的照料很敏感。</li><li>・將嬰兒包裹在毯子中，可以使他感到安全。同樣的，溫暖的奶瓶、小床和衣服也可以增加他的安全感。</li><li>・媽媽將嬰兒抱緊在胸口，可以使某些嬰兒較少哭泣。</li><li>・輕拍一些潤膚乳液在嬰兒身上，但先要確定乳液不可太冰涼。</li><li>・餵奶時抱著他。</li></ul> |
| 觸覺刺激 | 六週或稍大 | <ul style="list-style-type: none"><li>・在溫軟的房間中，讓嬰兒裸身躺在平滑的、柔軟的、有絨毛或皮毛等東西上面，讓他有不同的感覺。</li><li>・用棉球或粉撲給嬰兒撲些爽身粉。</li><li>・準備一些絨毛絨布或塑膠做成的玩具動物、娃娃，給嬰兒擁抱著玩。</li></ul>                                                                      |



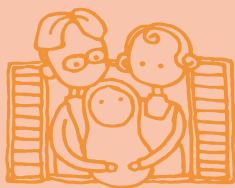
| 項目   | 年齡    | 作 法                                                                                                                                                                                               |
|------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 聽覺刺激 | 六週以下  | <ul style="list-style-type: none"> <li>對嬰兒唱歌或講話。</li> <li>當嬰兒煩躁的時候，讓他聽節拍器或時鐘規律的滴答聲，常可以使他安靜。</li> <li>用高低不同的音調對嬰兒說話，語調高低比字句內容重要。</li> <li>不論是幫嬰兒洗澡、穿衣、餵食和搖他時，可以一邊跟他唱歌或說話。</li> </ul>               |
| 聽覺刺激 | 六週或稍大 | <ul style="list-style-type: none"> <li>在嬰兒的一邊耳朵旁搓揉紙張，然後再換另一邊耳朵。</li> <li>讓嬰兒聽搖鈴聲、注視搖鈴，並引導嬰兒去搖動他，使它發出聲音。</li> <li>放一個輕的、會嘎啦嘎啦響的手搖玩具在他手中。</li> <li>從房間的不同地方向孩子說話或搖鈴鐺，看他會不會聽到並用眼睛追尋聲音的來源。</li> </ul> |

### ※感官刺激之注意事項：

- 1、感官刺激的提供應在寶寶醒來時才給。
- 2、感官刺激時應注意寶寶的反應，如果寶寶出現頭偏離開、眼睛轉向他方或無神、打哈欠、打嗝、哭泣、困窘不適等動作，可能表示刺激已經超過他的接受程度，應該暫停。

# 早產兒特殊 問題的照護

---



# 呼吸問題的觀察及處理

## 1、呼吸暫停

- (1) 大部分早產兒出院時，不會有呼吸暫停的情形，只有少部分早產兒仍偶會呼吸暫停、心跳減慢、臉色發白、發紺的情形。有需要時，在出院前醫護人員會建議早產兒的父母租用血氧濃度監視器。
- (2) 餵奶當中若發現寶寶臉色發白、變青時，應立即停止餵奶，將寶寶的臉側向一邊，避免吐奶或噎奶，再輕拍寶寶背部，等呼吸恢復、臉色紅潤後，再繼續餵。若情況嚴重或短時間內無法回復，則需立即就醫，或家中原備有氧氣者，此時需給孩子吸些氧氣。
- (3) 若睡眠中呼吸暫停，讓寶寶右側臥，再輕拍背部或手腳，刺激寶寶呼吸。
- (4) 發現寶寶呼吸暫停時，不要慌張；大部分的呼吸暫停經過刺激後，都能恢復呼吸，等寶寶中樞神經系統漸漸成熟後，症狀就會改善。
- (5) 如果呼吸暫停的次數越來越多，可能合併其他疾病，應帶給醫師診治。

## 2、慢性肺疾病

近幾年，由於呼吸治療的進步，使得較多的極低體重兒存活下來，因而慢性肺疾病的發生率也逐漸的增加。

造成早產兒慢性肺疾病最常見的原因是支氣管與肺的發育障礙，此外，反覆吸入性肺炎、肺部感染和先天肺部發育不良等，也是造成慢性肺疾病的原因。

呼吸融合細胞病毒(RSV)是引起嬰幼兒細支氣管炎及肺炎的主要原因，尤其是以下的高危險群，包括：出生體重小於1000公克

(或是出生周數小於28周)的早產兒、支氣管肺發育不全(早產兒慢性肺疾病、罹患先天性心臟病或是有先天性免疫不全者。)

如果是高危險早產兒或有慢性肺疾病時，在年齡第一年內因感染RSV而再住院率高達40%。而且母體保護抗體約在出生2個月後即很少了，所以約在嬰兒的2-7個月大最易感染RSV的細小支氣管炎或肺炎。

哈佛大學的小兒感染科主任麥克因托許醫師(Dr. McIntosh)甚至提出RSV造成一歲以下的細小支氣管炎，可能是日後1-5歲幼兒氣喘致因的來源之一。

治療上以氧氣治療與溼氣治療(即氧氣帳)為最主要策略，另外點滴注射與適量的餵食也很重要，用以改善嬰兒營養並補充水份。至於嚴重病例，要注意監視血氧濃度，密切觀察呼吸的狀態，至於類固醇與抗生素皆沒有可靠療效以資証明。一般嬰兒可讓身體的頭部提高10-30傾斜度，以防嬰兒猝死症。

對於呼吸融合細胞病毒感染的預防，最重要的是應避免被感染，在預防策略上，有以下注意事項：1.家中成員及訪客有任何感冒的症狀都應該不要接觸早產兒，照顧者除了帶口罩外應多洗手，因為咳嗽擤鼻涕時最容易經由手傳染給早產兒。2.早產兒應避免不必要的就診，若有問題應透過各醫院早產兒加護病房的專職護理師詢問就診之必要性，因為醫院是感染呼吸融合細胞病毒的場所。3.至少在一歲以前早產兒不要去公共場所。4.鼓勵餵食母乳至少六個月，以降低一歲以前呼吸融合細胞病毒的感染，以及一歲以後發生氣喘的機會。5.肌肉注射呼吸融合細胞病毒單株抗體 (Synagis)，可降低呼吸融合細胞病毒55%的住院率。

## (1) 在孩子回家之前，父母所要做的準備的工作：

### 環境的準備：

- A. 室溫維持在攝氏26~28度，濕度50~60%。
- B. 需備有除濕機、溫濕度計。
- C. 房間保持通風，勿使用絨毛性布簾或地毯。
- D. 衣服、床單常保持清潔、乾燥。
- E. 家裡不飼養小寵物。

### 醫療輔助器材之準備：

- A. 氧氣：攜帶型及固定型皆需。
- B. 血氧濃度監視器。
- C. 呼吸系統照顧輔助器材：家庭式呼吸器製氧機、攜帶型氧氣鋼瓶、小量噴霧器、拍痰器、抽吸器、吸球等。
- D. 氣管造口照護用物。
- E. 鼻胃管餵食：灌食器、胃管、空針等。

### 人員的準備：

- A. 在醫院時實際參與照護，充實知識技巧，增加自信心。
- B. 家庭其他成員亦須準備，如幫忙照顧者或早產嬰兒的兄姊等。

## (2) 回家之後的照護：

### 感染的預防：

- A. 減少親友的探訪。
- B. 二歲以內避免到公共場所，如百貨公司、餐廳、人多擁擠處。
- C. 室內禁止吸煙。
- D. 照顧者需保持雙手清潔。

E. 患有傳染病者勿與嬰兒接觸，避免小寶寶感染。

## 氧氣的使用：

A. 低流量氧氣給與。

B. 氧氣的調整依據血氧濃度而增減，一般維持在94~96%左右，每次調0.5~1L/分。

C. 若使用鼻導管，須維持導管通暢。

D. 禁止吸煙、隔絕助燃物，且勿同時使用太多電器用品。

E. 須注意固定氧氣筒，勿使其摔倒。

F. 保持氧氣的溫暖潮濕：潮濕瓶中正確的水量，可預防呼吸

吸道受刺激，並維持呼吸道內纖毛的最佳活動。

G. 在家裡隨時保持2~3天的氧氣量。

## 叩擊、姿位引流的方法及原則：

### 方法

A. 大人把手握成杯狀，保持手指微彎曲，拇指緊靠食指，雙手有節奏的交替叩擊所要引流的部位。當叩擊胸壁時

會發出中空的「波波」聲。

B. 對於較小的寶寶可用拍痰器代替手部。

### 原則

A. 應在餵奶前30分鐘或餵奶後一小時才執行。

B. 不可叩擊脊椎骨、胸骨或超過胸腔部位或傷口部位。

C. 每次叩擊約3~5分鐘，若有呼吸困難等不舒適的情況，

應立即停止。

- D. 引流時需注意安全，給予適當的臥姿，小心固定寶寶，預防跌落。
- E. 引流期間，須觀察寶寶之膚色及呼吸狀況，若有任何不適，立即停止。
- F. 若寶寶可忍受，每個部位約引流5~10分鐘。
- G. 若寶寶有心臟病或其他疾病時，應遵守醫師的特別指示。

#### 抽痰的原則及方法：

- A. 將抽痰所需用物先備妥在嬰兒旁：如抽痰管（依據年齡選擇不同號碼）、手套、抽痰機、清水、消毒水。
- B. 洗手。
- C. 抽吸器壓力維持在80~100mmHg或8~10cmHg。
- D. 打開抽痰管並戴上單隻無菌手套。
- E. 抽痰順序：氣切套管→口腔→鼻腔；無氣切套管時，則先抽口腔再抽鼻腔。
- F. 抽痰管放入時，動作輕柔，勿抽吸；放到適當深度時往外抽吸，勿旋轉。
- G. 抽痰時要密切觀察嬰兒的唇色、膚色及血氧濃度變化。

#### 照顧時的注意事項：

- A. 寶寶哭時，可由膚色、粘膜或指甲床顏色的改變來密切觀察，儘可能不要讓寶寶哭很厲害，以減少能量的耗損。
- B. 給寶寶使用奶嘴，不僅可滿足嬰兒吸吮的需求，也可促進氧氣的吸入，和減少哭的次數。

- C. 寶寶哭時可將寶寶抱入懷中，或將其雙腳屈向腹部，使哭的動作得以緩和。
- D. 禁止在家中抽煙，以免寶寶吸入二手煙。
- E. 減少去公共場所的次數，以減少呼吸道感染的機會。

**當寶寶有下列情況，應帶給醫師診治：**

- A. 呼吸暫停次數愈來愈多。
- B. 呼吸不規則、胸凹更加明顯、異常出汗、氧氣需要量增加。
- C. 活動力變差、哭聲弱或尖銳、嗜睡、無力。

早產兒腸胃道問題發生的可能性，比足月嬰兒高。常見的腸胃道問題包括：嘔吐、便秘、腸胃道感染及胃食道回流。



# 腸胃道問題

## 1、胃食道回流

- (1)胃食道回流是指：胃中的食物回流到食道，通常伴隨著噎到（氣管阻塞）、嘔吐或別的呼吸道症狀。
- (2)胃食道回流通常是暫時性的，當食道下括約肌的張力開始增加，約六個月後逐漸好轉。但有些嚴重的情況則需給予處置，醫療上的措施包括：
- ・ 姿勢擺位，例如右側臥。
  - ・ 少量多餐。
  - ・ 藥物使用（metoclopramide）以促進胃中內容物的排空。
  - ・ 手術治療。
- (3)可經由下列措施減低胃食道回流：
- ・ 餵奶時經常幫嬰兒排氣。
  - ・ 以坐臥的方式緩慢餵食（減少吞嚥空氣，避免使空氣進入胃中）。
  - ・ 少量多餐餵食
  - ・ 餵食後趴臥或右側臥，以促進胃的排空。

## 2、鼻胃管餵食

早產兒若吸吮吞嚥能力仍無法協調得很好時，須由鼻胃管餵食，以攝取足夠營養。

- (1) **鼻胃管的插置**：嬰兒一般選擇8號的胃管，尖端先以清水潤濕，再緩慢插入，可讓嬰兒平躺，抬高床頭。
- (2) **插入深度測量**：以胃管量，由鼻腔到耳垂再到胸部劍突的長度就是適當的插入深度。



▲ 鼻胃管胃實用物準備

- (3) **正確位置**：

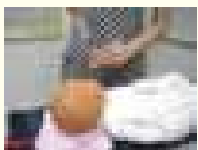
- \* 插入後以5cc空針抽取空氣2cc，由胃管打入，再以聽診器聽胃部有無空氣通過的粗氣聲，若有，反抽出空氣，預防腹脹。
- \* 反抽胃管看有無胃內容物，有胃內容物即表示胃管正確的插在胃內。

(4) **鼻胃管固定：**以膠布固定，防嬰兒拉扯，並在胃管適當的位置做一記號，以便觀察。

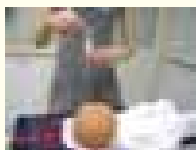
(5) **注意事項：**

- \* 每次餵食前，檢查胃管的位置是否正確。
- \* 餵食時，床頭需抬高15~30度。
- \* 每次灌食後，請以溫開水沖淨管內食物。
- \* 胃管大約每星期更換一次。

1. 早產兒因腹肌較弱的緣故，臍疝氣及腹股溝疝氣的發生率較高。



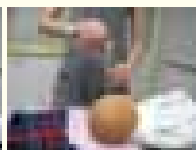
▲ 反抽胃管看有無胃內容物



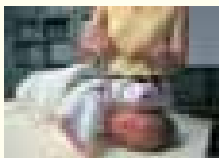
▲ 倒入牛奶



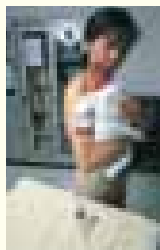
▲ 讓牛奶以重力原理自然流入



▲ 每次灌食後以溫開水沖淨管內食物



◀ 關閉鼻胃管



◀ 灌食後仍須將寶寶抱起拍打嗝

## 臍疝氣及腹股溝疝氣的觀察及處理

2. 出生體重越低，發生率越高。
3. 有些腹股溝疝氣可以自己復原，但大部分的寶寶均須在體重4~5公斤時手術復原。
4. 臍疝氣通常在1~2歲內會消失。

### 當您小寶寶被診斷為臍疝氣時的照顧：

1. 避免小寶寶過度哭鬧。
2. 當寶寶持續有腹脹不安現象，應儘速就醫。
3. 勿使用銅板加壓，此法無法消除臍疝氣，且可能導致臍部周圍皮膚的擦傷、貼傷。

### 寶寶在家服用藥物應注意下列事項：

1. 家屬應依醫囑按時給藥，且非經醫師指示，不可自行增減藥



## 餵藥的方法

量。

- 2.藥物應在餵奶前或餵食後給，不可加在牛奶內，以免影響所給藥量及藥物吸收。
- 3.可利用奶嘴、滴管、小匙、空針等，給寶寶餵藥。

### 早產兒居家常使用的藥物及注意事項：

- 1.**鐵劑**：主要是補充鐵質或治療早產兒貧血，通常在餵食前30分鐘服用，以利藥物吸收；服用鐵劑時寶寶的大便有時會呈黑色或深綠色是屬於正常的。
- 2.**多種維他命**：少數寶寶服用時會有腹瀉現象，可先暫停服用，並告知醫生。

一般媽媽擔心不知該帶寶寶就醫，以下症狀將提供您在判斷是否就醫時的參考：



## 何時父母應帶嬰兒返診

### 1.發燒：

肛溫高於 $38.5^{\circ}\text{C}$ 。

### 2.嘔吐：

一天有2次以上，將大部份或全部吃進去的奶吐出來，或有不只一次的射出性嘔吐。

### 3.腹瀉：

一天有3次以上的稀水便，或出現血絲便。

### 4.嗜睡或昏睡無力：

活動力減少，很難叫醒新生兒。

### 5.口鼻周圍發紺的現象（包括吸奶時）。

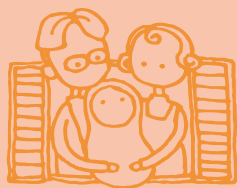
### 6.耳朵有不正常的分泌物。

### 7.呼吸時有異於平常的呼吸聲或有濃稠性的鼻涕。



# 兒童發展 簡易篩檢表

---



# 兒童發展簡易篩檢表

本表適用年齡為嬰兒期，請以早產嬰兒的矯正年齡來算，分別為矯正年齡四、六、九、十二、十八及二十四個月等六個追蹤階段。

（所謂矯正年齡，是指以預產期計算寶寶的年齡。例如，媽媽的預產期是7月1日，則至8月1日時，寶寶的年齡為矯正年齡1個月）

（資料圖片提供：行政院衛生署國民健康局）



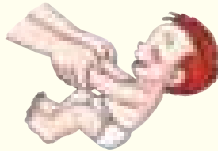
矯正年齡

滿 4 個月

## 粗動作



俯臥時盆骨平貼於床面，頭、胸部可抬離床面。



拉扶坐起，只有輕微的頭部落後。



坐姿扶持，頭部幾乎一直抬起。

## 細動作



手會自動張開



常舉手作“凝視手部”



當搖鈴被放到手中會握住約1分鐘。

## 語言溝通



轉頭偏向音源



有人向他說話會咿呀作聲。

## 身邊處理及社會性



雙眼可凝視人物並追尋移動之物。



會對媽媽親切露出微笑。

矯正年齡

滿 6 個月

### 粗動作



抱直時，脖子豎直  
頸保持在中央。



會自己翻身（由俯臥  
成仰臥）。



可以自己坐在有  
靠背的椅子上。

### 細動作



雙手互握在一起。



手能伸向物體。



自己會拉開在他  
臉上的手帕。

### 語言溝通

哭鬧時，會自己  
因媽媽的撫聲而  
停哭。



看他時，會回  
看你的眼睛。



### 身邊處理及社會性

逗他會微笑。



餵他吃時，會張口  
或用其他的動作表  
示要吃。



矯正年齡

滿 9 個月

## 粗動作

不須扶持，  
可坐穩。



獨立自己爬(腹部貼地、匍匐前進)。



坐時，會移動身體  
挪向所要的物體。



## 細動作

將東西由一手  
換到另一手。



用兩手拿小杯子。



自己會抓住東西往嘴裡送。



## 語言溝通

轉向聲源



會發出單音(如“ㄇ”“ㄣ”“ㄣ”) )



## 身邊處理及社會性

自己能拿餅乾吃。



會怕陌生人。



矯正年齡

滿 12 個月

### 粗動作

雙手扶著傢俱會走幾步。



雙手拉著會移幾步。



拉著物體自己站起。



### 細動作

拍手。



會把一些小東西放入杯子。



會撕紙。



### 語言溝通

以揮手示“再見”。



會摹仿簡單的聲音。



### 身邊處理及社會性

叫他，他會來。



會脫帽子。



矯正年齡

滿 18 個月

## 粗動作



可以走的很快。



走的很穩。



牽著他或  
扶著欄杆  
可以走上  
樓梯。

## 細動作



會用筆亂塗。



會把瓶子的蓋子打開。



已開始較常用特  
定一邊的手。

## 語言溝通



有意義的叫爸  
爸、媽媽。

會跟著或主動說  
出一個單字。



## 身邊處理及社會性



會雙手端著杯子喝水。



替他穿衣服會自動的  
伸出一個胳膊或腿。

矯正年齡

滿 24 個月

### 粗動作



會自己上下樓梯



會自己由椅子上爬下



會踢球(一腳站立  
另一腳踢)

### 細動作



重疊兩塊積木



會一頁一頁的翻圖畫書



會將杯子的水倒  
到另一個杯子

### 語言溝通



能指出身體的一部分

至少會講10個單字



### 身邊處理及社會性

自己會脫去衣服

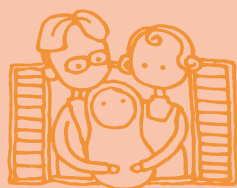


會打開糖果紙



# 早 產 兒 返 診 諮 詢 篇

---



# 早產兒基金會居家護理諮詢專線：

## (02) 2523-0908

---

- 電話諮詢服務

週一至週五早上8:30~下午5:00

- 服務內容：健康照顧、醫療資源提供、衛教資料  
提供相關機構的轉介

- 早產兒居家護理小組服務內容

一、輔導全國相關醫療院所實施早產兒個案管理追蹤訪視。

二、早產兒個案電話諮詢服務

三、家庭訪視—桃園以北，收案醫院轉介之個案。

四、提供相關醫療資訊及衛教資料

五、個案轉介及社區資源提供

六、成立早產兒父母支持團體

七、早產兒居家照顧教育宣導

※希望透過這些服務，提供早產兒育嬰知識、照顧技巧的指導、生長發展的評估、營養諮詢與指導、醫療儀器之使用評估，以減輕早產兒家庭照顧上的壓力及減少早產兒再度就醫的機會。

- 國民健康局免付費母乳哺育諮詢專線：0800-870-870

- 母乳庫專線：02-23581349



## 哺乳支持諮詢專線

各縣市衛生局所哺乳諮詢專線

| 衛生局名稱    | 哺乳諮詢專線                                 | 專線服務時間                      |
|----------|----------------------------------------|-----------------------------|
| 基隆市衛生局   | 02-24261133                            | 星期一至星期五：早上8點半至12點，下午1點半至5點半 |
| 臺北市政府衛生局 | 各區健康服務中心                               | 星期一至星期五：早上8點半至12點，下午1點半至5點半 |
| 臺北縣政府衛生局 | 02-22577155轉1424                       | 星期一至星期五：早上8點半至12點，下午1點至5點   |
| 桃園縣政府衛生局 | 03-3378854                             | 星期一至星期五：早上九時至下午五時           |
| 新竹市衛生局   | 035-5265306                            | 24小時                        |
| 新竹縣衛生局   | 03-5518160轉227                         | 星期一至星期五：早上8點至12點，下午1點至5點    |
| 苗栗縣衛生局   | 037-336735                             | 星期一至星期五：早上8點至12點，下午1點至5點    |
| 台中市衛生局   | 04-23801119                            | 星期一至星期五：早上8點至下午5點半          |
| 台中縣衛生局   | 04-25267039                            | 星期一至星期五：早上8點至下午5點           |
| 南投縣政府衛生局 | 049-2234221                            | 星期一至星期五：早上8點至下午5點半          |
| 彰化縣衛生局   | 04-7119904                             | 星期一至星期五：早上8點至12點，下午1點半至5點半  |
| 雲林縣衛生局   | 05-6337333轉8362(若瑟醫院)                  | 星期一至星期五：早上8點至12點，下午1點至5點半   |
| 嘉義市衛生局   | 05-2750423<br>05-2337355               | 星期一至星期五：早上8點至12點，下午1點至5點    |
| 嘉義縣衛生局   | 05-3620602<br>05-3620600轉276           | 星期一至星期五：早上8點至12點，下午1點至5點    |
| 台南市衛生局   | 06-2881493<br>06-2673613<br>06-2567406 | 星期一至星期五：早上8點至12點，下午1點半至5點半  |

| 衛生局名稱    | 哺乳諮詢專線             | 專線服務時間                     |
|----------|--------------------|----------------------------|
| 高雄市政府衛生局 | 07-7128940         | 星期一至星期五：早上9點至12點，下午2點至5點   |
| 高雄縣衛生局   | 07-6177331         | 星期一至星期五：早上9點至12點，下午2點至5點   |
| 屏東縣衛生局   | 08-7389277         | 星期一至星期五：早上8點至12點，下午1點半至5點半 |
| 宜蘭縣政府衛生局 | 03-9367855轉255或254 | 星期一至星期五：早上8點至12點，下午1點半至5點半 |
| 花蓮縣衛生局   | 038-227141轉267     | 星期一至星期五：早上8點至12點，下午1點半至5點半 |
| 金門縣衛生局   | 08-2330697轉815     | 星期一至星期五：早上8點至12點，下午1點半至5點半 |



## 哺乳支持諮詢專線 | 醫療院所哺乳諮詢專線-北區

| 醫院名稱           | 哺乳諮詢專線1                         | 哺乳諮詢專線2                       | 哺乳諮詢專線3                       | 專線服務時間                                                               |
|----------------|---------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| 基隆長庚醫院         | 0968-372247                     | 02-24313131<br>轉2071<br>或2702 | 0968-371823                   | 24小時<br>專線1—每天早上8點至下午3點半<br>專線2—每天下午3點半至下午5點<br>專線3—每天下午5點至隔日早上8點    |
| 台北榮總           | 02-28757081                     | 02-28757604                   | 02-28757083                   | 24小時                                                                 |
| 台大醫院           | 02-23562460<br>或<br>02-23562561 | 02-23562937                   | 02-23562629                   | 24小時                                                                 |
| 馬偕醫院<br>(台北院區) | 02-25433535<br>轉2072            |                               |                               | 24小時                                                                 |
| 台北長庚醫院         | 02-27135211<br>轉3337            | 02-27135211<br>轉3330<br>或3329 | 02-27135211<br>轉3905<br>或3903 | 專線1—星期一至星期五：早上8點半至下午5點半。<br>其他—24小時                                  |
| 台北臺安醫院         | 02-27720785                     |                               |                               | 星期一至星期四：上午9點至12點，下午2點至5點。星期五：上午9點至12點                                |
| 台北醫學大學附設醫院     | 02-27387416                     | 02-27372181<br>轉1999<br>或1994 |                               | 專線1—星期一至星期五：早上8點至12點與下午1點至5點。星期六：早上8點至12點，其他時間答錄機留言<br>專線2—例假日及非上班時間 |
| 台北市立聯合醫院仁愛院區   | 02-27039800                     | 02-27093600<br>轉3413          | 02-27093600<br>轉3433          | 專線1—星期一至星期五：早上8點至12點，下午1點至5點。星期六：早上8點至12點<br>其他—24小時                 |

| 醫院名稱                 | 哺乳諮詢<br>專線1           | 哺乳諮詢<br>專線2                               | 哺乳諮詢<br>專線3          | 專線服務時間                                                                                                                           |
|----------------------|-----------------------|-------------------------------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 台北市立<br>聯合醫院<br>婦幼院區 | 02-23916658           |                                           |                      | 24小時<br>(有附錄音設備)<br>【暫停中】                                                                                                        |
| 台北市立<br>聯合醫院<br>中興院區 | 02-25523234<br>轉5613  | 02-25503411                               |                      | 24小時                                                                                                                             |
| 台北市立<br>聯合醫院<br>忠孝院區 | 02-27864929           |                                           |                      | 24小時                                                                                                                             |
| 台北市立<br>聯合醫院<br>和平院區 | 02-23813853           | 02-23889595<br>轉2622                      |                      | 24小時                                                                                                                             |
| 台北市立<br>聯合醫院<br>陽明院區 | 02-28389164           |                                           |                      | 24小時                                                                                                                             |
| 新光<br>吳火獅<br>紀念醫院    | 02-28332211<br>轉2601  | 02-28332211<br>轉3380                      | 02-28332211<br>轉3880 | 專線1—星期一至星<br>期五：上午8點半至<br>12點半，下午1點半<br>至5點半。星期六：<br>上午8點半至12點半<br>專線2、3—星期一至<br>星期五：下午5點半至<br>隔日上午8點半。星期<br>六：12點半至星期一<br>上午8點半 |
| 振興復健<br>醫學中心         | 02-28267432           |                                           |                      | 24小時                                                                                                                             |
| 三軍<br>總醫院            | 02-87923311<br>轉88070 | 02-87923311<br>轉55000<br>或88084<br>或88085 |                      | 專線1—星期一至星期<br>五：早上8點至12點，<br>下午1點至5點。星期<br>六：早上8點至12點<br>其他—24小時                                                                 |

# 早產兒返診諮詢篇

| 醫院名稱          | 哺乳諮詢專線1               | 哺乳諮詢專線2                        | 哺乳諮詢專線3               | 專線服務時間                                               |
|---------------|-----------------------|--------------------------------|-----------------------|------------------------------------------------------|
| 國泰綜合醫院(汐止分院)  | 02-26482121<br>轉2621  | 02-26482121<br>轉2622           |                       | 24小時                                                 |
| 國泰綜合醫院(內湖分院)  | 02-27935888<br>轉3020  |                                |                       | 24小時                                                 |
| 財團法人康寧醫院      | 02-26345500<br>轉6607  | 02-26345500<br>轉6000           | 02-26345500<br>轉6603  | 24小時                                                 |
| 佛教慈濟綜合醫院台北分院  | 02-66289779<br>轉1565  |                                |                       | 24小時                                                 |
| 台北市立萬芳醫院      | 02-86621114           | 02-29307930<br>轉56902<br>或2602 | 02-29301339           | 專線3—星期一至星期五：早上8點至12點，下午1點至5點。星期六：早上8點至12點<br>其他—24小時 |
| 國泰綜合醫院(台北院區)  | 02-27082121<br>轉3555  | 02-27082121<br>轉5502           | 02-27082121<br>轉5175  | 專線1,2—24小時<br>專線3—上班時間                               |
| 亞東醫院          | 02-89667000<br>轉4293  | 02-89667000<br>轉1425           | 02-89667000<br>轉2427  | 專線1—星期一至星期五：早上9點至下午5點<br>其他—24小時                     |
| 天主教耕莘醫院       | 02-22193391<br>轉65127 | 02-22193391<br>轉16330          | 02-22193391<br>轉16350 | 24小時                                                 |
| 新莊欣惠欣婦產科小兒科診所 | 02-29902299<br>轉108   | 02-29902299<br>轉109            |                       | 星期一至星期五：早上9點至12點，下午2點半至6點，晚上6點半至9點半                  |
| 馬偕醫院(淡水院區)    | 02-28094661<br>轉2705  |                                |                       | 24小時                                                 |

| 醫院名稱               | 哺乳諮詢<br>專線1                                | 哺乳諮詢<br>專線2                  | 哺乳諮詢<br>專線3         | 專線服務時間                                            |
|--------------------|--------------------------------------------|------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------|
| 天主教<br>聖保祿<br>醫院   | 03-3613141<br>轉3331                        | 03-3613141<br>轉7285          | 03-3613141<br>轉2236 | 專線3—星期一至星期<br>五：早上9點至下午5<br>點<br>其他—24小時          |
| 林口<br>長庚醫院         | 03-3281200<br>轉8572、<br>8586               | 03-3281200<br>轉8561          | 03-3281200<br>轉8273 | 專線1、2—24小時<br>專線3—每週一至週<br>五：早上九時至下午<br>五時        |
| 敏盛醫院               | 03-3179599<br>轉8709、<br>8729、<br>8739、8749 |                              |                     | 24小時                                              |
| 國軍桃園<br>總醫院        | 03-4799595<br>轉325904                      |                              |                     | 24小時<br>【亦可連結至醫院"<br>母嬰親善—討論區"<br>留言，有專人回覆問<br>題】 |
| 宏其<br>婦幼醫院         | 03-4618888<br>轉5555                        | 03-4618888<br>轉5503<br>或2206 | 03-4618888<br>轉6666 | 專線1、3—24小時<br>專線2—每週一至週<br>五：早上8點至下午4<br>點半       |
| 堰新醫院               | 03-4941234<br>轉3586                        | 03-4941234<br>轉2500          | 03-4941234<br>轉2580 | 24小時                                              |
| 署立<br>新竹醫院         | 03-5430639                                 |                              |                     | 24小時                                              |
| 林鴻偉<br>婦產科<br>診所   | 03-5330733<br>轉202                         |                              |                     | 24小時                                              |
| 馬偕<br>紀念醫院<br>新竹分院 | 03-6119595<br>轉2561                        | 03-6119595<br>轉2521          |                     | 24小時                                              |
| 竹東<br>榮民醫院         | 03-5962134<br>轉530                         | 03-5962134<br>轉532           |                     | 24小時                                              |

# 早產兒返診諮詢篇

| 醫院名稱     | 哺乳諮詢專線1             | 哺乳諮詢專線2            | 哺乳諮詢專線3 | 專線服務時間                                                           |
|----------|---------------------|--------------------|---------|------------------------------------------------------------------|
| 新竹國泰綜合醫院 | 03-5278999<br>轉2757 |                    |         | 24小時                                                             |
| 南門綜合醫院   | 03-5261122<br>轉821  | 03-5261122<br>轉323 |         | 24小時                                                             |
| 江婦產科診所   | 03-5214275          | 03-5237197         |         | 專線1—24小時<br>專線2—星期一、二、四、五、六、日：早上10點至12點。星期一至六：下午3點半至5點半，晚上7點至10點 |
| 謝祖柏婦產科診所 | 03-5626111<br>轉205  | 03-5626111<br>轉206 |         | 星期一至星期五：早上9點至12點，下午2點至5點                                         |
| 陳建銘婦產科診所 | 03-5337789          | 0968208398         |         | 24小時                                                             |



# **哺乳支持諮詢專線** | 醫療院所哺乳諮詢專線-中區

| 醫院名稱               | 哺乳諮詢專線1                         | 哺乳諮詢專線2                       | 哺乳諮詢專線3               | 專線服務時間                                                |
|--------------------|---------------------------------|-------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------|
| 財團法人為恭紀念醫院         | 037-676811<br>轉7803             | 037-676811<br>轉7007           | 037-676811<br>轉7000   | 專線1—星期一至星期五：早上9點至12點，下午3點至5點半，晚上6點半至9點半<br>專線2、3—24小時 |
| 大千綜合醫院             | 0800-037119                     | 037-357125<br>轉250            |                       | 24小時                                                  |
| 澄清醫院<br>平等院區       | 04-24632000<br>轉6609            | 04-24632000<br>轉6629          |                       | 24小時                                                  |
| 臺安醫院               | 04-23606456                     | 04-36080899                   |                       | 星期一至星期五：早上8點半至12點15，下午1點15至5點                         |
| 中山醫院<br>大慶院區       | 04-24739595<br>轉33538<br>或33539 | 04-24739595<br>轉32250         | 04-24739595<br>轉33550 | 專線1、3—24小時<br>專線2—門診時間                                |
| 署立<br>台中醫院         | 04-22294411<br>轉2530            |                               |                       | 24小時                                                  |
| 中國醫藥<br>大學附設<br>醫院 | 04-22021995                     | 04-22052121<br>轉2268          |                       | 專線1—24小時<br>專線2—星期一至星期五：早上8點至12點，下午1點至5點。星期六：上午8點至12點 |
| 澄清醫院<br>中港院區       | 04-24632000<br>轉2661            | 04-24632000<br>轉2784<br>或2785 | 04-24632000<br>轉2337  | 專線1、2—24小時<br>專線3—星期一至星期五：早上8點至下午5點。星期六：早上8點至12點      |
| 台中榮總               | 04-23592525<br>轉8176            | 04-23592525<br>轉8177          | 04-23592525<br>轉8076  | 24小時                                                  |

# 早產兒返診諮詢篇

| 醫院名稱               | 哺乳諮詢<br>專線1                         | 哺乳諮詢<br>專線2                       | 哺乳諮詢<br>專線3            | 專線服務時間                                       |
|--------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|------------------------|----------------------------------------------|
| 林新醫院               | 04-22586688<br>轉1826，<br>0968811318 | 0968938988<br>04-22586688<br>轉580 | 04-22586688<br>轉760    | 專線1—星期一至星期五：早上8點半至5點半。星期六：8點半至12點<br>其他—24小時 |
| 權霖婦產<br>科診所        | 04-23199800<br>轉265                 | 04-23199800<br>轉200               |                        | 24小時                                         |
| 國軍<br>台中總院         | 04-23934191<br>轉525310              | 04-23934191<br>轉525309            | 04-23934191<br>轉525332 | 專線1.2—24小時<br>專線3—星期一至星期五：早上9點至12點，下午2點至5點   |
| 新菩提<br>醫院          | 04-24829966<br>轉237                 | 04-24829966<br>轉350               | 04-24829966<br>轉231    | 24小時                                         |
| 仁愛綜合<br>醫院         | 04-24819900<br>轉5363                | 04-24819900<br>轉5364              |                        | 24小時                                         |
| 署立豐原<br>醫院         | 04-25271180<br>轉1399                | 04-25271180<br>轉1398              | 04-25271180<br>轉2257   | 專線1.2—24小時<br>專線3—星期一至星期五：早上8點半至12點，下午2點至5點半 |
| 光田綜合<br>醫院<br>沙鹿總院 | 04-26623413                         |                                   |                        | 24小時                                         |
| 童綜合醫<br>院          | 04-26581122                         |                                   |                        | 24小時                                         |
| 光田綜合<br>醫院<br>大甲分院 | 04-26885752                         | 04-26885599<br>轉2733              | 04-26885599<br>轉2520   | 24小時                                         |
| 李綜合醫<br>院<br>大甲分院  | 04-26805012                         |                                   |                        | 24小時                                         |
| 埔里基督<br>教醫院        | 049-2912151<br>轉2121                |                                   |                        | 24小時                                         |

| 醫院名稱            | 哺乳諮詢專線1                    | 哺乳諮詢專線2                   | 哺乳諮詢專線3                                                            | 專線服務時間                                          |
|-----------------|----------------------------|---------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| 泰宜<br>婦幼醫院      | 049-2227787<br>轉2102       | 0953-762750               |                                                                    | 24小時                                            |
| 彰化市<br>順安醫院     | 04-7229889                 | 0800-029889               |                                                                    | 24小時                                            |
| 彰化<br>基督教<br>醫院 | 04-7256652                 | 04-7238595<br>轉3492       | 04-7238595<br>轉5481                                                | 專線1—每日早上8點<br>至下午5點半<br>其他—24小時                 |
| 漢銘醫院            | 04-7126666                 |                           |                                                                    | 星期一至星期六：早<br>上8點半至12點，下午<br>2點至5點半，晚上7點<br>至10點 |
| 秀傳紀念<br>醫院      | 健康諮詢<br>專線：<br>0800-070088 | 母乳諮詢<br>專線：<br>047-288290 | 婦產科諮<br>詢專線：<br>047-256166<br>轉82101<br>護理諮詢<br>專線：<br>0912-599995 | 專線2及護理諮詢專線<br>—24小時<br>其他—上班時間                  |
| 彰基<br>二林分院      | 04-8957581                 |                           |                                                                    | 24小時                                            |
| 蕭弘智<br>婦產科所     | 04-8359156                 | 04-8357571                |                                                                    | 24小時                                            |
| 員林<br>何醫院       | 04-8343838<br>轉119         | 04-8343838<br>轉200        | 04-8343838<br>轉212                                                 | 24小時                                            |
| 陳鴻基婦<br>幼診所     | 04-8323103                 |                           |                                                                    | 24小時                                            |



## 哺乳支持諮詢專線 | 醫療院所哺乳諮詢專線-南區

| 醫院名稱        | 哺乳諮詢專線1             | 哺乳諮詢專線2                  | 哺乳諮詢專線3             | 專線服務時間                                                 |
|-------------|---------------------|--------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------|
| 財團法人天主教若瑟醫院 | 05-6362002          | 05-6337333<br>轉8558      |                     | 24小時                                                   |
| 嘉義基督教醫院     | 05-2765041<br>轉2116 |                          |                     | 24小時                                                   |
| 天主教聖馬爾定醫院   | 05-2756000<br>轉5403 | 05-2756000<br>轉4501      | 05-2756000<br>轉4502 | 專線1—星期一至星期五：早上8點至12點，下午1點至5點。星期六：早上8點至12點<br>其他—24小時   |
| 嘉義長庚醫院      | 05-3621000<br>轉2228 | 05-3621000<br>轉2362      | 05-3621000<br>轉2239 | 24小時                                                   |
| 大林慈濟醫院      | 05-2648000<br>轉2502 | 05-2648000<br>轉1527      | 05-2648000<br>轉1551 | 24小時                                                   |
| 華濟醫院        | 05-2378111<br>轉2500 | 05-2375628               |                     | 專線1—24小時<br>專線2—星期一至星期五：早上8點至12點，下午1點半至5點。星期六：早上8點至12點 |
| 行政院衛生署朴子醫院  | 05-3790600<br>轉535  | 05-3790600<br>轉536       | 05-3790600<br>轉537  | 24小時                                                   |
| 嘉義榮民醫院      | 05-2359630<br>轉2368 | 05-2359630<br>轉2371      | 05-2359630<br>轉5792 | 專線1和2—24小時<br>專線3—週一至週五：上午8點至12點                       |
| 台南市立醫院      | 0800-035080         | 06-2609926<br>轉1276      |                     | 0800—為星期一至星期五：8點至5點半<br>其他—24小時                        |
| 衛生署立台南醫院    | 06-2252527          | 06-2200055<br>轉3133,3155 |                     | 24小時                                                   |

| 醫院名稱                        | 哺乳諮詢<br>專線1          | 哺乳諮詢<br>專線2                  | 哺乳諮詢<br>專線3                  | 專線服務時間                                     |
|-----------------------------|----------------------|------------------------------|------------------------------|--------------------------------------------|
| 新樓醫院                        | 06-2748316<br>轉4290  | 06-2748316<br>轉1027          | 06-2748316<br>轉4255          | 專線2—星期一至星期五：上午8點至12點，下午1點半至5點半<br>其他—24小時  |
| 郭綜合醫院                       | 06-2221111<br>轉1170  | 06-2221111<br>轉1160          | 06-2221111<br>轉1128          | 24小時                                       |
| 奇美醫院                        | 06-2812811<br>轉53262 |                              |                              | 24小時                                       |
| 奇美醫院<br>柳營分院                | 06-6226999<br>轉73275 |                              |                              | 24小時                                       |
| 成大醫院                        | 06-2766146           | 06-2353535<br>轉2867          | 06-2353535<br>轉4545          | 專線1—24小時                                   |
| 高雄市立<br>聯合醫院<br>(美術館<br>院區) | 07-5549387           |                              |                              | 24小時                                       |
| 健新醫院                        | 07-2613866<br>轉513   | 07-2613866<br>轉118           | 07-2613866<br>轉202           | 24小時                                       |
| 阮綜合醫院                       | 07-3342658           | 07-3351121<br>轉2872<br>或2802 | 07-3351121<br>轉1407          | 專線1.2—24小時<br>專線3—門診時間                     |
| 天主教<br>聖功醫院                 | 07-2238153<br>轉6201  | 07-2238153<br>轉6610          | 07-2238153<br>轉6821          | 專線1—早上8點至晚上9點<br>其他—24小時                   |
| 吳昆哲<br>婦產小兒<br>科醫院          | 07-3319611<br>轉505   | 07-3319611<br>轉503           | 07-3319611<br>轉306           | 24小時                                       |
| 高雄<br>醫學大學<br>附設中和<br>紀念醫院  | 07-3121101<br>轉7818  | 07-3121101<br>轉6502          | 07-3121101<br>轉6526<br>或6461 | 專線1—星期一至星期五：上午8點半至12點，下午1點半至5點半<br>其他—24小時 |

| 醫院名稱               | 哺乳諮詢<br>專線1         | 哺乳諮詢<br>專線2         | 哺乳諮詢<br>專線3         | 專線服務時間                      |
|--------------------|---------------------|---------------------|---------------------|-----------------------------|
| 高雄市立<br>小港醫院       | 07-8036783<br>轉3332 | 07-8036783<br>轉3702 |                     | 24小時                        |
| 義大醫院               | 07-6150011<br>轉5583 | 07-6150011<br>轉3552 | 07-6150011<br>轉3521 | 專線1—上午8點至下午5點<br>其他—24小時    |
| 高雄榮總               | 07-3468035          | 07-2468194          |                     | 24小時                        |
| 高雄<br>長庚醫院         | 07-7317123<br>轉8901 | 07-7317123<br>轉8902 | 07-7317123<br>轉8927 | 24小時                        |
| 寶建醫院               | 08-7665995<br>轉2307 | 08-7340582          |                     | 專線1—每日早上8點至下午5點半<br>其他—24小時 |
| 屏東基督<br>教醫院        | 08-7363026<br>轉5411 | 08-7363026<br>轉5410 | 08-7378149          | 24小時                        |
| 東港安泰<br>教學醫院       | 08-8329966<br>轉6506 | 08-8329966<br>轉6502 |                     | 24小時                        |
| 輔英<br>科技大學<br>附設醫院 | 08-8323146<br>轉3000 | 08-8323146<br>轉3630 | 08-8323146<br>轉2612 | 專線3—為早上9點至晚上10點<br>其他—24小時  |



# 哺乳支持諮詢專線 | 醫療院所哺乳諮詢專線-東區

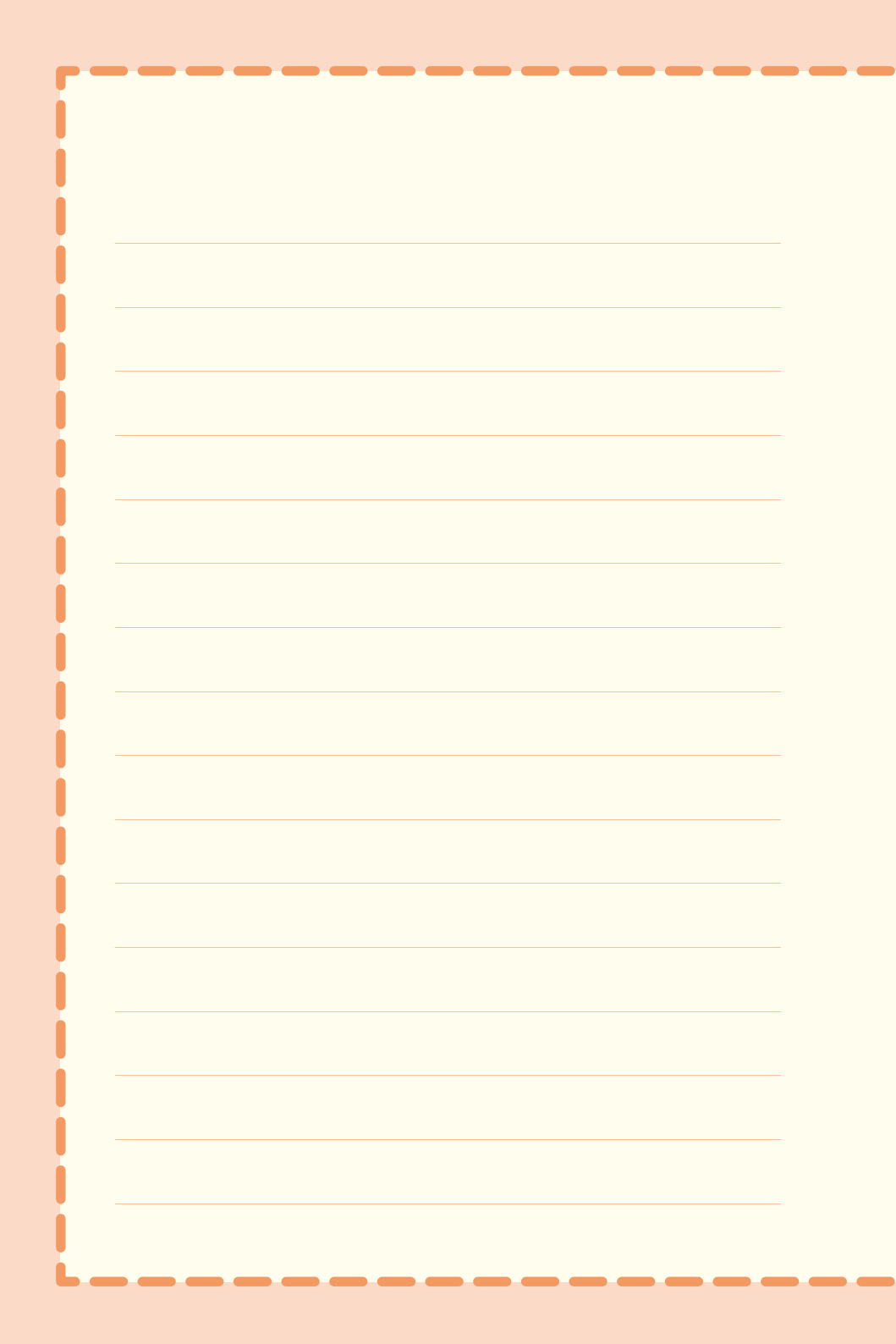
| 醫院名稱             | 哺乳諮詢專線1                                                            | 哺乳諮詢專線2             | 專線服務時間                            |
|------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------------------|
| 署立宜蘭醫院           | 03-9331335                                                         |                     | 24小時                              |
| 羅東聖母醫院           | 03-9556925                                                         | 03-9544106<br>轉2752 | 24小時                              |
| 羅東博愛醫院           | 03-9553026                                                         |                     | 24小時                              |
| 基督教門諾醫院          | 03-8241390<br>(產後病房)<br>03-8241360<br>(月子中心)<br>03-8241380<br>(產房) | 03-8241466          | 專線1—24小時<br>專線2—由早上8點至12點及下午2點至5點 |
| 財團法人佛教慈濟綜合醫院     | 03-8561825<br>轉3246                                                | 03-8561825<br>轉3911 | 24小時                              |
| 財團法人佛教慈濟綜合醫院玉里分院 | 03-8882718<br>轉502                                                 | 03-8882718<br>轉211  | 24小時                              |
| 台東馬偕紀念醫院         | 089-310150<br>轉266.267                                             | 089-310150<br>轉624  | 專線1—24小時<br>專線2—由早上8點至下午17點       |



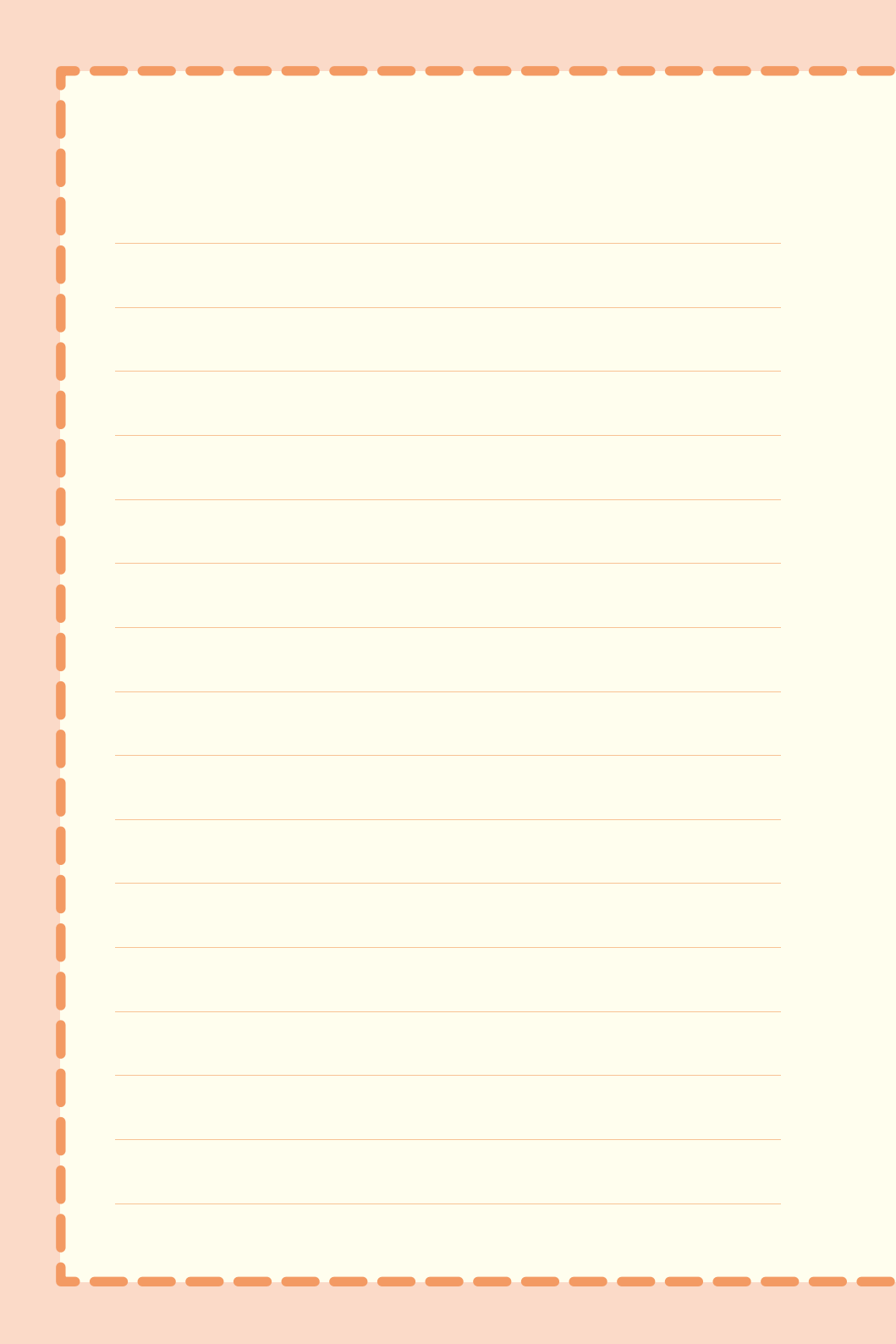
# 關於寶寶的手記



 關於寶寶的手記









## 國家圖書館出版品預行編目資料

早產兒居家照護手冊. 父母篇 / 許瓊心等執行編輯.  
三版. 臺北市：早產兒基金會，  
2010. 12  
面；公分  
ISBN 978-986-86907-1-4（平裝附數位影音光碟）  
1.早產兒護理  
419.843 99025457

## 早產兒居家照護手冊 [父母篇]

出 版 者：財團法人台灣早產兒基金會

發 行 人：李宏昌

執行編輯：許瓊心、張瑞幸、賴惠珍、  
童雅琦、李幸齡、藍碧女、  
黃淑真

美術編輯：優仕盟企業有限公司

地 址：台北市104中山北路二段92號

電 話：02-2511-1608

護理諮詢：02-2523-0908

傳 真：02-2511-8553

劃撥帳號：15754193

網 址：<http://www.pbf.org.tw>

電子信箱：[pbfyu@ms1.mmh.org.tw](mailto:pbfyu@ms1.mmh.org.tw)

戶 名：財團法人台灣早產兒基金會

出版日期：2010年12月三版



給予適當照顧

早產兒也能健康成長



財團法人台灣

**早產兒基金會**

地址：台北市中山北路二段92號

免費服務專線：0800-00-3595(生我救我)

預防諮詢專線：(02)2511-1608

居家照護專線：(02)2523-0908

網址：<http://www.pbf.org.tw>

E-mail：[pbfyu@ms1.mmh.org.tw](mailto:pbfyu@ms1.mmh.org.tw)

郵政劃撥帳號 **15754193**



給予適當照顧 早產兒也能健康成長



台灣早產兒基金會

Premature Baby Foundation of Taiwan, R.O.C.

地址:104台北市中山北路二段92號

Tel:(02)2511-1608 Fax:(02)2511-8553 郵政劃撥:15754193

<http://www.pbf.org.tw> E-Mail:[pbfyu@ms1.mmh.org.tw](mailto:pbfyu@ms1.mmh.org.tw)

ISBN 957988054-9



9 789579 880541