

# 新生兒照顧之 Q&A

資料來源/小兒科

## 我的寶貝怎麼哭了？

---

嬰兒哭鬧是他表達對食物及撫慰需要的唯一方法。注意，在您心疼孩子時，請不要緊張，先試著安撫他，再尋找原因，並解決問題，那麼您和您的寶貝就能擁有最和諧、快樂的關係了。

## 安撫嬰兒的方法包括：

---

- 一、擁抱：直著抱起他，讓他靠在你肩上，或以手臂環抱，讓他與你面對面，也可以跟他說話。
- 二、有節奏的搖動嬰兒：抱在手上搖（需注意不要只晃動頭頸部）、使用安全的搖椅，利用嬰兒車或嬰兒床來回推。
- 三、有節奏的輕拍嬰兒：用手輕拍或按摩嬰兒的背部、腹部也會讓他安靜下來。
- 四、分散嬰兒的注意力：圖片、聲音也許能引起他的注意。

## 嬰兒哭鬧的原因有哪些？

---

- 一、飢餓：如果他總是時間未到即大哭，餵食時顯得狼吞虎嚥。可以考慮下一餐

加量或是在二餐之間餵些開水，但以不影響奶量為主（哺餵母乳者除外）。

二、周圍環境不適：環境太冷、太熱（頭部摸起來濕且熱），可先調整衣服及被蓋使嬰兒感到舒適。明亮的燈光或陽光直射眼睛也會使他哭鬧。

三、無謂的紛擾：不同的人換來換去抱他，在嬰兒不需要時一而再換尿片、餵奶，會使得煩躁的嬰兒哭得更厲害。

四、照顧者的情緒：嬰兒也是敏成的，當大人以焦慮、厭惡的聲音討論他，或是照顧者不能心平氣和的對待他，他也會有情緒反應。

五、他不喜歡的事：有些嬰兒就是不喜歡穿衣、脫衣、洗澡、清除耳垢、剪指甲，然而這些有時又必須做，那你只能盡快完成，然後安撫他。

六、吃就哭：先幫他拍背、打嗝，有可能食入的空氣未排出，脹氣不適。

七、便秘：大便性質硬或多天才解一次，勿隨意給輕瀉劑，建議至兒科就診。

八、單純尿布疹：有的嬰兒較不能忍受大小便的刺激，需盡量保持乾爽的臀部。

九、皮膚外傷：如蚊蟲咬傷、別針或異物刺傷。

十、口瘡：口腔內有一些小白點，可能是念珠菌成染，必須就醫診治。

## 我的寶寶生病了嗎？

---

當您的寶寶經常性地不明原因尖聲大哭，且無法安撫，就得考慮看醫師，但請先觀察記錄，是否伴隨其他異常狀況。例如：體溫、食慾、活動力等變化。這樣有助於診斷、尋找問題。