

新生兒照護手冊

目 錄

一、嬰兒出院備忘錄	3
二、新生兒的特徵	5
三、餵奶情事	7
四、嬰兒沐浴	8
五、新生兒照護重點	10
六、嬰兒常見問題	13

※親愛的家長們：

恭喜你們有了可愛的小寶貝，在面對柔軟嬌小的嬰兒，是否常讓您不知所措？怎麼抱他？寶寶哭了怎麼辦？為了讓你們更能清楚的了解這個小生命，減輕在照顧上的疑慮和緊張，本嬰兒室特別準備這本小冊子，希望能幫助您和小寶寶度過最美好的第一年。

中山醫學大學附設醫院-護理部

♥♥♥♥♥♥♥真誠的關心您♥♥♥♥♥♥♥

大慶院區嬰兒室諮詢專線：

(04) 24739595 轉 20952 或 20951

(04) 36013619

嬰兒出院備忘錄

_____之男女 出院體重_____ 血型_____

*外觀特徵：

- 正常 胎記 血管瘤 耳瘻肉 多指 頭血腫
產瘤 足內翻 長牙 珍珠貝 疹子 魔乳
白帶 兔唇 顎裂 假性月經

*飲食：

- ◎奶量：_____奶粉：_____母奶：_____
下次進食時間：三小時一次 四小時一次 不定時
◎吸吮力：好(5-10分鐘) 普通(15分鐘) 慢(30分鐘)
◎溢奶：不會 會
◎吐奶：不會 會
◎奶洞：_____

*排泄：

- ◎小便：未解 正常
◎大便顏色：墨綠 黃色 黃土色 黃中帶綠
(胎便及黃疸照射後皆會產生墨綠便，以上大便多屬正常)
◎大便型態：胎便 顆粒便 糊便 稀便 水便
建議與處理：_____

*** 檢驗 :**

◎黃疸：沒有 目前黃疸值_____mg/dl，需再追蹤。
(10mg/dl 以下沒問題，10mg/dl 以上再觀察，15mg/dl 以上住院治療)

◎新生兒篩檢：未檢 已檢 (未檢者請回門診檢查)

◎新生兒聽力篩檢：未檢 已檢 (未檢者請回門診檢查)

◎預防針：

• B 型肝炎免疫球蛋白：不需注射 已注射

• B 型肝炎疫苗第一劑：已打 未打

• 卡介苗：未打 (待 SCID 報告，約 3 星期)

本院接種時間：大慶院區 月 日 時

*** 護理 :**

• 洗澡護理：請參閱手冊第 8 頁

• 臍帶：脫落 未脫落

處理方法：臍帶常保持乾燥並以 **75%**酒精消毒臍帶四週
及臍根處。

• 紅臀：沒有 點狀 一片

處理方法：_____

• 眼屎：沒有 有：不需治療 眼藥水

處理方法：_____

• 性情：非常愛哭 普通 乖

• 睡眠型態：正常 日夜顛倒 不一定

*** 其他 :**

新生兒特徵

* 新生兒紅疹：

臉部和身體出現紅色疹子，是一種生理現象，出生後 2-3 天會自然消失。

* 粟粒疹：

在鼻頭、前額、兩頰及下巴處看見白色小粒疹子，是因新生兒皮脂腺未成熟，可於 2 週內消失。

* 產瘤、血腫：

生產時因產道的壓力，有些寶寶頭型會暫時變的比較長，約數星期內慢慢消失，或因分娩的壓力，寶寶頭蓋骨內皮膚有些水腫是正常的，腫脹會在數週內消失。

* 分泌物：

寶寶在子宮內受母親賀爾蒙影響，有時暫時性乳房脹大現象（切勿擠壓，預防感染）；或女嬰陰道出現乳狀液分泌物，甚至從陰道流出幾滴血（假性月經），是正常現象，在洗澡或換尿布時注意即可。

* 毒性紅斑：

是一種相當常見的嬰兒皮疹，外形像是一顆小膿皰，但實際上不是膿皰；因它很快消失，但很快的在旁邊又長一顆出來，因此有時會以為會移行，這種疹子一點毒性也沒有，不需治療。

* 血管瘤：

是一種血管的先天畸形，也就是局部的血管增生過多草莓狀的血管瘤，顏色鮮紅，凸出皮膚表面或呈平面狀態；這種血管瘤在嬰兒時期會逐漸變大，但在 1-2 歲之間會逐漸變小，最後消失，不需特別治療的。有新生兒頸後、前額發現紅斑，俗稱【鮭魚斑】，也是血管的增生，一週歲內會消失。

* 眼睛結膜下出血點：

這是因寶寶在產道中受到擠壓所造成的，一般在數週後會自行吸收消失。

* 蒙古斑：

在嬰兒的小屁股上常可見一大片灰藍色的斑，稱蒙古斑，這只是一些局部色素沉澱；幾年內就會消失，不需治療。

* 新生兒黃疸：

中國新生兒 95% 會發生，於出生第 3 天出現，第 4-5 天達高峰，一星期後漸消退，輕微黃疸不會影響寶寶的健康，但黃疸厲害者，可能造成腦性麻痺或死亡；所以新生兒黃疸需特別注意觀察，如果黃疸出現變厲害或持續 2 星期以上仍不消退，應立即請醫師診治。

餵奶情事

* 哺餵母乳

1. 每次哺乳時，先將雙手以肥皂或乾洗手液洗淨。
2. 抱寶寶讓他臉頰靠在乳房上，用拇指和食指圈成一C字形，握住乳房確定乳頭及乳暈位置在寶寶舌頭上方。
3. 吸奶時，讓寶寶含住乳暈及乳頭，才能真正吸到母乳。
4. 當寶寶飽足時，會將乳頭吐出，而停止吸吮，媽媽可以小指伸入寶寶嘴角，讓其嘴巴打開，脫離乳頭。
5. 每次哺乳完畢，應將兩側乳房排空，以利下一次泌乳。

* 哺餵母乳常見的問題

1. 當寶寶因某種因素需暫停哺餵或與母親分離時，媽媽應每日定時（2-3小時）將母乳擠出，以保持乳汁繼續分泌，將擠出的奶水，放置消毒過的奶瓶中，冷藏可放5-6天，冷凍可放3-4個月；使用時，隔水（60°C）溫熱後，可給寶寶餵食。
2. 乳房疼痛或紅腫，可請醫師診治；如乳房有破皮時，可將乳汁塗抹在乳頭及乳暈上，再自然風乾即可。
3. 哺乳期間有脹奶或乳房硬塊，乳汁流通不暢時，可增加哺乳的次數，必要時可做乳房按摩，以維持乳腺通暢。
4. 哺乳期間，媽媽可多攝取蛋白質，例如：魚、肉、蛋、奶並應增加水果、蔬菜及水分的攝取；媽媽亦需有足夠睡眠及愉快心情以利乳汁分泌。
5. 哺乳期間不可亂服成藥或刺激性食物。
6. 如何知道奶量是否充足---若寶寶尿尿、排便次數顏色正常，哭泣時精神百倍、體重正常增加等，表示奶量充足。

嬰兒沐浴

(一)、目的

1. 清潔身體。
2. 觀察嬰兒活動力。
3. 增進親子關係。

(二)、準備用物

嬰兒浴盆、小毛巾、擦身大毛巾、換穿的衣服、沐浴精(皂)、尿片、臍帶護理用物(無菌棉棒、75%酒精)。

(三)、洗澡步驟



(四)、注意事項

1. 準備水時先放冷水再放熱水，水溫約 37.5-40.5℃。
2. 洗澡時注意環境的溫度。
3. 餵食前後一小時勿洗澡。
4. 頸部、腋下、腹股溝、生殖部要清洗乾淨。
5. 臍帶護理（取出棉棒沾酒精，在臍帶及周圍擦拭即可）。

新生兒照顧重點（如何照顧新生兒）

*環境安排

保持室內空氣流通，室溫控制 **24-26°C** 左右，嬰兒勿在冷氣孔下，避免直接吹到風。

*衣服

嬰兒衣服的選擇，以輕、軟、溫和、不易褪色為主、棉質衣物無刺激性、易吸汗是最適當衣料，衣服型式簡單，太緊或太寬都會妨礙嬰兒的活動，勿包裹太多衣物，造成不適（原則上比成人多穿一件衣服）。

*排泄

一天內會排十幾次的尿及數次大便，所以要勤換尿布，特別是餵奶前後，若有大小便應立即更換。大便顏色應呈黃色，餵食母乳者大便可能較軟質，若有腹瀉，大便帶水次數多，應加強奶瓶消毒及加強洗手並將牛奶濃度稀釋成 **10%**（**2/3** 奶），如未改善應就醫；便秘時，可增加開水補充及腹部順時鐘按摩，或使用肛表刺激肛門口，促進排便。

*睡眠活動

出生一個月內的嬰兒平均睡眠 **20-22** 小時，側睡或仰睡均可，睡覺時可給予浴巾包紮，較有安全感，在清醒時手腳可不包紮，讓其四肢活動，增加刺激。

*預防感染

嬰兒抵抗力很弱，接觸嬰兒或準備嬰兒食物時，應先洗手；有感冒症狀者不要靠近嬰兒（照顧者感冒需戴口罩）；避免將嬰兒帶到人多的公共場所。

* 意外事件預防

避免將寶寶單獨留在屋內，如要離開應將床欄拉起避免跌落；床旁不要放置尖銳物品，趴睡時不睡枕頭，或使用透氣枕頭，注意口鼻是否悶住，奶嘴勿掛於頸部，避免繞頸，天冷勿與他人共用一條棉被。

* 黃疸的觀察

評估寶寶全身皮膚、臉部、眼白（鞏膜）生理性黃疸1星期後漸漸消退，哺餵母乳者黃疸會較慢消退，但在正常範圍者仍可繼續哺餵母乳。

* 尿布疹

和大小便接觸寶寶皮膚有關，尿布疹有兩種：一種是接觸性皮膚炎，只是在接觸到大便的地方有紅紅一片，另一種則有黴菌感染，除了屁股紅紅外，還會在外圍有許多小紅丘疹，並伴有脫皮現象。

處理方法：

1. 勤換尿布，保持局部乾淨。
2. 有嚴重或黴菌感染時，應請醫師開藥塗擦患部。

* 眼屎

對剛出生嬰兒而言，造成眼屎原因可分為兩種：

1. 嬰兒鼻淚管發育不全使眼屎無法順利排出，導致眼屎累積，此種原因引起的眼屎多為白色的黏液狀，可在鼻樑靠近眼內側地方給予按摩。
2. 感染引起—嬰兒眼部受感染，常見的是經過母親陰道時，受細菌感染有黃色分泌物量多時，應帶給醫師診治，用含抗生素之眼藥使用。

嬰兒常見的問題

*發燒

寶寶正常體溫差不多是 $36.5-37.5^{\circ}\text{C}$ ，感冒、室內溫度太高、穿太多衣服、哭鬧或細菌感染都會引起寶寶發燒，測量肛溫應在寶寶安靜一段時間後才量，通常肛溫 38°C 時，可先用溫水擦拭寶寶身體，半小時後體溫若未下降，應送醫師診治。

*溢奶與吐奶

溢奶—寶寶喝完奶後，會有少量奶水仍留在口中，經過一段時間奶水會與唾液合成白色液體，再由口中流出就是溢奶，這是正常現象。

吐奶—如果寶寶是將喝下的大部分奶水吐出，則可能是他喝太快、太多，或沒有間隔休息、奶洞太小而吸入大量空氣，每次餵完奶務必將嬰兒抱起扶著下巴，輕拍背幫助排氣，若寶寶嘔吐不止或經常將奶全部噴出來，應請醫師診治。

*腸絞痛

餵奶過多、腸內細菌分解及空氣中二氧化碳在小腸內發酵，皆會造成寶寶腸絞痛，絞痛時寶寶會哭嚎、陣陣尖叫，常是陣發性，痛了幾分鐘就自己好了，卻又突然再痛起來時，可將嬰兒抱起扛於肩部輕拍其背，使之感到溫暖，寶寶會比較舒服，如果寶寶的腹痛伴有發燒、腹脹、嘔吐、血便時就需緊急找醫師診治。

* 臍疝氣

臍帶掉後，當寶寶用力或大哭時臍部會突出，早產兒特別常見，這是因為臍環未閉合，留有一小洞，小部份腸子或空氣留通此洞而使臍部突出，應請醫師診察，通常不需治療，到一歲左右自然會好。

* 便秘

如果未依嬰兒奶粉罐上標示沖調奶粉，或是天氣炎熱造成寶寶體內多量水分從汗液、排尿流失，寶寶即有可能發生糞便乾硬、顆粒狀便秘，寶寶如有便秘情形，媽媽應注意是否依奶粉罐上指示沖泡奶粉、在二餐間餵寶寶喝開水、避免給寶寶穿太多衣服、蓋過厚棉被，以免流汗多，造成體內水分大量流失。喝母乳之嬰兒不需額外補充水分，因母乳中含有量多的水分。

* 腹瀉

奶粉泡過濃、對牛奶過敏或病毒感染等因素都會讓寶寶排便次數增加，寶寶排便次數比平常增加很多次或糞便呈水狀，就是腹瀉，吃母乳寶寶糞便通常呈黃色或黃帶綠色、柔軟、糊狀、微酸味、無臭；吃嬰兒配方奶粉之大便，水分含量較少、大便較黃棕色，有時亦帶綠色，氣味較難聞。新生兒時因腸胃對食物反射結果，可能每次餵食後就解大便，慢慢次數會減少，只要糞便不是乾硬或如液體即為正常之大便，若大便含血或呈灰白色，則為異常，需立刻就醫。