

嬰兒常見的餵食問題

一、餵食、排氣及打嗝

將嬰兒抱起，採搖籃式抱法，維持耳高於口之姿勢，將奶嘴放入口內，奶嘴需置於舌頭上方，餵食時斜拿奶瓶，使奶水充滿奶嘴，避免因吸入空氣容易吐奶或脹氣；餵食後應幫寶寶排氣，若是排氣許久未排氣者放回床上時，建議採右側臥以免寶寶因吐奶時嗆到，排氣姿勢可直坐在大腿上或趴於身上採直立式（如圖一）；排氣方法如下：

- 1.手指合成杯狀，手掌應呈杯狀，由下往上拍背。
- 2.以手掌心螺旋或同心圓狀推柔背部。



圖一

二、溢奶及吐奶

- 1.溢奶：寶寶偶而會由嘴巴、甚至鼻孔突然溢出奶水，這些都是因為食道與胃交接處之賁門功能尚未成熟，容易胃食道逆流；或寶寶喝奶時，吸入過多空氣，打嗝吐氣時帶出一些奶水，這是正常現象，通常4~6個月左右會消失。
- 2.吐奶：餵奶後或餵奶中吐出較多的奶水，有時甚至會以噴射狀吐出；若寶寶吐出黃綠色膽汁或體重增加不良，應儘速就醫；減少溢奶吐奶的方法如下：
 - (1)餵奶後確實排氣。
 - (2)不管有無排氣都應墊高寶寶的頭部，採右側臥約10分鐘，以預防溢奶時引發嗆奶。

三、腹瀉

一般而言，寶寶一天約解出2~3次至10~12次不等大便，平時父母親應仔細觀察寶寶排泄物的形狀、顏色、氣味以及排便量，若排便次數增加、糞便性質改變、水分和分量增加則為腹瀉；預防及處理方法如下：

- 1.泡配方奶前後及接觸嬰兒前後記得要洗手。
- 2.使用煮沸過的水沖泡奶粉，奶瓶需正確消毒及存放，避免接觸不潔物品。
- 3.以中性溫和的肥皂和清水，清洗臀部並擦乾，勤換尿布保持乾燥，避免紅臀。

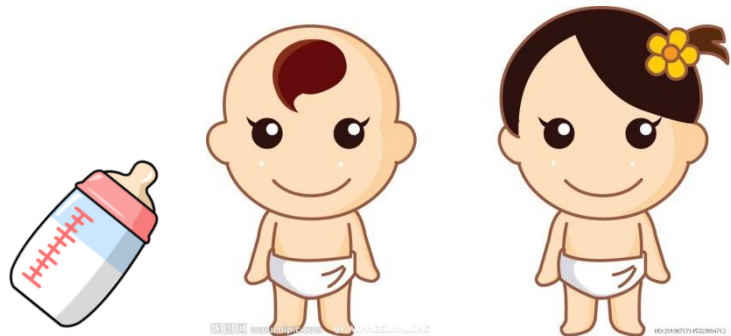
嬰兒常見的餵食問題

- 4.若寶寶有出現多次嘔吐、水瀉、解血便或黏液便的情況，應儘速就醫。
- 5.非經醫師指示，不可服用任何藥物。

四、便秘

排便時有困難、出現乾硬或顆粒的大便，且大便次數減少、有腹部不適或因乾硬大便擠壓造成直腸黏膜出血等症狀；所謂正常排便次數是指不論其排便為 1 天 3 次，或 2~3 天 1 次皆為正常排便；寶寶雖數天才解一次大便，但大便性質不硬，且寶寶平時沒有不舒服的表現，則不屬於便秘，處理方法如下：

- 1.此為常見的普遍問題，大部分屬於短暫性和功能性問題。
- 2.按摩腹部，在肚臍周圍按順時針方向，用手掌輕輕按摩，可以刺激腸的蠕動，幫助寶寶順利排便。



參考文獻

- 王淑芳、張淑文（2019）。奶瓶餵食法。產兒科護理技術（四版，139-142）。華杏。
- 林元淑、黃靜微、洪兆嘉（2023）。新生兒及其護理。於陳月枝總校閱，實用兒科護理-基礎觀點（一版，35-59 頁）。華杏。
- 黃立琪（2023）。兒童消化系統疾病及其護理。於陳月枝總校閱，實用兒科護理-基礎觀點（一版，427-433 頁）。華杏。