王文賢

如何照顧新生娃娃

所謂「新生兒」，即是指出生至四週大小的嬰兒。由於初生嬰兒剛離開母體，是最嬌嫩、最脆弱，也是最需要父母特別小心照顧的一群，所以我們對照顧新生兒方面的常識，確實是一個非常重要課題。

足月新生兒

一般說來，懷孕滿40個星期左右兩週出生的嬰兒，稱之爲足月新生兒。通常足月新生兒出生時，體重應在2，500公克以上，但大部分是3，000～3，500公克左右。

這類正常新生兒，住院3、4天以後，即可隨母親同時回家。如果出生時懷孕期不足37週，或是出生體重低於2，500公克的新生兒，則稱之爲「早產兒」或是「低體重新生兒」。

早產兒或低體重新生兒，由於先天發育不良，比較容易發生嚴重黃疸、肺擴張及發育不全，吸奶力弱，體溫不易保持或易受細菌感染等問題。所以，這類新生兒都必須住院較久，由醫師和護士特別照顧，一直到情況穩定後，才被允許帶回家中撫養。

護理常識

初爲人母，在醫院中剛把一個「軟綿綿」嬌小可愛的娃娃抱回家中後，即將面臨許多問題，比方餵奶、洗澡、換尿布，……等等。如果沒有育嬰常識，往往不知所措。在此即對新生兒的一般護理常識，簡要討論如下：

餵好嬰兒：健康母親的奶水，是嬰兒最佳的食品。但由於現代生活轉變，母親多爲「職業婦女」，所以漸漸以奶粉取代母奶。凡是營養均衡新鮮的奶粉，都可以當作嬰兒食品。

但需注意餵奶時間正確，奶粉沖調適宜，切不可太稀或太濃。至於餵奶的方式，最好把幼兒抱在懷裡，以免嗆到。

幫幼兒洗澡：在爲幼兒洗澡時，應先清洗自己雙手。洗澡時一手托住娃娃的頭，同時以兩指輕壓住嬰兒兩耳，以防止洗澡水灌入。另一手以毛巾擠一些清水在嬰兒頭上，再抹些肥皂，反覆輕揉，洗完頭後再洗身體。

如果臍帶部位尚未復原，切勿沾水，以免引起發炎。洗完澡後，最重要的是要輕輕擦乾，不可撲上過厚的爽身粉。穿著以稍爲寬大的綿質品衣服最佳，並要勤換尿布，防患濕疹。

睡臥方式：應取「俯臥」或「右側臥」的睡姿較佳。據文獻研究報告，嬰兒取俯臥睡姿時，睡得比較安穩，而且消化也比較快。

如果不能實行「俯臥」，起碼應在餵奶後，採取「右側臥」的睡姿，對嬰兒有許多好處。

新生黃疸：一般說來，嬰兒在出生後一週內，都有「黃疸」現象。但一般人無法分辨是「生理性黃疸」，或是有危險性的黃疸。

所以，如果發現嬰兒皮膚呈黃色，最好方法還是請教專門醫師，隨時檢查，防止惡化！

預防病菌傳染：新生兒抵抗力弱，所以父母應注意自己的衛生習慣。奶瓶、奶頭都要煮沸消毒，室內空氣要流通。

抱嬰兒前應先洗手，更不可隨便「親」嬰兒，或面對著嬰兒打噴嚏、咳嗽，以免把致病菌「送」給嬰兒。

不可服用成藥：一個正常新生兒，只要餵奶質量合宜，注意衛生，就可正常發育，健康活潑。

切不可亂聽言「傳言」、「謠言」給人正常嬰兒服用一些不知名的「丹」「丸」、成藥或草藥之類。那樣做往往不得其利，先受其害，甚至可能造成嚴重中毒，抱恨終身之事。

新生兒太嫩，若有疾病，變化更是快速，乃是一科專門學問。在此僅能就常見的問題和一般照顧常識，分別簡要介紹，實難包羅萬全。總之，凡在新生兒發現有什麼「不對勁」情況時，都應立即去找專科醫師討論，以免延誤診治。