

嬰幼兒生長及常見的疾病照護



中山醫學大學附設醫院
 新生兒科
 王杏安醫師
 2025.07.18

新生兒的身體變化

■ 體重

- ✓ 足月寶寶體重約3000~3300公克
- ✓ 低於2500公克 = 低體重兒
- ✓ 4-6個月大時約是出生時的2倍重

■ 身高

- ✓ 足月寶寶身高約50公分
- ✓ 一歲時約再增加25公分





兒童姓名

出生日期

- 本手冊為兒童健康檢查與預防接種的重要紀錄，請永久保存。
- 健康檢查、預防接種及就醫時請同時攜帶本手冊及健保卡。



衛生福利部 國民健康署 編印



兒童健康手冊

衛生福利部國民健康署

從93年度開始，兒童健康手冊改由國民健康署印製發放，除了提供保健知識之外，兒童健康手冊登載寶寶接受預防接種與健康檢查之重要紀錄。另外，國民健康署更增加了『嬰兒大便顏色辨識卡』，透過簡易的嬰兒大便顏色卡分辨嬰兒的排泄物，可幫助家長早期發現寶寶的膽道閉鎖症。

兒童健康手冊PDF檔下載：

兒童健康手冊(中文版)(出版年月：110年5月)



兒童健康手冊(英文版)(出版年月：109年9月)



兒童健康手冊(越文版)(出版年月：109年9月)



兒童健康手冊(印文版)(出版年月：109年9月)



兒童健康手冊(柬文版)(出版年月：109年9月)



兒童健康手冊(泰文版)(出版年月：109年9月)

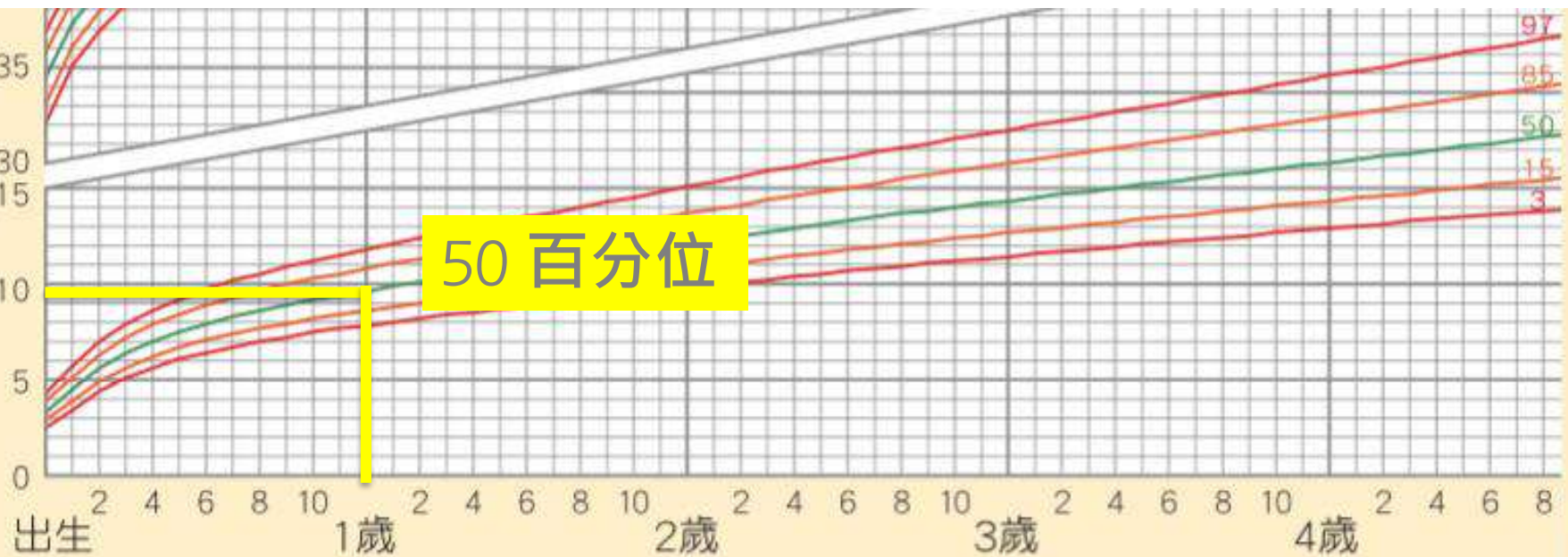




檢查日期	年	齡	身長/身高	頭圍	體重
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日

月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日
月	日	歲	月	日	日

早產兒未滿3歲的年齡應自預產期起算
(即矯正年齡)



新生兒的成長重點



- **呼吸**- 約40-60次 /分鐘；依寶寶呼吸是否費力來判斷
- 前**囟門**閉合 - 頭頂前方，在12個月大左右完全閉合 (16~18個月)
- **視力**發展 - 一出生眼睛對光就有反應
 - ✓ 2個月大 – 視線約20公分，可看見光線及簡單圖案
 - ✓ 3個月大 – 可以看出立體構造，會想伸手觸摸
 - ✓ 4-6個月大 – 視力0.1

寶寶常見的餵養問題

- 脹氣 (Gassy)
- 溢吐奶 (Spit up)
- 腹瀉 (Diarrhea)
- 腸絞痛 (Infantile Colic)
- 牛奶蛋白過敏/不耐受
 - 牛奶 → 為1歲以下寶寶除了母乳以外的主食

Q. 寶寶肚肚為何鼓鼓脹脹的呢?

類型	可能導因
正常的鼓脹	■ 嘴巴吞入的空氣 ■ 奶水消化後產生的氣體
正常脹氣指標	食慾正常 活動力正常 排便正常
脹氣	■ 奶水消化不良(牛奶蛋白過敏/乳糖不耐受...) ■ 副食品(澱粉類及水果)發酵而產氣 ■ 疾病(感染症、腸阻塞...)



脹氣寶寶的照顧

奶水消化不良
(牛奶蛋白過敏/乳糖不耐受...)



- 調整母乳媽媽飲食
- 水解蛋白配方
- 低乳糖配方

副食品(澱粉類及水果)
發酵而產氣



- 減量或暫停餵食
- 延後添加時間點

疾病
(感染症、腸阻塞...)



看醫生



溢吐奶是在六個月以下寶寶常見的現象

- 小嬰兒的胃容量小且食道也很短，賁門也尚未成熟
- 「**溢奶**」是指奶水不自主的**流出**嘴巴外
- 「**吐奶**」是指奶水被**強而有力的**排出來
- 易發生在寶寶**排氣打嗝時**，或是在**熟睡**中的寶寶
- 若寶寶每天都出現一至兩次大量的吐奶，或連同呈現體重減輕的情況，應儘早請醫師診治

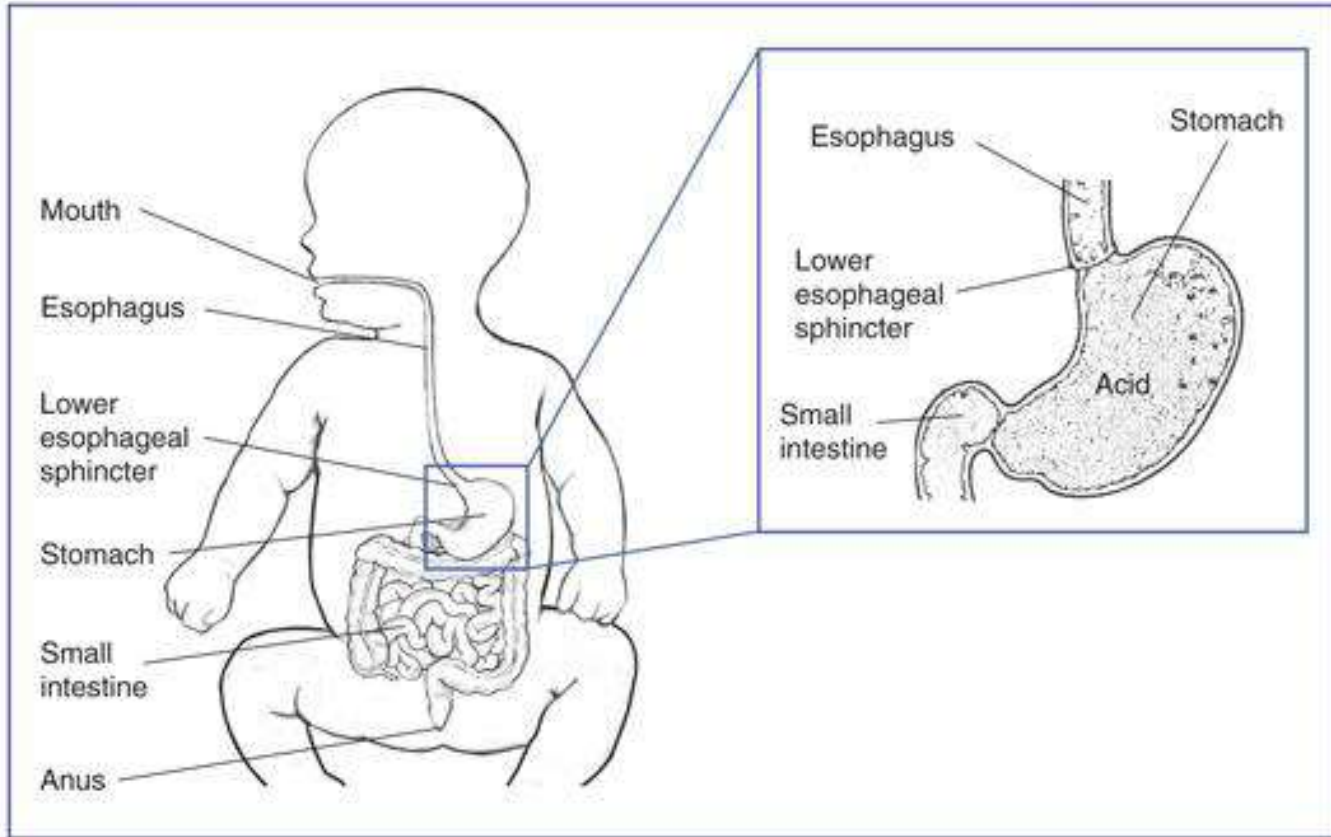
吐奶 (Spit up)

Gastroesophageal reflex 胃食道逆流

- 就是食物從胃逆流到食道往上，進而溢出來或者吐出來
- 原因是嬰兒的胃與食道之間的"螺絲"栓不緊，沒有辦法完全將食物"鎖"在胃裡導致。這種螺絲栓不緊的逆流現象，隨著嬰兒的肌肉越來越發達，大部分在一歲半之前都會好轉。

Transient lower esophageal sphincter relaxation

(TLESR) 短暫的下食道括約肌一過性鬆弛



Q. 寶寶便便正常嗎？

■ 便便顏色

- ✓ 剛出生：黑色胎便
- ✓ 出生3~4天：黃便/綠便
- ✓ 參考「兒童健康手冊」→



正常



不正常

■ 四大指標

便便顏色

黃、褐、
綠、墨綠

便便性狀

稀糊、軟便、成形

寶寶食慾

體重增加

Q. 什麼樣的便便才是拉肚子呢?

「腹瀉」必須是和寶寶原本相當固定的大便型式、次數來做比較...

- 一天的排便次數明顯增加
- 便性變得稀軟，水分增多
- 顏色和往常不一樣
- 帶如鼻涕的黏液或有血絲
- 產生臭味
- 胃口不好、懶洋洋、體重減輕...

腹瀉寶寶的照顧

- 遵醫囑指示是否需**禁食**? 一餐；遵醫囑使用醫療專用的**口服電解質液**
- 遵醫囑改喝**無乳糖配方奶粉**？
- 副食品可以澱粉類為主：米湯、稀飯、饅頭、吐司、馬鈴薯...
- 勤換尿布，維持臀部清潔，乾燥
- 安靜的環境，充分的休息和睡眠

寶寶嗯嗯不順

- 大便變硬不易解出
 - 便便時間拖得很長
 - 便便時會痛、會哭，甚至流血
 - 即使天天排便，只要是排便困難都算是便秘
 - 2~3天解一次，但排便順暢，不算是便秘
- 便秘!

便秘寶寶的照顧

- 確保寶寶飲用**足夠的水分**
- 注意配方**奶水沖泡的濃度**
- 順時鐘方向幫寶寶**按摩肚肚**
- **酪蛋白含量高**，較易造成糞便較硬不易排出
- **水解配方**可使大便質地變較軟
- 飲食中適量增加**膳食纖維**（穀類、蔬菜/水果）
 - 纖維質含量較高的水果：
奇異果、柳丁、木瓜、水梨、葡萄等
- 搭配經臨床證實的**益生菌**？

便秘寶寶的照顧

- 確保寶寶飲用**足夠的水分**
- 注意配方**奶水沖泡的濃度**
- 順時鐘方向幫寶寶**按摩肚肚**
- **酪蛋白含量高**，較易造成糞便較硬不易排出
- **水解配方**可使大便質地變較軟
- 飲食中適量增加**膳食纖維**（穀類、蔬菜/水果）
 - 纖維質含量較高的水果：
奇異果、柳丁、木瓜、水梨、葡萄等
- 搭配經臨床證實的**益生菌**？

認識腸絞痛



5個月齡前的嬰兒，反覆及延長哭鬧、躁動

- **發生時機：**

1-4個月大時最為常見

- **發生比例：**

目前各地區研究調查約3-4成

- **可能原因：**

腸道菌相失調、腸道機能尚未發展完全

腸胃道疼痛接受器受到刺激、其他腸胃道相關症狀

***可能影響雙親心情，造成憂鬱與焦慮**

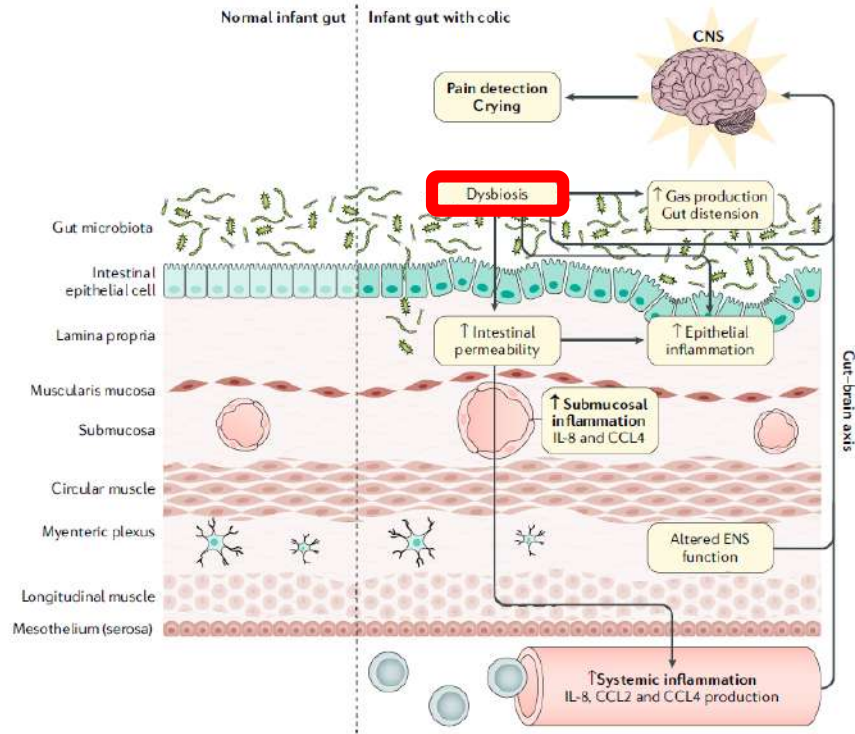


Fig. 3 | Mechanisms through which bacterial dysbiosis can contribute to excessive crying in infant colic.

腸道菌相失調(Dysbiosis)

可能會導致**腸絞痛**

身體系統發炎

改變腸神經系統功能

腸道細胞發炎

產生氣體引起脹氣



經由菌-腦-腸軸線



傳達到大腦，引起哭鬧與躁動

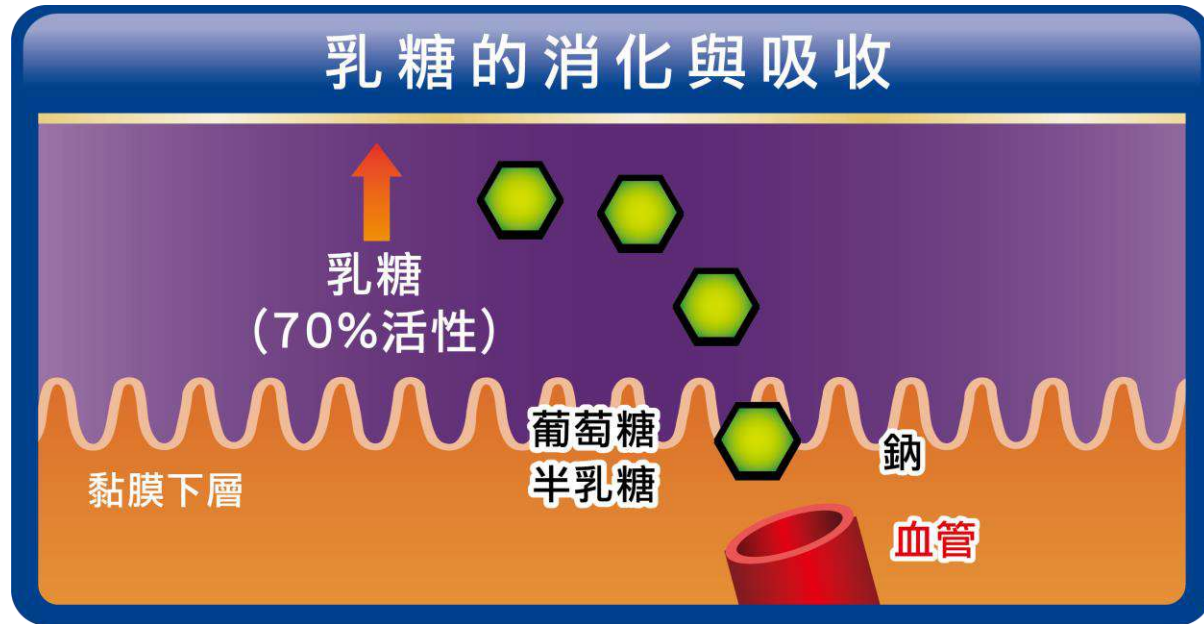
- 乳糖消化不良
- 牛奶蛋白消化不良



無法順利消化乳糖或牛奶蛋白，可能出現
煩躁、脹氣、吐奶、腹瀉 等腸胃不適症狀

初生寶寶的乳糖酶未達正常水準

- 乳糖酶能分解飲食中的乳糖為葡萄糖和半乳糖，為腸道吸收
- 初生寶寶消化系統尚未成熟，乳糖酶活性約為正常之70%



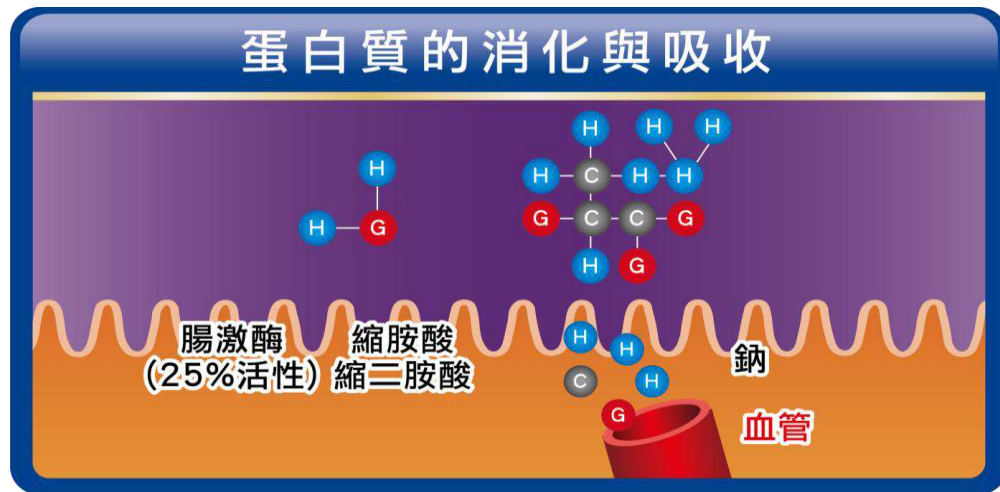
1. González HL et al. Acta Pediatr Mex. 2005;26:270-292.
2. Antonowicz I et al. Gastroenterology. 1977;72:1299-1303.

關於乳糖

- 在腸道內未被消化的乳糖，會被腸內細菌代謝
 - 生成有機酸，降低糞便的酸鹼度
 - 增加滲透壓，水分滯留腸道導致 **腹瀉**
 - 產生氣體如甲烷、二氧化碳導致 **腹脹**
- 嬰兒充分消化乳糖的好處
 - 乳糖是**天然的益菌因子**，能幫助腸道中好的菌種生長(如比菲德氏菌或乳酸菌)
 - 增加鈣質攝取

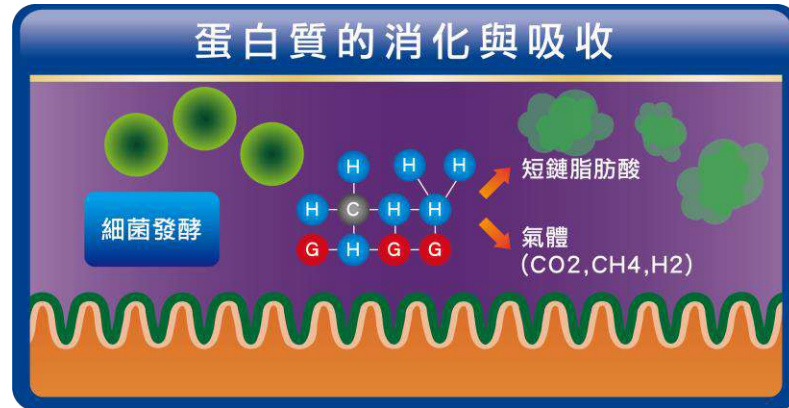
蛋白質不耐受

- 蛋白酶將蛋白質分解為較小的片段以及胺基酸
- 新生兒對蛋白質的消化同樣尚未完全成熟
 - * 許多蛋白質分解酶活性有限，約為正常之25%
 - * 許多蛋白質無法順利被分解成小分子



未消化的蛋白質也會造成消化不適

- 未消化的 **蛋白質** 或 **大分子胜肽鏈** 會積在結腸被細菌發酵
 - * 同樣可能產生氣體與脂肪酸
- 嬰兒期寶寶的腸胃尚未成熟，無法順利消化大分子蛋白
 - ➔ 會引起脹氣、煩躁等消化不適症狀
 - ➔ **「蛋白質消化不良」與「牛奶蛋白過敏」是不同的！**



建議解決方式

- **部分水解蛋白** Partially Hydrolyzed Protein

營養與一般配方奶粉相同

一般配方 14000~67000 Dalton

完全水解配方蛋白奶粉：

99% 都被分解到小於3000 Dalton

部分水解配方蛋白奶粉：

分解程度小於5000 Dalton

(3000~ 10000 Dalton)

- 蛋白質組態接近母乳 (乳清蛋白:酪蛋白 = 60:40)
- 建議挑選有臨床研究證實效果的嬰兒配方



常見疾病與居家照護技巧

眼睛分泌物

- 鼻淚管阻塞
 - 按摩疏通，每天三至四次
 - 每次約三分鐘
- 結膜發炎
 - 請就醫由醫師評估、處方眼藥水



呼吸音明顯

- 呼吸道狹窄所發出的鼻塞
 - 多屬正常
 - 可透過清除鼻腔分泌物改善
- 軟喉症(Laryngomalacia)
 - 姿勢影響, 仰臥和喝奶時較明顯
 - 多數不須處理, 若影響生長、發展和發紺才需手術處理

打噴嚏、鼻塞

- 新生兒的鼻黏膜對冷空氣及異物較敏感，接觸後容易打噴嚏
- 鼻道較狹窄，一點點分泌物即可能造成呼吸有聲音或有疑似鼻塞症狀
- 食慾正常活力正常即非感冒，不須藥物治療
- 洗澡後鼻黏膜較為潮濕，清理鼻腔較不易受傷

舌繫帶過短 Tongue-tied

- 舌頭無法伸出超過下牙床,才是真正的舌繫帶過短
- 若吃奶受到影響才一定要剪



頭部

- **Caput succedaneum**
(產瘤)

- 頭皮水腫
- 可跨中線



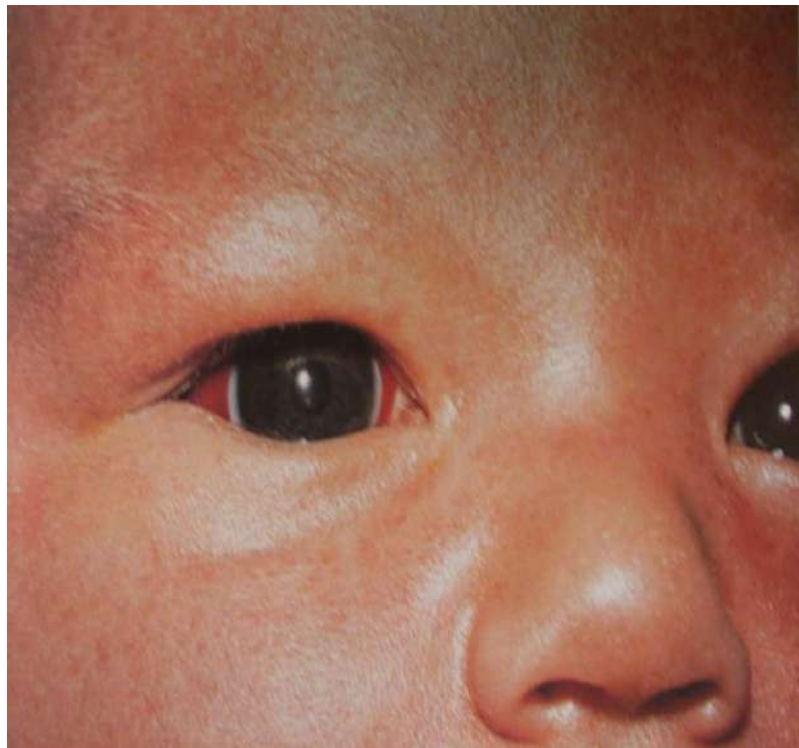
- **Cephalohematoma**
(頭血腫)

- 界線明顯
- 不會跨中線
- 4-6週後吸收



結膜下出血

- 良性
- 常見與生產用力擠壓相關
- 85%兩週內吸收，幾乎全部在一個月內吸收



珍珠瘤 (Ebstein pearls)

- 位於硬顎
- 上皮細胞的聚集
- 良性
- 通常出生後數週會消失



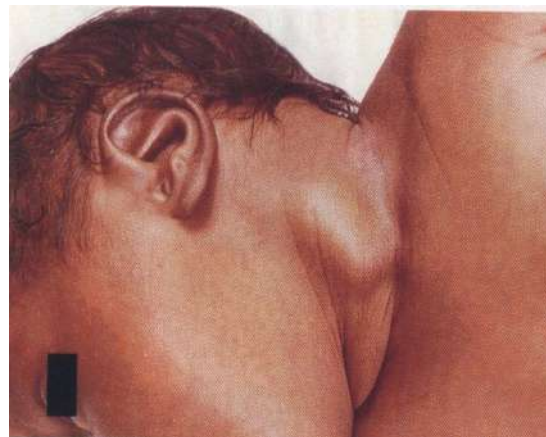
魔牙 (Natal teeth)

- 較常出現在下門齒區域
- 並非一定需拔除，但若會搖動或影響吸吮，則需拔除



斜頸 (Torticollis)

- 胸鎖乳突肌發生纖維化
- 頭往該側歪斜，臉則朝向另一邊
- 可能造成斜頭、臉部不對稱、半邊小臉
- 復健治療、姿勢調整



常見皮膚徵狀

- 蒙古斑
- 毒性紅斑
- 脫皮
- 粟粒疹
- 血管瘤
- 脂漏性皮膚炎
- 異位性皮膚炎

蒙古斑 (Mongolian spots)

- 良性
- 外觀呈藍、青色
- 常見在臀部、腰椎和後背處
- 形狀不規則
- 多在三歲以後自然消失



毒性紅斑 (Erythema toxicum)

- 良性
- 通常一週自然消退
- 不明原因的發炎反應
- 含嗜伊性球 (eosinophils)
- 臉部、軀幹、四肢



脫皮(Peeling)

- 皮膚乾燥、片狀般脫落
- 常見於新生兒
- 不需特別治療
- 可塗抹乳液等保濕



粟粒疹(milia)

- 常見在新生兒的鼻子或臉頰上
- 不會痛癢
- 小顆白白或黃黃的斑點或小丘疹
- 皮脂腺增生相關
- 不須擦藥，幾週內消失，但有些維持數月



血管瘤(Hemangioma)

- 良性
- 皮膚血管異常增生或血管擴張，所引起的各種血管瘤及血管胎記
- 兩個月內出現，出生後幾個月以內可能會稍微增大，但後來大多會自行消退（學齡前），亦可藥物治療
- 分為表層，深層和混合型





脂漏性皮膚炎

- 常見於兩頰、眉毛及額頭處
- 紅疹、黃油油的薄片，嚴重還會凝集結痂使皮膚龜裂流出組織液
- 常見於出生1-3個月，六個月後大多自動痊癒
- 用清水洗淨，用肥皂清潔反而更加刺激
- 頭皮如果有黃色鱗屑皮脂，可塗抹嬰兒油，再用清水洗淨



異位性皮膚炎

- 常發生在臉、手、足踝部、肘、膝伸處
- 皮膚乾燥，是過敏體質的一種表現，常見於有家族成員也有過敏病史者
- 不要用太熱的水洗澡，也不要太常洗，少用肥皂
- 洗澡後用乳液滋潤皮膚，避免刺激性的洗劑，挑選不刺激的棉質衣物
- 避免過敏性食物
- 嚴重可加上類固醇藥膏，但大多會復發
- 治本方法：保濕！！



大部份在**頭部、臉部、頸部及四肢的伸側部份**呈泛紅，濕疹樣變化，有時搔抓太過份而小水泡或浸透液，慢慢變成痂皮。

尿布疹成因

- 嬰幼兒**皮膚水嫩**(角質層較薄)
- 長時間**接觸**尿液或糞便
- **敏感**:**接觸**尿布、濕紙巾、沐浴用品、衣物等
- 會陰部**悶熱溫度過高**、不透氣
- **感染**:皮膚念珠菌、細菌



尿布疹四種類型

1. 刺激型

- 長時間接觸刺激物，尿布摩擦造成
- 臀部高處隆起處
- 可頻繁更換尿布



2. 感染型

- 念珠菌、黴菌感染造成
- 屁股夾層或是腹股溝區域
- 常伴隨紅點
- 抗黴菌藥膏



尿布疹四種類型

3. 悶熱型

- 尿布不透氣、悶熱
- 臀部之外，腰部或大腿等鬆緊帶位置
- 更換尿布透氣材質，尿布不要包太緊



4. 過敏型

- 尿布材質、濕紙巾、沐浴用品等成分過敏
- 整個臀部
- 使用溫和抗敏產品，不宜過度清潔





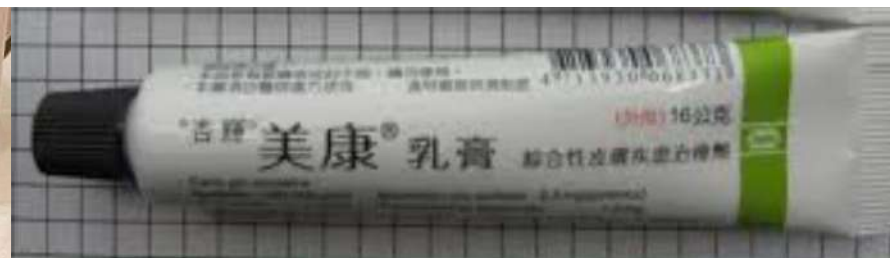
單純尿布疹



黴菌(念珠菌)感染

尿布疹藥膏

- **氧化鋅**: 建立屏障，修復黏膜、隔絕刺激物
- **抗黴菌藥膏**: 治療黴菌感染
- **抗生素藥膏**: 治療細菌感染
- **類固醇藥膏**: 抗發炎、用於刺激型及悶熱型



預防尿布疹

- 勤換尿布 → 減少刺激原
- 保持乾爽、留意溫度與通風
→ 減少悶熱
- 尿布鬆緊適中
- 使用屁屁膏形成保護屏障
- 濕紙巾、沐浴用品等盡量成分單純，減少過敏



發燒

- 肛溫(耳溫)超過 38°C 或腋溫超過 37°C
- 耳溫-三個月以下耳溫與中心體溫相關性較差
- 腋溫-平均測量值較中心體溫低 0.8°C
- 皮膚表面溫度-較不準確
- 發燒不是病, 是一種徵兆
- 正常免疫系統作用的表現



發燒

- 找原因
- 退燒藥：緩解發燒不舒服症狀
- 針對病因同時作治療
- 常見感染性疾病
 - ✓ 細菌性
 - ✓ 病毒性
- 發炎性疾病

何時需立即送醫？

- 退燒仍活力不佳
- 呼吸喘、發紺
- 嗜睡或意識改變
- 持續嘔吐
- 脫水

COVID-19兒童病例

居家照護警訊表徵與緊急送醫條件

警訊表徵(就醫警訊)

- 若兒童出現以下症狀時，須尋求醫師診療，可視訊看診，或外出就醫，並經醫師判斷後決定是否需要住院
 - 發燒超過48小時，或高燒>39度合併發冷/冒冷汗
 - 退燒後持續活動力不佳
 - 退燒後持續呼吸急促/喘或胸悶胸痛
 - 持續性的嘔吐、頭痛或腹痛
 - 超過12小時未進食或未解尿

119送醫/緊急自行就醫條件

- 若兒童出現以下症狀，請撥119或緊急時由同住親友送醫
 - 抽搐
 - 意識不佳
 - 呼吸困難或有胸凹現象
 - 唇色發白或發紫
 - 血氧飽和度低於94%(如家中有)
 - 肢體冰冷合併皮膚斑駁、冒冷汗

■ 依據台灣兒科醫學會、台灣兒童感染症醫學會建議修訂

2022/05/19

中央流行疫情指揮中心

感染性疾病

- 咽喉炎及扁桃腺炎
- 疱疹性咽峽炎及腸病毒感 染
- 一般感冒與流行性感 冒
- 呼吸道疾病
- 急性腸胃 炎
- 發熱性疹子

咽喉炎

- 症狀：喉嚨癢、痛，也會伴隨喉嚨異物感、時常清喉嚨以及乾咳
- 大多數由**病毒**引起，像鼻病毒、冠狀病毒、腺病毒或是腸病毒，通常在感染1~3天內出現症狀，病程大多不會持續超過10天
- **症狀治療**為主



扁桃腺炎

- 症狀：扁桃腺紅腫、扁桃腺有白色或黃色斑塊、聲音沙啞、喉嚨痛、吞嚥困難、發燒、頸部淋巴結腫大、呼吸困難、胃痛、頸部僵硬、頭痛。
- 大多數由**病毒**引起，亦有因細菌感染造成，例如：鏈球菌
- 病毒-**症狀治療**，細菌-**抗生素治療**



腸病毒感染

- 一群病毒的總稱：
 - 小兒麻痺病毒 (poliovirus)
 - 伊科病毒 (echovirus)
 - 腸病毒 (enterovirus)
 - A 型及 B 型克沙奇病毒 (coxsackievirus)
- 感染途徑：**腸胃道**傳染（如糞口、被污染的食物）、**呼吸道**傳染（如打噴嚏或咳嗽）、**接觸**患者的皮膚水泡裡的液體，新生兒可能會透過**胎盤**、孕婦分娩過程中感染腸病毒

- 好發**五歲以下**的孩童，亦可能發生在成人，一歲以下嬰兒較較大孩童及成人高出七倍感染機會
- 常以**手足口病**及**疱疹性咽峽炎**症狀表現



手足口病

- 常由腸病毒類型中的 **A 型克沙奇病毒**及**腸病毒 71 型**所造成的
- 常見症狀：
 - **發燒**
 - **口腔**內兩側或舌頭可發現**小水泡或潰瘍**
 - **四肢及臀部皮膚**會有**小水泡**產生

- **7-10天**左右症狀緩解
- 腸病毒症狀出現後的一週內，傳染力是最高的，如果從患者的上呼吸道釋出腸病毒的時間，可長達 1-3 週，而經**消化道**釋出病毒的時間則可長達 **8 週之久**
- 原則就是支持性地**症狀治療**
- **腸病毒重症前兆**
 - 嗜睡
 - 肌躍型抽搐
 - 呼吸急促或心跳加快
 - 持續嘔吐



- <https://www.youtube.com/watch?v=27vRMeD98-8>



疱疹性咽峽炎

- 主要由 **A 型克沙奇病毒** 所引起
- 常見症狀：
 - 發高燒（體溫會在攝氏39-40度左右）
 - 食慾不振
 - 嘔吐
 - 急躁不安
 - **咽峽部（口腔與喉嚨的交界處）會出現水泡或潰瘍**



感冒 ≠ 流感

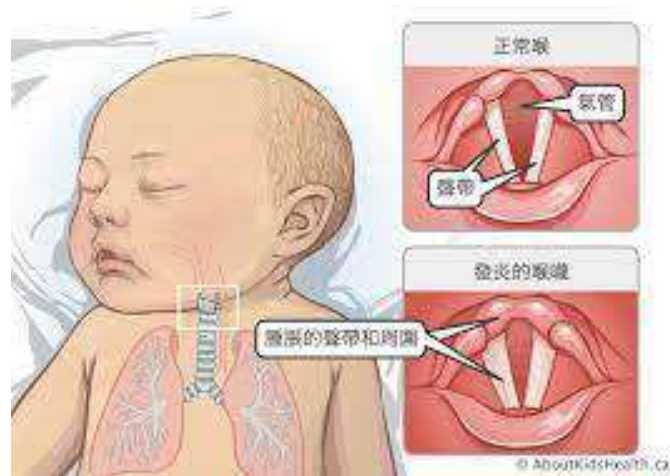
	尋常性感冒	流感
病毒	數百種，以 鼻病毒 最常見	流感病毒
影響範圍	鼻及喉嚨、上呼吸道	全身
症狀	打噴嚏、喉嚨痛、鼻塞	頭痛、喉嚨痛、咳嗽、肌肉痛、發冷、身體不適
發病速度	漸進	突然發生
發病時間	數天，恢復較快	可能一至兩週
治療	單純 症狀治療	症狀治療，有 抗病毒藥 可以使用
疫苗	無	流感疫苗每年十月施打

預防感冒/流感最有效的方法

- 勤洗手，多休息，戴口罩
- 打流感疫苗
 - 疫苗不會造成疾病
 - 流感病毒幾乎每年發生變異
 - 流感疫苗的保護效果只有一年
 - 疫苗對不同型的病毒沒有免疫力

哮吼

- 病毒性的喉氣管炎亦稱哮吼
- 在6個月至5歲之間的幼兒，冬天為發病的高峰季節。
- 發出狗吠式的咳嗽、出現喘鳴，並且胸骨上端、肋間或肋緣凹陷等呼吸道阻塞的現象



哮喘照護

- **症狀治療**
- 霧氣或蒸氣的提供：可以減少喉部及氣管水腫，**若於家中則可利用淋浴時的霧氣**
- **若出現呼吸困難、發紺等現象時應盡速就醫，以免危及生命**



細支氣管炎

- 好發年齡以**6個月至2歲以下**之幼兒為主，尤其是1歲以下的嬰兒佔95%，且其呼吸道管徑小，易被分泌物阻塞。
- **病毒**感染引起，飛沫傳染
- **冬季**最容易發生
- **呼氣時有咻咻喘鳴聲**
- 症狀治療：拍痰，蒸氣治療

急性腸胃炎-輪狀病毒

- 輪狀病毒常發生在冬季
- 傳染途徑：糞口傳染
- 症狀：**發燒、嘔吐和水狀腹瀉**，情況一般會持續3-7天，有些可能有呼吸道症狀
- 感染高峰期：3-24個月
- **症狀治療，避免脫水發生**
- 口服輪狀病毒疫苗

嬰兒玫瑰疹

- **病毒感染**，人類皰疹病毒第 6 型及第 7 型所引起
- 常見發生於六個月到一歲半
- 症狀：主要的症狀就是**發高燒**，可能伴隨有輕微的咳嗽、流鼻涕、腹瀉等症狀
- 高燒3-5天且**燒退以後**，在臉部與軀幹部會出現紅斑或稍微鼓起的丘疹，疹子不痛不癢，約在2-3天後逐漸消退，不需要特殊治療
- 症狀治療：退燒，觀察食慾活力



Thanks for your attention

Questions?
