

什么是婴儿摇晃症候群？



婴儿摇晃症候群是在**剧烈摇动**婴儿时发生的病症。摇晃是一种潜在的致命的虐待儿童形式。

用力摇晃婴儿可能会导致终身伤害：

- 摇晃可造成**婴儿脑部损伤**。
- 摇晃可导致**永久性残障**，如失明或瘫痪。
- 摇晃甚至可能导致**死亡**。

千万，千万不要摇晃婴儿！摇晃可能损伤您孩子的大脑，并可能导致死亡。所有的孩子，无论年龄，都不应被摇晃。

当婴儿哭闹时，您也可能想哭...这很正常！

为人父母或当好看护人不是件容易的事。婴儿不断哭闹可能会形成压力，这对您来说可能是一种危险的导火索。有时，婴儿会毫无原因地哭闹，您对此无能为力。

婴儿哭闹是正常现象

以下是您应了解的**婴儿哭闹事实**：

- 大多数婴儿经常哭闹：80至90%的婴儿会持续哭闹20至60分钟甚至更长。这并不表示您的宝宝有colic症状（不明原因的大哭）。
- 大多数婴儿在夜间哭闹得较为厉害，有时长达一个小时或以上。
- 大多数婴儿每天至少有一段时间（往往在晚上）会频繁哭闹。
- 大多数婴儿在6至8周时比刚降生时更爱哭闹。
- 大多数父母或看护人会感到生气、沮丧而自己也会哭。
- 在头5至6个月，婴儿的哭闹强度增加是正常现象，并且可能无法安抚。

有时，把婴儿放在婴儿床上让他们哭闹一小段时间，让自己喘口气，这样做没什么不对。在压力较大时，可以尝试打电话给别人寻求帮助。

婴儿为什么哭闹？



哭闹是婴儿在学会说话之前与您沟通的重要方式。找到婴儿哭闹的原因可能很难 - 下面是一些建议：

可能的原因	怎么办…
饿了	喂宝宝。有时，宝宝可能比平常更饥饿。如果有助于安抚宝宝，可以经常喂奶。
需要旁边有人， 需要被抚摸， 抱起，抱着，轻摇	抱起宝宝，轻摇，按摩，抱着宝宝跳舞，一起坐在弹力球或摇椅上，和宝宝说说话，给他们唱歌。脱掉上衣，和宝宝肌肤接触。和宝宝一起洗澡。使用吊带抱着宝宝或用婴儿车推着宝宝一起散步。喂奶时躺在宝宝身边，同时轻揉、轻抚宝宝或和宝宝说话。让别人抱着宝宝。
疼痛或不适	抱起宝宝给予抚慰，给宝宝换尿布，让宝宝打嗝或轻揉后背。改变宝宝的体位可能会有帮助。
太热或太冷	宝宝穿衣应和您一样温暖。触摸宝宝时不应有凉的感觉。
疲劳或过度兴奋	抱着宝宝，把灯关掉，保持周边安静。轻摇宝宝可以舒缓双方的情绪。
需要改变	每天都阅读、玩耍、说话、唱歌和抱起宝宝。更换房间可以让宝宝看到不同的东西。
“未知因素”	抱着宝宝，轻摇，讲话，散步，唱歌，给宝宝洗澡，按摩，喂奶，或试试舒缓的音乐。尝试安抚宝宝，您做的每件事都应给宝宝一些反应时间。
疾病	如果宝宝的哭声听起来不一样，或者所有尝试都无法安抚宝宝，请就诊或拨打： 安大略省健康热线 (Telehealth Ontario) : 1-866-797-0000



PH1611GB1054
Sim-Chinese