

什麼是嬰兒搖晃症候群？



嬰兒搖晃症候群是在**劇烈搖動**嬰兒時發生的病症。搖晃是一種潛在的致命的虐待兒童形式。

用力搖晃嬰兒可能會導致終身傷害：

- 搖晃可造成嬰兒腦部損傷。
- 搖晃可導致永久性殘障，如失明或癱瘓。
- 搖晃甚至可能導致死亡。

千萬，千萬不要搖晃嬰兒！搖晃可能損傷您孩子的大腦，並可能導致死亡。所有的孩子，無論年齡，都不應被搖晃。

當嬰兒哭鬧時，您也可能想哭...這很正常！

為人父母或當好看護人不是件容易的事。嬰兒不斷哭鬧可能會形成壓力，這對您來說可能是一種危險的導火線。有時，嬰兒會毫無原因地哭鬧，您對此無能為力。

嬰兒哭鬧是正常現象

以下是您應瞭解的嬰兒哭鬧事實：

- 大多數嬰兒經常哭鬧：80至90%的嬰兒會持續哭鬧20至60分鐘甚至更長。這並不表示您的寶寶有colic症狀（不明原因的大哭）。
- 大多數嬰兒在夜間哭鬧得較為厲害，有時長達一個小時或以上。
- 大多數嬰兒每天至少有一段時間（往往在晚上）會頻繁哭鬧。
- 大多數嬰兒在6至8周時比剛降生時更愛哭鬧。
- 大多數父母或看護人會感到生氣、沮喪而自己也會哭。
- 在頭5至6個月，嬰兒的哭鬧強度增加是正常現象，並且可能無法安撫。

有時，把嬰兒放在嬰兒床上讓他們哭鬧一小段時間，也讓自己喘口氣，這樣做沒什麼不對。在壓力較大時，可以嘗試打電話給別人尋求幫助。

嬰兒為什麼哭鬧？



哭鬧是嬰兒在學會說話之前與您溝通的重要方式。找到嬰兒哭鬧的原因可能很難 - 下面是一些建議：

可能的原因	怎麼辦...
餓了	喂寶寶。有時，寶寶可能比平常更饑餓。如果有助於安撫寶寶，可以經常餵奶。
需要旁邊有人，需要被撫摸，抱起，抱著，輕搖	抱起寶寶，輕搖，按摩，抱著寶寶跳舞，一起坐在彈力球或搖椅上，和寶寶說說話，給他們唱歌。脫掉上衣，和寶寶肌膚接觸。和寶寶一起洗澡。使用吊帶抱著寶寶或用嬰兒車推著寶寶一起散步。餵奶時躺在寶寶身邊，同時輕揉、輕撫寶寶或和寶寶說話。讓別人抱著寶寶。
疼痛或不適	抱起寶寶給予撫慰，給寶寶換尿布，讓寶寶打嗝或輕揉後背。改變寶寶的體位可能會有幫助。
太熱或太冷	寶寶穿衣應和您一樣溫暖。觸摸寶寶時不應有涼的感覺。
疲勞或過度興奮	抱著寶寶，把燈關掉，保持周邊安靜。輕搖寶寶可以舒緩雙方的情緒。
需要改變	每天都閱讀、玩耍、說話、唱歌和抱起寶寶。更換房間可以讓寶寶看到不同的東西。
「未知因素」	抱著寶寶，輕搖，講話，散步，唱歌，給寶寶洗澡，按摩，餵奶，或試試舒緩的音樂。嘗試安撫寶寶，您做的每件事都應給寶寶一些反應時間。
疾病	如果寶寶的哭聲聽起來不一樣，或者所有嘗試都無法安撫寶寶，請就診或撥打： 安大略省健康熱線（Telehealth Ontario）：1-866-797-0000



PH1611GB1054
Tra-Chinese