



哺餵新生兒

何謂溢奶？

所謂的溢奶，是乳汁從嘴角、鼻孔流出來。溢奶是正常情況，因為新生兒的食道括約肌還不是很成熟，收縮不是很有力，所以姿勢稍微移動，胃裡的東西容易逆流。

何謂吐奶？

至於吐奶，是胃的下半部收縮，像氣球排空一樣擠出去，使食物成噴射狀吐出去，吐得較遠，有一些距離。吐奶較屬於病理性；溢奶是生理性。

處理方法

1. 適量餵食、切勿過多(母乳則依寶寶需求)。
2. 奶洞大小應是當，勿讓寶寶吸食太快。
3. 餵完勿立即平躺，上半身應抱直並輕拍或輕撫背部，促排氣；若遇躺下時，也應抬高頭部或採右側臥，以避免胃容物流出嗆到。

發生吐奶時如何緊急處理

1. 發現寶寶吐奶，滿口都是奶水時，一立刻將寶寶擺成側臥或俯臥姿勢，然後拍拍背部，讓嘴裡的奶水順利流出。
2. 滿口是奶水時，正常情形下喉部會閉氣以免嗆奶，但閉氣一久則臉部會開始發紺，故要盡快把口內奶水排出，才會重新開始呼吸。
3. 若不幸發生嗆奶，一開始會反映咳嗽，此時要將寶寶抱起，趴在大人的腿上，頭朝下，然後用力拍擊背部，讓吸入氣管的奶水震動出來。
4. 處理後若寶寶顯得呼息急促，咳嗽不停則要送醫檢查。
5. 若寶寶沒有恢復呼吸，則立刻給予人工呼吸，並緊急送醫急救。

鵝口瘡的照顧-什麼是鵝口瘡？

鵝口瘡是發生在寶寶口腔裡的疾病，好發於六個月內的嬰幼兒，這是因為受到白色念珠菌（屬於黴菌的一種細菌）的感染，而造成口腔內或嘴唇附近出現塊狀或點狀類似奶垢的斑點，不過奶垢通常輕輕擦拭或喝水就會脫落，而鵝口瘡不易脫落，如果用力擦拭就可能發生出血的現象。

一般人口腔內多少都有念珠菌的存在，並與其他口內菌共存共生，只要免疫力正常，這些念珠菌並不會產生病症，不過，因為小寶寶有時候抵抗力比較弱或是奶瓶清潔做得不夠好時，就會發生鵝口瘡。

寶寶食慾下降、情緒煩躁

如果只是輕微的鵝口瘡，通常不會有太大的影響，當寶寶抵抗力比較好時，也可能會自行痊癒，不過，如果寶寶鵝口瘡較嚴重時，喝奶會覺得不舒服變得更加疼痛，因此奶量可能減退，而且情緒上也會顯得較為躁動，此時，就需要請小兒科醫師給予藥物治療。所以提醒媽媽，若覺得家中的小寶寶好像突然這幾天不太愛喝奶，而且不好安撫時，也可以留意一下是否長了鵝口瘡。

鵝口瘡該如何治療

當發現罹患鵝口瘡時，醫師會給予治療黴菌的專用藥物。行政院衛生署桃園醫院耳鼻喉科主任魏銘華表示，媽媽只要依照醫師指示，將藥物塗抹在寶寶口腔內（如果是滴劑就直接滴入口腔），塗抹藥物後20～30分鐘內先不要吃東西或喝水，大約需治療七～十天左右的時間才能痊癒。

不過，有些媽媽擦了兩、三天藥之後，覺得好像快好了就自行停藥，這樣容易造成再次復發，魏銘華主任提醒，應該遵照醫師的建議塗抹至完全痊癒，同時媽媽也要加強奶瓶、奶嘴等用品的清潔。如果寶寶抵抗力依舊不是很好或是經常感冒生病，鵝口瘡也可能會反覆出現，此時，就要盡量提高寶寶的免疫力以減少復發的問題。

母乳媽咪要注意交互傳染

如果寶寶發生了鵝口瘡，而母乳媽媽在餵奶時也覺得乳頭有疼痛感，就要注意母親的乳頭可能也受到了感染，此時，媽媽就要請醫師給予合適的外用藥膏塗抹在乳頭上，和寶寶同步一起進行治療。而平時媽媽則要加強注意乳頭及胸部的清潔，在餵奶前可先以開水或乳頭清潔棉擦拭乳房，另外，也要留意內衣的清潔及乾燥，防溢乳墊也要勤於更換。

免疫力和口腔清潔是重點

寶寶會發生鵝口瘡通常和通常和免疫力與口腔清潔有關係，所以，蔡佳憲醫師提醒需要加強哺餵用品的衛生以及寶寶口腔內的清潔，才能做好預防。另外，多數寶寶在六個月過後，抵抗力會提高，通常就比較少再發生鵝口瘡。

預防鵝口瘡發生的方法

1. 殺菌和消毒

奶瓶、奶嘴使用過後，都需要經過蒸汽消毒鍋的殺菌及消毒，或是以滾水煮沸消毒，避免細菌的殘留，此外，安撫奶嘴也別忘了要進行消毒。

2. 清潔玩具

寶寶可能會放入口中的玩具也要注意乾淨，必要時進行清洗或曬太陽。

3. 清潔口腔

每次喝完奶之後，最好再讓寶寶喝幾口開水，避免奶水殘留在口腔內，每天洗澡時也要用開水及紗布巾幫寶寶做口腔清潔擦拭。

4. 少出入公共場所

平時少帶寶寶出入公共場所，減少寶寶生病的機會，避免抵抗力下降。

5. 生活規律

規律的生活習慣、睡眠充足，可使寶寶免疫力提高，減少鵝口瘡發生。

小叮嚀

鵝口瘡在小兒門診中是常見的疾病，家長如果懷疑寶寶發生鵝口瘡就盡快帶去請醫師確認，通常只要配合治療，很快就能解決問題。但是如果鵝口瘡拖太久都沒有治療，可能會使黴菌由腸道排出，進而造成念珠菌尿布疹感染，所以，如果寶寶發生鵝口瘡時，也有尿布疹問題就要請醫師一併檢查。若寶寶過了一歲之後，還是經常有鵝口瘡的問題，就要考慮是否有免疫力不足的情況，需要再與醫師做討論。