



璽寶產後護理之家-衛教單張

從寶寶的便性，了解寶寶的健康

壹、胎便

嬰兒會在出生後幾日之內排出第一批糞便--「胎糞」。主要成分是水，大約佔了 72%，由胎兒腸道脫落的上皮細胞、膽汁、濃縮的消化液及吞入的羊水組成，呈墨綠色，進食後 2-3 日內逐漸過渡為嬰兒正常糞便。這種黏稠的深綠色大便在嬰兒出生前就聚集在寶寶的腸道內，胎糞完全排空後，寶寶的糞便就會轉為黃綠色。

貳、母乳產生的便便

吃母乳的嬰兒，便便會逐漸變成淡黃色或褐黃色，多為均勻糊狀，偶有細小乳凝塊，有酸味，每日 2-3 次。即使每天大便達到 3-5 次，但大便不含太多的水分，成糊狀，也可視為正常。

參、配方奶產生的便便

便便呈淡黃色，大多成形，含乳凝塊較多、量多、較臭、每日 1-2 次。

肆、母奶加配方奶產生的便便

吃母奶加配方奶寶寶便便與較黃、軟。添加穀物、蛋、肉、蔬菜等輔食後，便便性狀接近成人，每日一次。

其他:1. 顆粒便:由於消化過程中過多的脂肪與蓋結合而形成白色顆粒，此為正常現象。

2. 綠便:由於消化當中膽汁排泄所造成，此為正常現象。若大便中包含鐵質排泄，則會呈墨綠色，此亦為正常現象。

伍、便秘原因

1. 奶粉太稀，大多被消化吸收，剩下的渣子太少，對直腸刺激力不夠，容易便秘。

2. 過度吐奶的結果

處理:長期便秘火便秘加上腹脹及嘔吐，就要請教醫師。

陸、腹瀉原因

1. 奶粉用量太多，沖得太濃

2. 對奶品引起過敏

3. 生病，如感冒、腸炎

4. 奶瓶消毒有缺失

處理:

1. 吃母奶的寶寶，吃的量要減少

2. 吃牛奶時，要將牛奶稀釋成半奶

3. 如持續腹瀉，或合併有發燒、嘔吐時，應請醫師診斷