

首先，父母及家人要明白初生嬰兒總會哭。這是他的溝通方法，也是保護機制。他們每天哭的時間總數平均約為2至3小時。嬰兒啼哭時，呼吸肌肉有運動，肺部會強健起來。嬰兒大哭後疲倦了，可能睡得更好。每個嬰兒對內外刺激的反應不同，有些比較敏感、易哭，正常的嬰兒會漸漸適應而好轉的。

家人聽到嬰兒開始啼哭時，第一，要留意他是否肚子餓，照顧者通常猜到嬰兒何時需要吃奶。其次，檢查有沒有排泄物。注意嬰兒是因為慣常需要而哭，還是反常地哭。環境太熱、太冷、太亮、太吵等，也會刺激他；衣物問題也可能令他不舒服。排除環境因素，就要檢查他有沒有發燒（耳探或肛探體溫高於38°C），察看外表及皮膚有沒有問題；出牙也會令嬰兒感到疼痛不適。

有些嬰兒不喜歡獨處，喜歡被人擁抱；擁抱他，哭鬧就停止。嬰兒最初幾個月啼哭，家人可試用以下方法安撫他：適當抱在手臂中或放在搖籃中輕輕搖動，輕輕拍他的背部或胸部，溫柔地在他身旁唱歌或說話，抱著他或放在適當的揹帶或嬰兒車到處走走等；絕對不能用力搖晃嬰兒。

有些嬰兒每天下午或傍晚時分會哭鬧，提起雙大腿及放屁，原因不明。很多人以為他們有絞肚痛，其實並沒有證據。中國人俗稱這為「百日哭」或「吵百蘿」，嬰兒大概到四個月大左右便會漸漸好轉。父母及照顧者不用緊張，大多數只是嬰兒的適應問題。如果家長發覺很難處理，感到擔心或有情緒，可請教母嬰健康院醫護人員或醫生，並尋求親友幫助。家長要在適當時間小睡或休息，最好政府能夠立例延長產假。如果嬰兒反常地哭鬧不停、發燒、胃口變差或有其他病徵，應找醫生檢查，看看有否感染，例如：中耳炎、尿道炎、腸道及腦部問題等。

「兒女是耶和華所賜的產業，腹中的胎兒是他的賞賜。」（詩篇127:3，《聖經新譯本》）

重明／兒科



環球天道傳基協會

Tien Dao Worldwide Christian Media Association

如對文章有任何回應或查詢，歡迎登入《醫學人生》
網頁分享<http://www.tdwww.org.hk/cmdf/index.html>



香港基督徒醫生及牙醫團契

The Christian Medical and
Dental Fellowship of Hong Kong