

小兒夜啼 淺談嬰兒腸絞痛

◎中清社區醫療群/巧比小兒科診所 陳木炯 醫師

「白天都好好的，怎麼到了晚上就一直哭，一直哭，連續哭好幾個小時，…」，「奶也餵了，尿布也換了，所有方法都用盡了，還是沒有用，…」，「哭到雙眸力竭、臉色潮紅、雙手緊握，…」，「半夜緊急抱到醫院急診，醫師檢查後說沒事，可是隔天晚上還是這樣哭鬧，…」。

在新生兒門診中，經常會遇到一些新手父母，抱著襁褓中的嬰兒，無奈地向醫師求助，的確，這些「小兒夜啼」的現象，常搞得父母精疲力盡、束手無策，甚至求助一些民間偏方。事實上，造成這種「小兒夜啼」最常見的病因為「嬰兒腸絞痛」(Infantile Colic)。

「嬰兒腸絞痛」並不是一種疾病，而是一種「症候群」，是由於許多因素的不協調，而導致嬰兒無法解釋地反覆哭鬧不停。「嬰兒腸絞痛」好發於3週到3個月大的嬰兒，原則上，嬰兒的健康狀況良好，活動力正常，餵食奶量正常，沒有發燒，沒有腹瀉，但臨床上會出現反覆發作、無法解釋的哭鬧不安，身體檢查顯示嬰兒有腸蠕動增加及腹部脹氣等現象，通常發生在晚上，甚至在半夜，持續的時間，一天超過三個小時，一個星期至少三天以上，使用一般的安撫方法，效果都不明顯。但是，通常等到嬰兒三、四個月大後，腸絞痛的現象就會自然消失。

造成「嬰兒腸絞痛」的真正原因，到目前為止仍無定論，可能是多重因素所造成，但一般認為，最主要的原因應該是嬰兒腸道的神經系統尚未成熟，同時對外來牛奶蛋白過敏所導致。

診斷「嬰兒腸絞痛」要很小心，因為並不是所有的「小兒夜啼」都是「嬰兒腸絞痛」，一定要請您所

信賴的小兒科專科醫師診治，有經驗的小兒科醫師會從您寶寶詳細病史及理學檢查中，排除一些嚴重的疾病(例如腸阻塞、腸套疊、疝氣、敗血症等等)，才會下這個診斷。不過，爸爸媽媽也不必太擔心，只要您能把握「四個正常」這個原則那就是「活力正常、食慾正常(餵食正常)、沒有發燒(體溫正常)、沒有腹瀉(大便正常)」，那麼您的寶寶就不會有大的問題。

寶寶罹患「嬰兒腸絞痛」時，要如何處理呢？

1. 正當寶寶夜間哭鬧時，您可以寬鬆寶寶衣服，貼身抱在自己懷裡，輕輕拍撫，不要過度搖晃，通常都可以緩解寶寶的不適感，減少哭鬧。
2. 若合併有腹脹時，可使用溫和的嬰兒驅風藥膏，塗抹腹部，輕輕按摩。
3. 最好是餵食母乳，根據研究，單純餵食母乳的嬰兒比餵食配方奶粉的嬰兒，罹患嬰兒腸絞痛的機率明顯降低。
4. 是否要改餵食所謂的「免敏奶粉」或者「無乳糖奶粉」，可以與您的小兒科醫師討論後決定。
5. 如果以上保守性治療方法都沒效，您的小兒科醫師會處方一些抑制腸道蠕動及幫助排氣的藥物，可以明顯減緩「嬰兒腸絞痛」。
6. 千萬不要讓食所謂「小兒驚風散」或「八寶粉」這類傳統民間秘方，因為有很多研究顯示，裏面含過量重金屬，會危害寶寶的健康。

最後，希望能給新手父母一些鼓勵，寶寶夜啼時，除了帶給小兒科醫師診治外，不要太過驚慌，溫柔而有耐心地擁抱您的寶寶，輕輕地拍撫，陪伴他(她)度過這段人生最初的痛苦成長經驗。

醫師簡介

陳木炯醫師

中清社區醫療群/巧比小兒科診所

