

屏氣發作 (Breath-holding spells)

◎大醫師社區醫療群/謝煒德小兒科診所 謝煒德醫師

小宇出生時是個完全健康的男嬰，但在一個多月時，父母發現他在大哭時會出現陣發、而臉色發紫，不省人事的情況。雖然每次持續時間不長，但發作時的情景著實嚇人，尤其激動時，當第一聲尚未哭出就發作昏倒。家人照顧他真是如履薄冰，惶惶不可終日，唯恐稍一不慎，會造成無法挽回的後果。小宇的狀況在醫學上稱為「屏氣發作」，發生率約5%，發生的高時期在6個月到24個月大之間，雖然6個月大前較少見，但也有像小宇般一個月就發作的例子。男女發生機率相同，發作頻率因人而異，嚴重的可能一天發作數次。

臨床上依發作時臉和嘴脣顏色不同分成兩類：

一、發紺型：最常見，發生時臉呈紅紫色，小宇就屬此型。常因發怒、哭泣、恐懼或疼痛等刺激而誘發，在一陣抑鬱的哭鬧（通常小於30秒）後，突然呼吸停止，臉色發紫，而後昏迷。身體可能軟弱或僵直，一般在一分鐘內可恢復正常。但有時可能沉澱數小時甚或伴隨抽搐。二、蒼白型：發作時臉色發白，常在疼痛或欲倒撞擊頭部後，一次深呼吸立即伴隨臉發白，呼吸暫停，失去知覺和肌肉張力。如同發紺型般，也常在一分鐘內完全恢復正常，少部分會昏厥或抽搐。此型長大後有15%會伴發昏厥。

一旦小朋友發生屏氣發作，照顧者請勿驚慌，可採取下列方式處理：

1.小心避免摔到撞擊。2.讓小朋友平躺。3.保持呼吸道暢通。若口中含有食物，可包紙讓食物滑出，避免將手伸入小朋友口中。4.大部分小朋友很快就會恢復，所以一般而言，不需心掛復甦劑，以免造成額外傷害。5.撫摸並輕聲安慰小朋友，給予充分的安全感。

診斷靠臨床症狀就能確定，但是如果症狀不典型，例如發作時間很長，或是伴發抽搐，則需要進一步檢查，腦波及心電圖檢查在屏氣發作小朋友都正常，若腦波異常就是癲癇或其他疾病。另有報告指出，貧血和部分屏氣發作有關，若血液檢查有異常，則治療貧血可顯著減少發作。

雖然屏氣發作發生時很嚇人，但預後良好，七歲後幾乎不再發作，也不會有癲癇後遺症。死亡報告非常罕見，這不可能是單純的屏氣發作，應該是合併其他異常，像是誘發猝死的心臟病。

一般而言，屏氣發作不需特別治療，它最大的問題反而是在小孩管教尺度拿捏，管教太過嚴厲可能會誘發屏氣發作；反之，若對孩子百依百順，則無法對這些行為有效管束。部分小朋友也可能以屏氣發作為手段來達到自己的目的。如何在避免誘發發作的前提下給予小朋友適當規範，存在考驗家長們的智慧。

總而言之，屏氣發作其實是相當良性的疾病，若是檢查正常，則不需太過擔心。建議家長可多給小朋友愛與關懷，多給讚美，就能幫助孩子在七歲後完全擺脫屏氣發作的糾纏。



謝煒德 醫師

大醫師社區醫療群/謝煒德小兒科診所

