

黃疸嬰兒母乳哺餵與居家照護（早期性黃疸）

衛生教育指導

什麼是早期性黃疸？

若黃疸出現時間在第 2~4 天，稱為「早發性/早期性母乳性黃疸」，原因和餵食不足導致隨糞便排出之膽紅素因而減少有關，在出生頭一週的嬰兒很常見，約一至兩週後消失，嬰兒此時也因肝臟功能還不成熟，有時則是因為嬰兒血液的問題（血型不合造成紅血球破壞增加而造成嚴重黃疸）。此外沒有獲得到足夠母奶的嬰兒，及未能儘早開始吃母乳或哺乳次數不夠、哺乳時間不久都是造成早期性黃疸的因素，使血中膽紅素過高，導致嬰兒皮膚及鞏膜顏色變黃。而母奶進食不夠的相關因素，可能是：

- (1) 哺乳技巧不佳而未吃到足夠的奶水。
- (2) 醫院措施不良。
- (3) 胎便排出延緩。

母乳哺餵與早期性黃疸處理

1. 解決的方式不是將嬰兒抱離乳房或是使用奶瓶；最好的預防方式就是一開始就正確地哺乳，確定適當的哺乳以減少黃疸的機會。
2. 適當哺乳：出生一小時內即開始哺乳，頭一兩週每天至少哺乳 10 到 12 次，沒有添加任何其他食物或飲料，嬰兒的哺乳姿勢正確，且嬰兒的體重減輕小於 8%。
3. 觀察嬰兒哺乳的情況，確定嬰兒有吃到奶水。
 - (1) 如果餵食良好：更經常的哺乳就可以很快地降低膽紅素
 - (2) 如果嬰兒吃得不好：幫助修正嬰兒的含奶姿勢，使其可以有效地吸吮而吃到更多的母乳，也可使用哺乳輔助器。

早期性黃疸居家照護注意事項

1. 給予足夠的母奶或配方奶餵食；不建議給予葡萄糖水、開水或退胎水，因為不但無法改善黃疸，反而會加重症狀，甚至會

影響食慾，造成離子不平衡等嚴重後果。

2. 一些會導致黃疸或加重黃疸的情況需避免，如蠶豆症嬰兒需避免接觸奈丸、紫藥水等會引起溶血的物質(用藥時須經醫師處方，因某些藥膏或藥物也會引起蠶豆症嬰兒溶血)。
3. 避免感染、飲食不足、環境溫度過高或過低等情形。
4. 根據中華民國小兒科醫學會的建議，當黃疸指數小於 15~17 時，仍可放心的哺餵母乳並且照光治療。超過此指數時可以持續哺餵母乳，或暫時以母乳加配方奶餵食，或暫時換成配方奶，再加上照光治療。至於該採用什麼方法，可以和醫師討論比較適合寶寶的處理方式。