



嬰幼兒照護育兒 問題與照顧技巧



劉明發醫師
新光醫院小兒腸胃及營養科
2026



新生兒常見問題



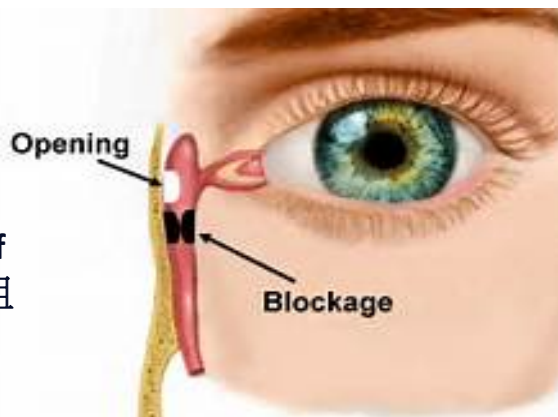
嬰幼兒與兒童健康

劉明發醫師
新光醫院小兒腸胃及營養科
2026.03

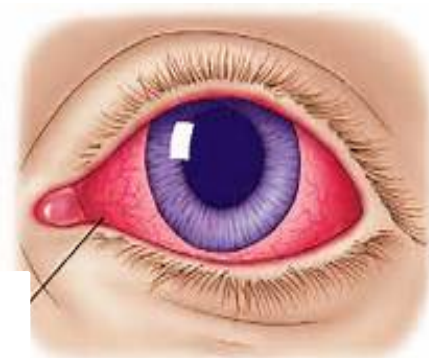
寶寶眼疾(眼淚、眼屎多)

鼻淚管阻塞

- 「新生兒鼻淚管阻塞」是因為在鼻淚管鼻端一個膜狀的構造（**valve of Hasner**）在出生4周左右後，這個組織仍沒有破裂造成閉合而引起，約占新生兒的5%。
- 鼻淚管的遠端阻塞，使淚水無法順利由鼻淚管排到鼻咽，而造成淚水溢流、眼淚汪汪
- 鼻淚管阻塞、眼睛變紅會使得結膜囊的分泌物細菌感染後，產生黏稠性黃色分泌物，誘發急性淚囊炎，有人稱為「新生兒淚囊炎」，此時就必須藥物治療



鼻淚管



寶寶眼疾感染

寶寶眼疾(眼淚、眼屎多)

寶寶眼睛有分泌物？ 眼屎清潔的重要性



小寶寶眼睛脆弱，遇到刺激或有灰塵就容易產生分泌物，這時需利用紗布巾、棉棒及溫開水，輕柔擦拭做好清潔。

- 鼻淚管阻塞的治療，除了局部點眼藥之外，還必須配合按摩、壓迫鼻淚管，讓管腔內腔增加促進通暢，少數到十二個月大的嬰兒，若持續有溢淚及淚囊發炎現象，則需由眼科醫師施以「淚管通條術」，將狹窄的鼻淚管通開
- 小寶寶眼睛脆弱，遇到刺激或有輝曾就容易產生分泌物，這時需利用紗布巾、棉棒及溫開水，輕柔擦拭作好清潔。



Strabismus

斜視

新生兒出生後大約至四個月左右，其雙眼的平衡運作就會建立起來，大腦也會逐步建立雙眼影像的融合及發展深度覺及立體感

不對稱的哭相

Asymmetrical crying face

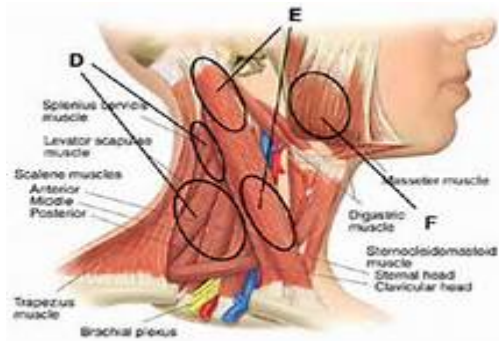


先天性面部表情異常，其特徵是當患者面部無表時看似正常，但是當患者啼哭或展露笑容時，嘴角偏針向一側而形成此特殊的面部表情。引起嘴角偏針的原因，可能是單側的**降口角肌先天性缺損**或發育不全

斜頸Torticollis



單側胸鎖乳突肌
(sternocleidomastoid
muscle) 之纖維化所引起



頸部原本有彈性可伸縮的肌肉因為某些原因變的僵硬縮短而無法伸展，使患者頭頸向患側傾斜、耳朵貼近肩膀而臉部轉向對側，且無法自由的將下巴轉至患側肩膀

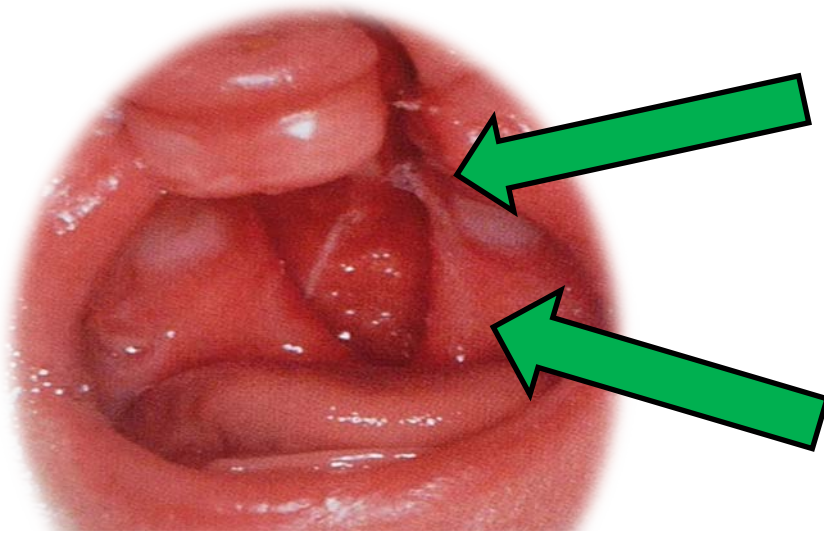


Exercise 1. Child undergoing exercise with face looking toward shoulder.

唇顎裂

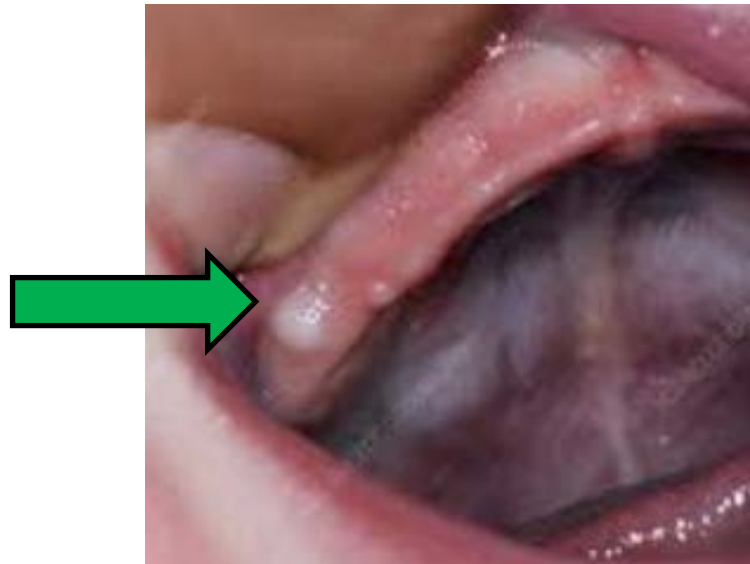
出生起就具有顏面的缺陷，其中，唇顎裂是最常見的先天性顏面畸形。

它的發生率，在白種人大約是千分之一。在臺灣地區，依據以往的調查，大約每六百到七百個新生兒就會有一顎裂的小孩



珍珠瘤

角質沉積 (Ebstein pearl) 是胚胎發育過程中，因為角質鈣化而出現的小白點，不會痛不會癢也不會有其他不舒服，通常會在開始咬硬物後自然破裂消失。



口腔保健知多少

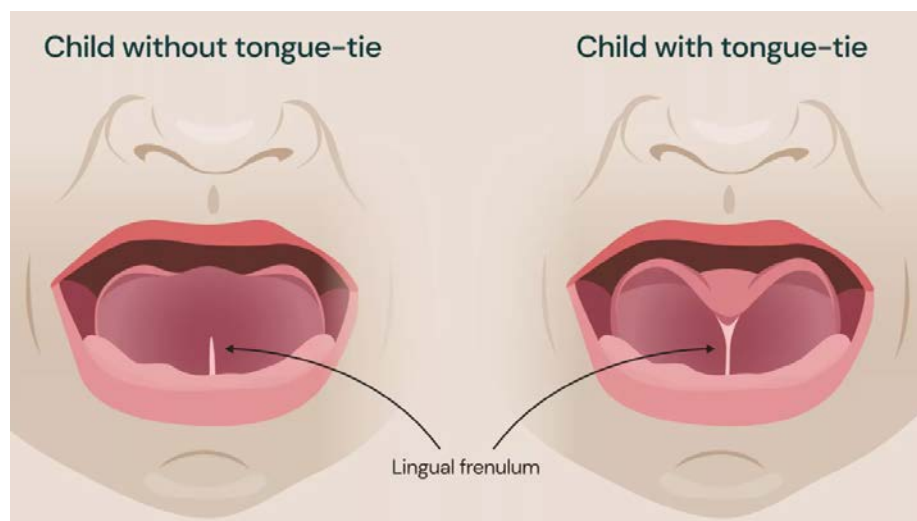


鵝口瘡

白色念珠菌引起的口腔黏膜炎症
治療：Nystatin

舌繫帶過緊 (Tongue-tie/Ankyloglossia)

- 是一種先天性口腔結構異常，指舌頭下方連接口腔底部的繫帶過短、過緊或連接至舌尖，限制舌頭活動。
- 這可能導致嬰兒哺乳困難（如乳頭疼痛、體重增長不足）、兒童發音不清（尤其是捲舌音）、口腔衛生問題或影響吞嚥與咀嚼。
- 常見的表現包括舌頭伸出時呈「W」型、無法舔唇或上顎。治療方式包括觀察、語言訓練或簡單的舌繫帶切除手術



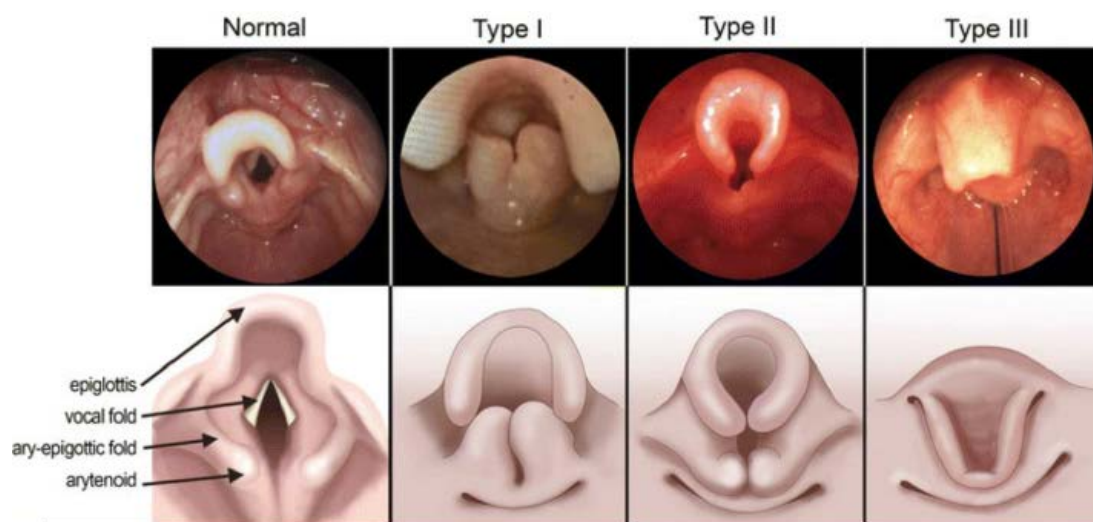
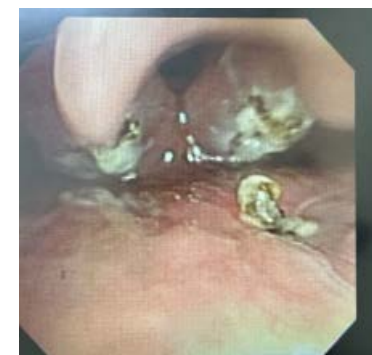
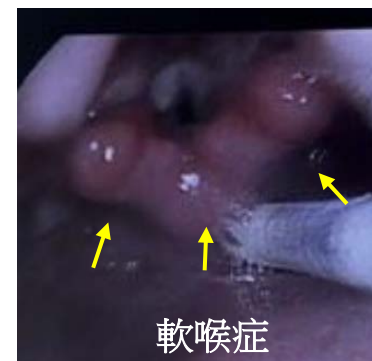
舌繫帶

TABBY Tongue Assessment Tool

	0	1	2	SCORE
What does the tongue-tip look like?				
Where it is fixed to the gum?				
How high can it lift (wide open mouth)?				
How far can it stick out?				

軟喉症 Laryngomalacia

- 是嬰兒最常見的先天性喉部構造異常（約占60%），因喉頭軟骨發育不成熟、組織過軟，在吸氣時塌陷阻塞呼吸道，導致高頻喘鳴聲（stridor）。
- 症狀多在出生後數週內出現，4-8個月最嚴重，通常在1歲半至2歲前自行緩解，少數嚴重者需手術治療



臍疝氣 Umbilical hernia

- 當腸子、脂肪、或體液從嬰兒**腹壁肌肉**的弱點或缺損擠出
- 臍疝氣通常在寶寶**一歲**大的時候會自行癒合



臍疝氣 Umbilical hernia

所謂腹部疝氣~
是腹內的臟器穿過腹
壁的肌肉脆弱處或橫
隔膜而形成不正常的
脫出或突起稱之。

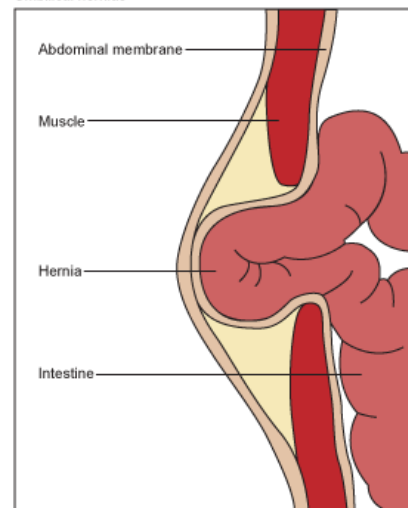


Diastasis Recti

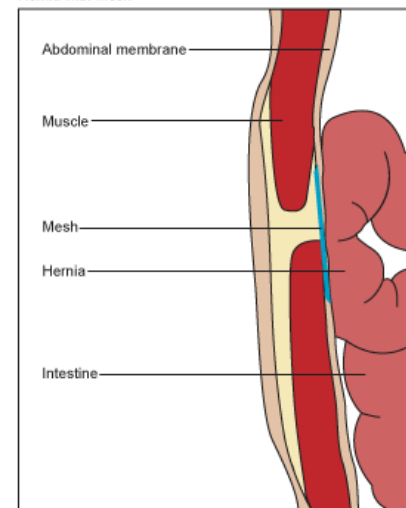


Separation of the Rectus Abdominis
as the abdomen expands

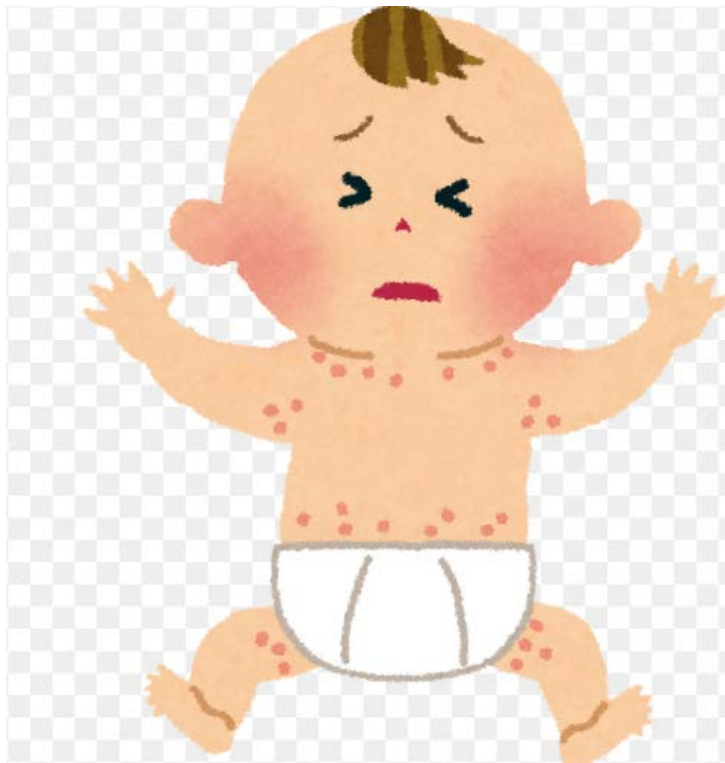
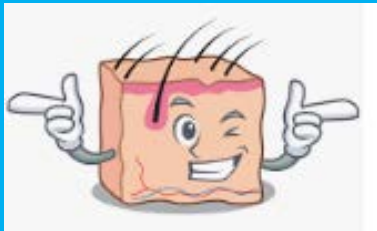
Umbilical hernias



Hernia with Mesh



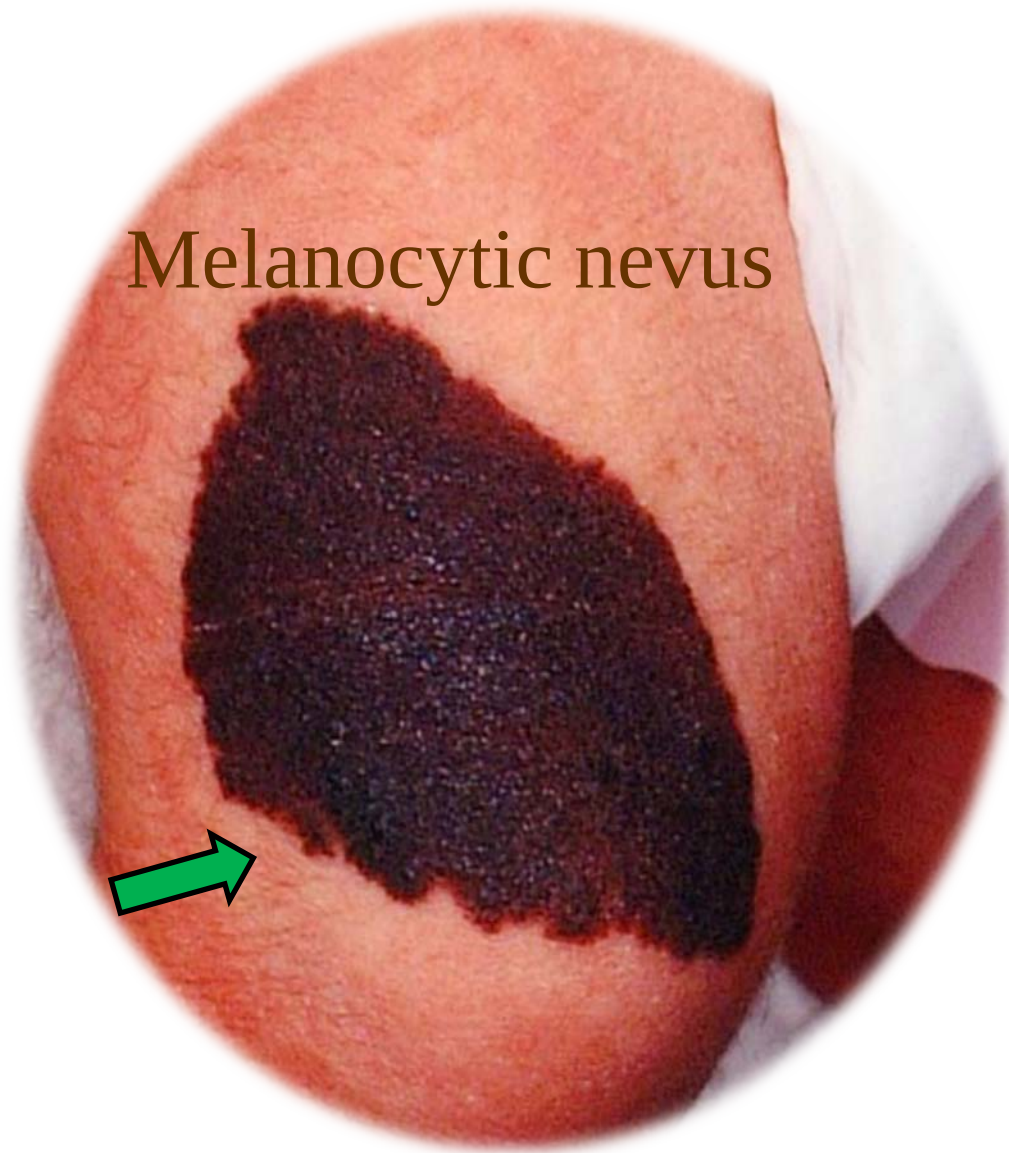
皮膚



嬰幼兒常見皮膚問題及照顧技巧

黑色素痣

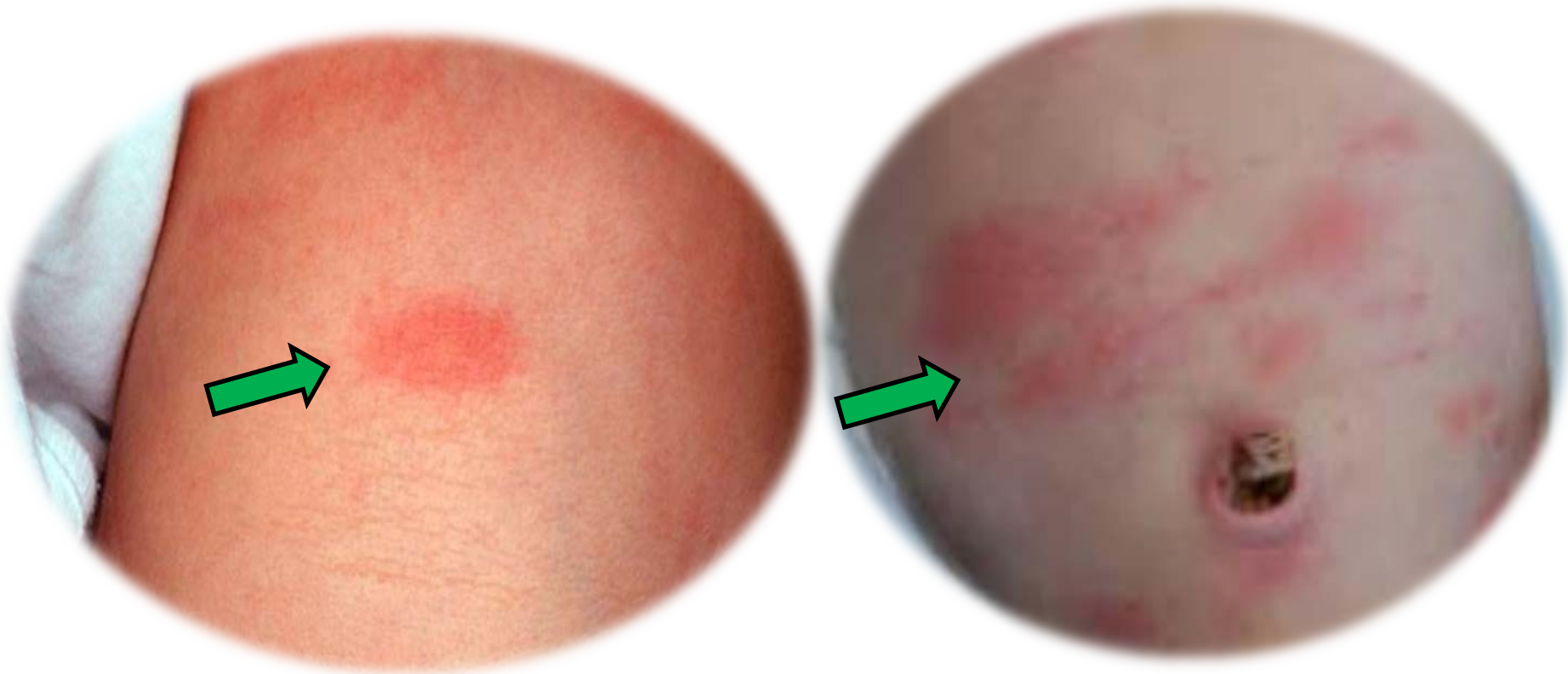
Melanocytic nevus



在胚胎形成过程中的（neuroectoderm）神经外胚层细胞突变，在**6-24週**间，形成一群良性的黑色素细胞。

黑色素瘤是起源於黑色素細胞的腫瘤，是皮膚癌中罕見的一種，但惡性程度高，是皮膚癌主要死亡原因(占75%)

毒性紅斑 Toxic erythema



「**毒性紅斑**」一詞聽起來很嚇人，但實際上並不需任何治療。
新生兒毒性紅斑在新生兒時期相當常見，而且會**自然消退的紅斑**，為不知原因的良性發炎反應。有可能在剛洗完澡或新生兒哭泣溫度較高時紅斑增加，溫度下降後紅斑就便消退

粟粒疹Milia crystalia, Milia rubra



新生兒汗腺不發達，在兩頰、額頭、腋下、頸部、胸前、或其他身體皺褶處會出現，出現如針尖大小的白色、紅色平滑小突起的小疹子，有些是像透明的小疹子，有時會有黃膿泡樣，稱為「粟粒疹」。

原因：主要是真皮上的角質產生囊狀滯留而形成的

痱子，汗疹 Heat rash



痱子正式學名為**汗疹**，好發於夏天，在新生兒身上尤為常見，最常見的情況是紅色的小丘疹散布在皮膚上。日本醫師清益功浩指出，**汗疹是指汗腺排汗時遇到阻礙**，使汗水在皮膚累積，導致汗腺發炎，如果皮膚上有細菌，會讓汗疹變紅，使搔癢的症狀更加強烈

血管瘤 Hemangiomas

- 血管瘤是一種常見的良性瘤，它是皮膚血管異常增生或血管擴張，所引起的各種血管瘤及血管胎記
- 治療: **Propranolol**



母斑(皮脂腺痣)

- 是因表皮組織、**皮脂腺**細胞異常聚集或增生而造成的胎誌，在幼兒時期的影響僅限於外型美觀上
- 孩子青春期的時，因所有細胞都快速成長，這些異常表皮細胞所組成的胎誌，有**15~20%**的機率會起變化，形成良性或**惡性腫瘤**，必須定期追蹤檢查



咖啡牛奶斑



café au lait spot

胚胎發育時期，皮膚與神經系統是來自同一胚層，因此很可能是合併神經系統異常的先天性疾病。最常見的就是神經纖維瘤第一型，在流行病學上發生率大約每四千到五千個新生兒會有一例。它是由第十七對染色體長臂上的基因突變所造成

金黃色葡萄球菌感染

利膚癒康軟膏(Bactermin Ointment) 及膚即淨乳膏(Fucidin Cream)



Folliculitis



甲溝炎 Paronychia



癰 Carbuncle



蜂窩組織炎 Cellulitis

金黃色葡萄球菌感染

蜂窩組織炎 Cellulitis



Fucidin Cream





脂漏性皮膚炎

Seborrheic dermatitis

脂漏性皮膚炎的發生主要因**皮脂腺**分泌過量的油脂與皮屑。皮屑屑芽苞菌引起(*Malassezia furfur*, *Pityrosporum ovalis*)

皮脂腺分泌旺盛處，如**頭皮**、眉毛四周、眼皮、鼻翼兩側、嘴邊、下巴、耳朵及耳後、胸前等。

類固醇與抗黴菌藥為治療脂漏性皮膚炎的首選藥物

異位性皮膚炎及濕疹

- 又叫過敏性皮膚炎或異位性濕疹
- 症狀包含發癢、紅腫，以及皮膚龜裂
- 發炎區域常有清澈液體流出

低濕度環境



Low Humidity

流口水



Drool or Saliva



Heat and sweat

高溫多汗



Irritants

刺激物



皮膚狀況的維護

1. 應**穿著**寬鬆、質輕、且可透氣的服飾
2. 若因陽光曝曬引起則可以使用防曬乳液或遮蓋性衣褲
3. **移除**其它（食、藥、呼吸、接觸）過敏因素
4. **洗澡**避免太熱或是太冷的水



- 洗澡使用**中性**肥皂，避免各種藥皂或是含有致敏物質（如Lanolin或馬油）的肥皂。
- 洗澡後請將皮膚擦乾，並可以使用嬰兒、兒童**凡士林**來保濕皮膚

臍帶息肉

臍茸是小兒臍部的**卵黃管殘餘組織**（胚胎殘餘組織）增生物，又稱為臍部卵黃管息肉（umbilical omphalomesenteric duct polyp）或臍息肉（umbilical ...



硝酸銀



食鹽治療



30分鐘, 3天



手術治療

臍帶照顧(金黃色葡萄球菌)

臍帶發炎

臍帶處紅腫、疼痛、
流膿，甚至流血不止

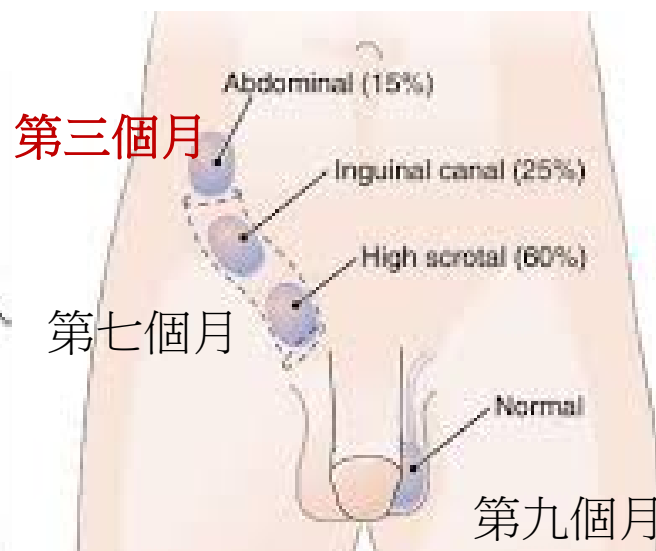
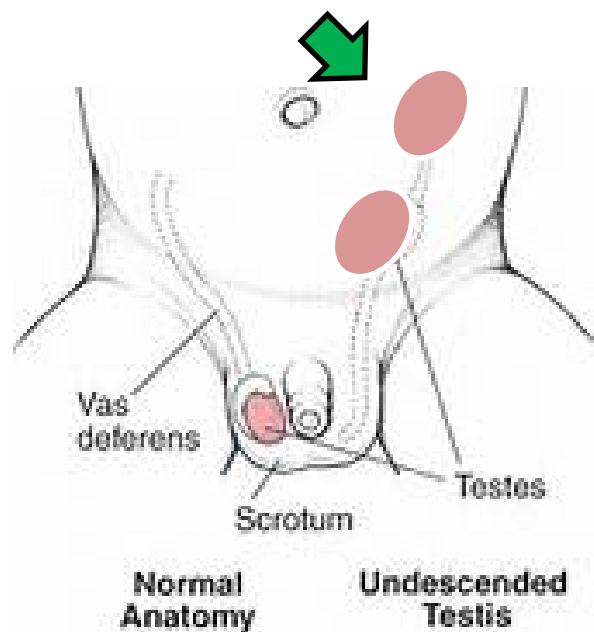


生殖器官

泌尿生殖器官照護與問題



泌尿生殖器官



UNDESCENDED TESTICLE

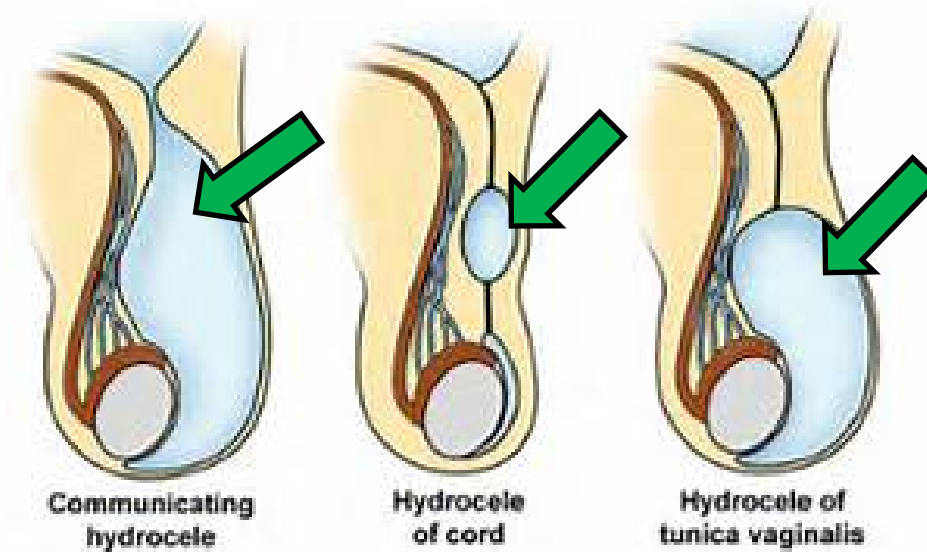


隱睪症

- 男性的睪丸最初是在後腹腔形成的，在胚胎期**第三個月**，才由後腹腔壁隨著睪丸繫帶逐漸下降至腹股溝；在胚胎期第七個月，穿過腹股溝；到了胎兒第九個月後，才進入陰囊

泌尿生殖器官

陰囊水腫



高達**6%**的新生兒有「陰囊水腫」，但大部分可在**週歲**內消失（腹膜鞘狀突逐漸關閉）



17-117 Bilateral congenital hydroceles. Groin swellings are ab-
solving them from hernias. The fluid collections may fluctuate
and emptying through a patent processus vaginalis.
of the processus and absorption of fluid are
hydrocelectomy for the



手電筒



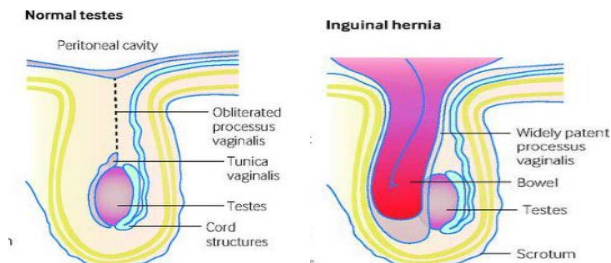
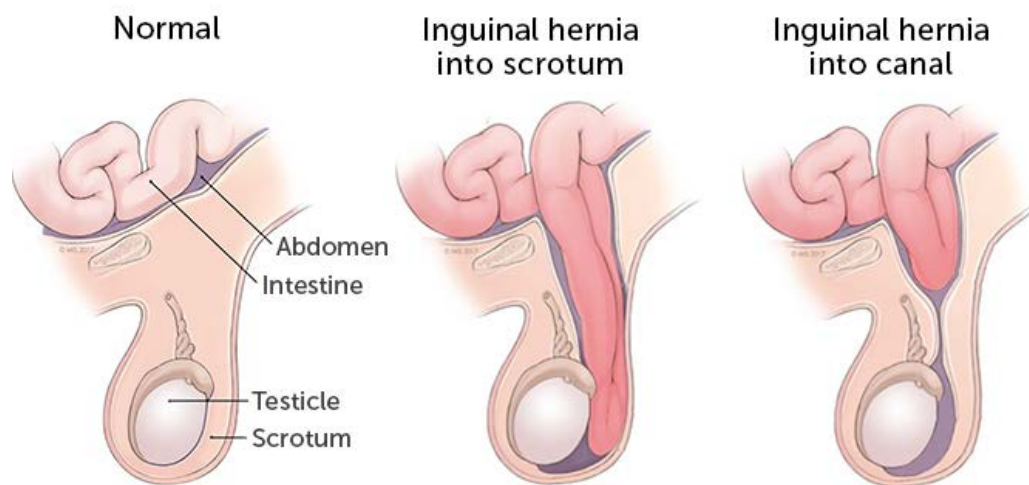
睪丸炎

泌尿生殖器官

- 俗稱**墜腸**或**脫腸**，是泌尿科常見的疾病之一

- 腹股溝是位於腹部與大腿交接處靠近腹部的一個斜向管道，在男生有精索通過，在女生則有卵巢圓韌帶通過，腹股溝疝氣就是在**腹股溝有不正常的鼓起**，兩側都可能發生

鼠蹊部(腹股溝)疝氣



包皮過緊



包莖和包皮過長包莖指包皮外口過小，緊箍陰莖頭部，不能向上外翻者。**三歲**時就會消失，不建議年幼男性努力嘗試將包皮退到龜頭後面。可以給予**類固醇乳膏**

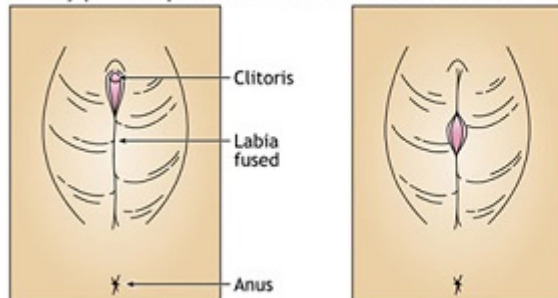
泌尿生殖器官

陰唇閉合

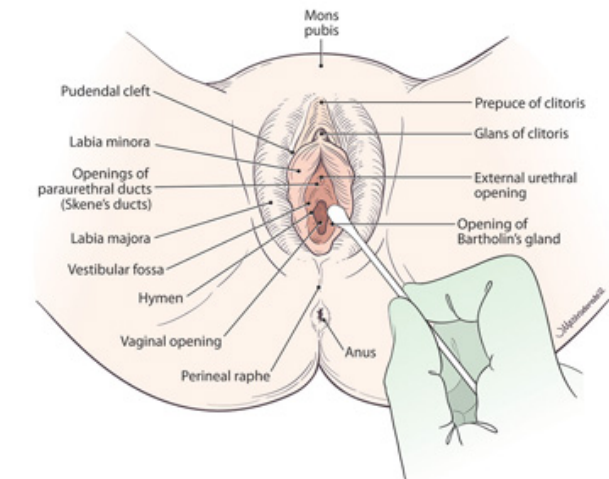
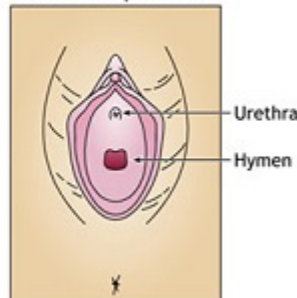


- 外陰發生炎症
- 陰唇又經常處於閉合狀態
- 兩側的小陰唇創面容易粘連在一起

Typical picture of labial fusion



Normal picture



© 2014 JORDAN MASTRODONATO

•Petrolatum, Vaseline凡士林



新光醫療財團法人

新光吳火獅紀念醫院

SHIN KONG WU HO-SU MEMORIAL HOSPITAL

新生兒照顧案例分享

- 三個月大
- 純哺餵母乳

治療前



一週

治療

- 母親的飲食調整
- 潤膚膏
- 塗抹類固醇
- Athmin
- Cytadine

治療後



嬰兒腸道問題



嬰兒腸胃不適的症狀



新生兒胃腸道功能發育

Post-natal GI functions development

Carbohydrate 醣類：

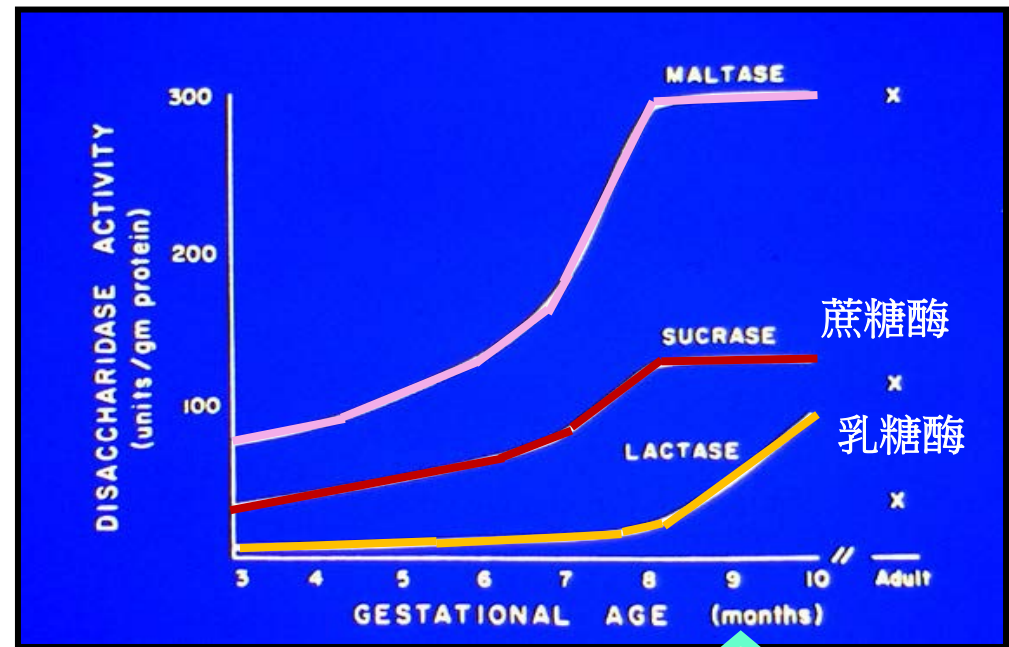
❑ 乳糖酶 lactase

* 18—21週：足月兒的30%

* 36 週才達到成熟水準

❑ 麥芽糖酶、蔗糖異麥芽糖酶：

* 26---30週：足月兒的70%



嬰兒腸胃功能不成熟！

Preterm

36

Term

新生兒胃腸道功能發育

Post-natal GI functions development

蛋白質：

- 胃泌素－3個月大之前胃酸的產生量較低。26週時胃蛋白酶、胰臟蛋白酶、活化腸激酶僅佔期間的25%

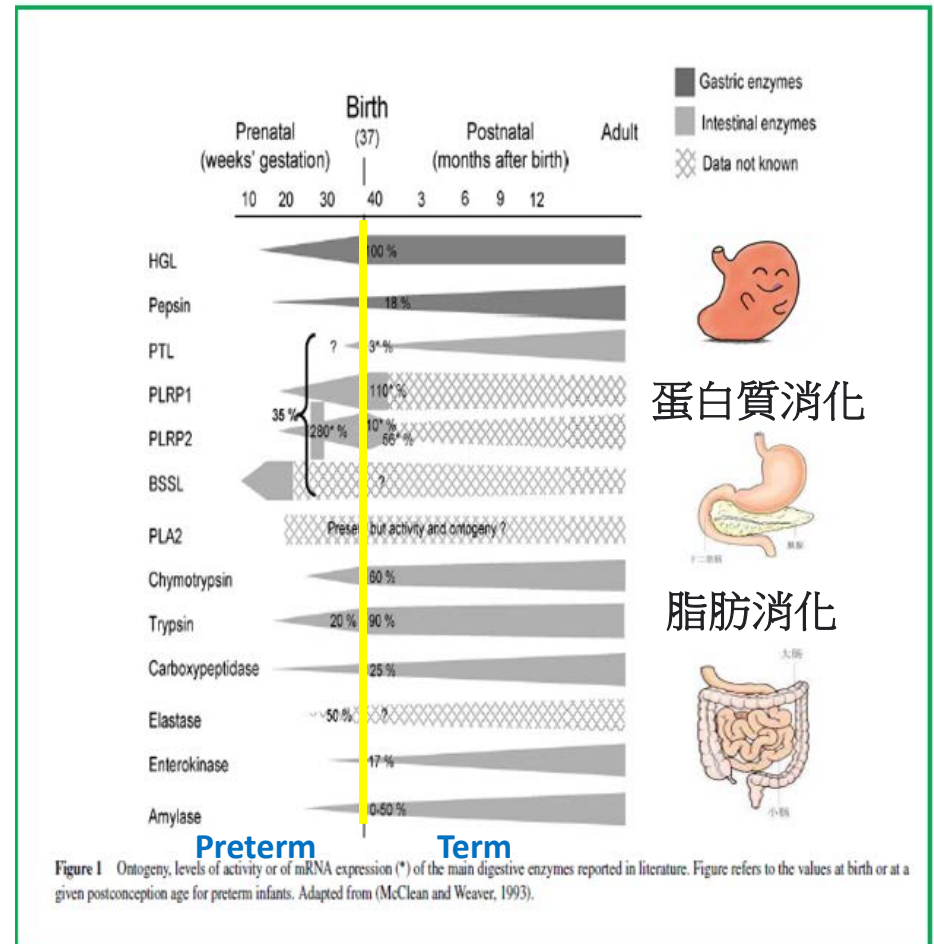
脂肪：

- 膽汁酸池仍然較低－不足以形成吸收長鏈脂肪酸所需的膠束

澱粉酶（唾液）：

- 30週：足月的50%－消化玉米糖漿、葡萄糖聚合物

腸胃功能不成熟！



胃腸道不適的原因

乳糖不耐症
Lactose
intolerance

蛋白不耐症
Milk protein
intolerance

乳糖酶活性只有正常的
70%

消化蛋白酶活性只有
正常的
25%



□ 新生兒出生後胃腸
功能不成熟

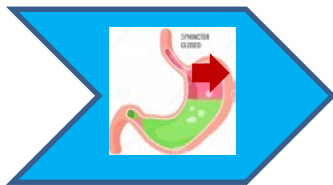


煩躁、脹氣、
吐奶、腹瀉等

新生兒溢吐奶



- 生理性的**食道下括約肌**未發展成熟
- 大部分寶寶溢奶1天少於**2**次以下，若生長正常者，即可視為正常現象



- 溢吐奶時維持呼吸道通暢
- 可分段餵奶，中段可幫寶寶拍背，採半直立姿勢
- 餵奶後勿仰臥，應左側臥、床板抬高30度、頭上腳下餵、食後不要馬上平躺



新生兒溢吐奶



1. 一天溢吐奶 2 次以上
2. 吐血、窒息、嗆奶
3. 發育遲緩
4. 進食吞嚥困難
5. 姿勢異常 (背部拱形)



新生兒焦躁不安、腸絞痛



腸絞痛：

- 哭鬧持續**3小時**以上，
每周發生**三次**以上
- 發生在傍晚或者晚上

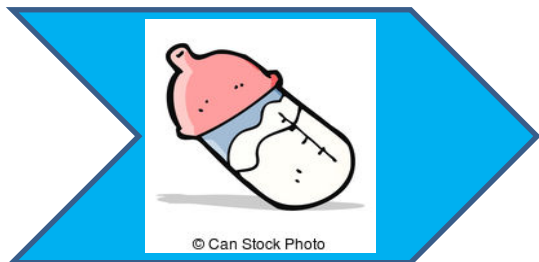
- 安撫寶寶
- 母親的飲食調整
- 益生菌: LGG+ Bb12, L . Reuteri
- 舒緩腸痙攣及幫助排氣的藥物



新生兒腹脹



- 奶嘴孔大小不合適，吞了太多空氣
- 消化系統功能還沒有很成熟
- 檢視餵奶方式、確保奶孔
- 腹部按摩
- 適當地拍嗝：輕拍寶寶背部幫助排氣。可在餵到一半時，先拍嗝、再餵



部分水解配方奶粉

Whey/Casein or
100% whey
protein blend

Lactose content



0.2%



70%



21%



53%



43%



及早發現



臨床管理
藥物和補充劑



處方藥物和
飲食管理



健康寶寶



70 %
lactose

玉米澱粉



患有功能性胃腸道疾病的嬰兒

益生菌 probiotics

Probiotic 是有益於腸道健康的“**好菌**”，能夠阻礙致病菌(“**壞菌**”)在腸道的孳生，並能**增進腸道內的消化**與特殊營養素的吸收與代謝，就是所謂Probiotic (益生菌)。



- 支持**腸道屏障**防禦機制
- 抗輪狀病毒 s IgA 增加
- 增加自然殺傷細胞 (NK cells)活性
- **增加TGF- β 、IL-10、TH2 $\rightarrow$ TH1**
- 降低異位性皮膚炎發生率
- 降低早產兒壞死性腸炎發生率



牛奶蛋白過敏

(Cow milk protein allergy)

□ **牛奶**中含有許多種引起過敏的蛋白質，其中主要為 α -乳白蛋白、 β -乳球蛋白和牛血清蛋白，更複雜的是當這些蛋白質被消化液分解後，產生的小單位胜肽類亦可成為過敏原，仍然有致病的可能

- 2%~3% 的嬰兒對牛奶蛋白過敏

□ 症狀

- 溢吐奶, 腹脹, 餵奶開始哭鬧不休焦躁不安 (50—60%)
- 腹瀉 或 便秘
- 少部分的孩子會出現嚴重解血便
- 異位性皮膚炎、蕁麻疹等皮膚過敏症狀的表現皮膚過敏
- 有氣喘、過敏性鼻炎的呼吸道症狀



□ **治療** 高度水解配方奶

幼兒其他疾病的照護





發燒處置--非藥物退燒

- 保持室內空氣流通，控制室溫在 $24^{\circ}\text{C} \sim 26^{\circ}\text{C}$ 。
 - 多攝取水份：有拉肚子時，補充一些小兒電解水
-
- 溫水泡澡：水溫接近人體體溫的 $36 \sim 37^{\circ}\text{C}$ 。一次約 15分鐘
 - 退熱貼：水凝膠與清涼劑，吸熱，清涼劑幫忙散熱的效果。僅能協助體表降溫，不具任何治療效果。
 - 冰枕降溫：不建議使用。



小朋友吃完藥物後吐了怎麼辦？

- 小孩子吃藥後一下子就吐出來，而且吐得量不少的話，就必須要補吃藥
- 如果是吃藥後半小時之後才吐，就不用補吃



建議以開水服用藥品

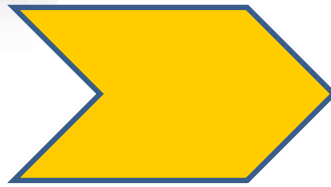
可加少許矯味糖漿掩蓋味道

不可與葡萄柚汁, 蘋果汁混合或一起服用



藥加在牛奶？

嬰幼兒腸胃炎



沙門氏桿菌

沙門氏桿菌

傳染窩

- 動物及人類，動物例如：家禽、豬、羊、馬、牛、齧齒動物及寵物（鬢蜥蜴、烏龜、小雞、蛇、狗、貓...）等。人類慢性帶菌者較少，但在動物及鳥類較為普遍

流行病學

- 較易發生在 **7月~10月**
- 最常發生於嬰兒和**五歲以下**小孩
- 大部分的發生原因是**食物**來源遭受污染，少數是因帶菌者污染食物，或人與人直接糞口接觸引致



沙門氏桿菌腸炎

- 特性
 - 室溫：可活幾天至幾星期
 - 60°C，15分鐘被殺死
- 來源：不乾淨的食物，飲用水，**蛋類**，小鳥、雞及烏龜之糞便
- 症狀：感染後約**6-48**小時會有噁心、嘔吐及下痢（含血絲、黏膜）等，伴隨發燒及腹部絞痛等症狀，通常發燒**72**小時內會好轉
- 併發症：菌血症，腦膜炎



輪狀病毒

輪狀病毒

病原體

- 在電子顯微鏡下呈輪狀的輪狀病毒
- 是全球引致兒童腹瀉的最常見病因之一
- 輪狀病毒感染較常見於天氣較涼的季節
- 潛伏期約為 **24 – 72**小時



輪狀病毒腸炎

- 特性

- 糞便一口沫傳染
- 易發生在6個月至2歲大小孩
- 冬天較多

- 症狀

- 發燒，倦怠及感冒症狀
- 多次嘔吐
- 腹瀉、稀水便



預防方法

接種疫苗

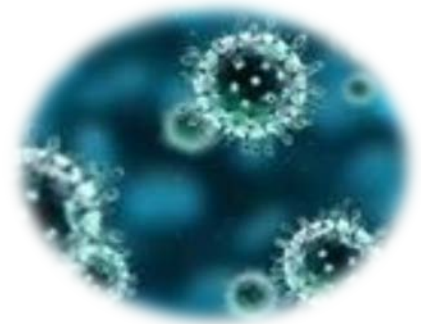
供嬰兒使用的口服輪狀病毒疫苗能有效預防此感染

補助口服輪狀病毒疫苗資訊				
疫苗品名	疫苗圖示	類型	接種劑數	建議接種時程
Rotarix 羅特律輪狀病毒疫苗		活性減毒人類 單價	2	2、4個月
RotaTeq 輪達停輪狀病毒疫苗		人牛重組 五價	3	2、4、6個月

諾羅病毒

諾羅病毒

- 諾羅病毒以前稱為類諾瓦克病毒 **Norwalk-like virus (NLVs)**，是一群可感染人類引起腸胃道發炎的病毒
- 吃入被諾羅病毒污染的食物或飲水。接觸被諾羅病毒污染的物體表面，再碰觸自己的嘴、鼻或眼睛黏膜傳染
- 諾羅病毒只需極少的病毒量便可傳播，因此與病人密切接觸或吸入病人嘔吐物及排泄物所產生的飛沫也可能受感染



諾羅病毒

◆ 疑似食物中毒的病毒性腸胃道感染症

✓和流感病毒並無關

◆潛伏期：1-3天, 季節交替期好發

◆病毒存活: 可在受汙染的水、食物或環境中存活一至數日, 糞便或嘔吐物中長期存活, 易大規模集體感染

◆症狀：噁心嘔吐 腹瀉及腹痛等, 少數人會輕微發燒 頭痛、肌肉酸痛、倦怠感、頸部僵硬、畏光、症狀通常持續1-2天



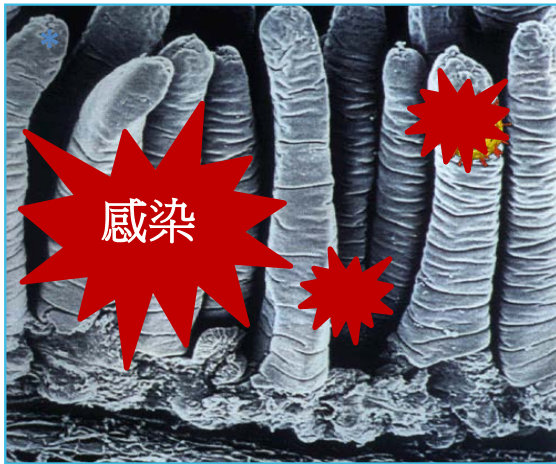
腹瀉寶寶營養照護



脫水的臨床判斷

指標項目	輕微脫水 (3~5%)	中度脫水 (6~9%)	嚴重脫水 (≥10%)
血壓	正常	正常	正常或血壓下降
脈搏	正常	正常或些微減低	脈搏減慢
心跳	正常	增加	增加*
皮膚彈性	正常	變差	變差
囟門	正常	下陷	下陷
黏膜	輕微乾燥	乾燥	乾燥
眼睛	正常	眼窩下陷	眼窩嚴重下陷
肢端	循環尚正常	末稍循環不良	循環差，冰冷，發紺
精神狀態	正常	正常～感到疲倦	正常～昏睡
尿液量	些微減少	< 1ml/ kg/ hour	<< 1ml/ kg/ hour
口渴程度	些微感到口渴	口渴	非常口渴

腸黏膜的結構及酵素功能 *Pathogenesis*



Rotaviruses adhere to the GI tract epithelia (jejunal mucosa)

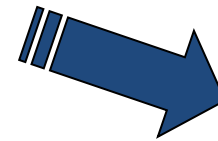
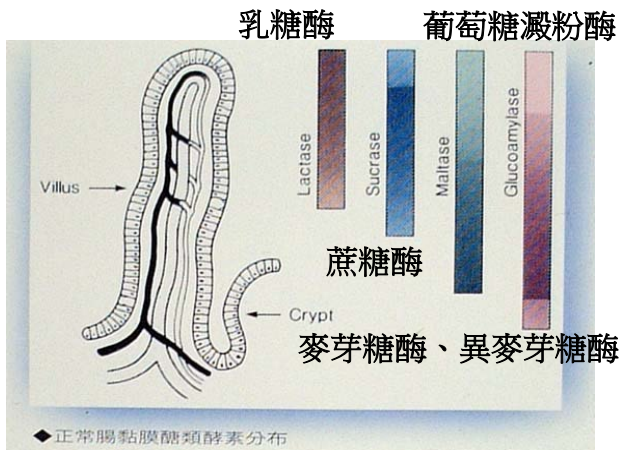
↓
Atrophy of the villi of the gut

↓
Loss of absorptive area

↓
Flux of water and electrolytes

↓
NSP4 viral enterotoxin

↓
Enteric nervous system activation



**VOMITING
AND
DIARRHEA**



*Rotavirus infection in an animal model of infection. Photographs are from an experimentally infected calf. Reproduced with permission from Zuckerman et al, eds. *Principles and Practice of Clinical Virology*. 2nd ed. London: John Wiley & Sons; 1990:182. Micrographs courtesy of Dr. Graham Hall, Berkshire, UK.

胃腸炎的治療~腹瀉營養照護

提早餵食和營養

Breast feeding

Normal diet

Lactose-free

➤ 穀雜糧類:

- 玉米、粟、小麥、米、蕃茄土司、饅頭、麵條、餅乾
- BRAT :Banana (Bread), Rice, Apple, Toast)???
- 瘦肉 lean meat、蛋、豆腐
- 優酪乳？



➤ 無乳糖配方



減少腹瀉持續時間（18小時）

- 母乳可繼續餵食
- X 稀釋沖泡的牛奶→全奶??
- 米湯??

口服電解質維持液配方組成



	一般腹瀉 時所流失 的量	輪狀病毒 感染時所 流失的量	美國小兒科醫 學會(AAP)建 議標準 ¹		一般 運動飲料	蘋果汁
鈉 (毫當量/ L)	30-65	37	40-60	45	< 25*	0.1-3.5
鉀 (毫當量/ L)	18-60	38	20	20	< 5*	24-43
氯 (毫當量/ L)	26-55	22	(註)		< 10	
醣類 (公克/ L)			20-25	20	> 50 **	119-120
滲透壓(mOsm/ L)				266	未標示	650-730

胃腸炎的治療

非藥物治療

- 腹瀉期間成人可能考慮短暫**禁食**，尤其在同時伴隨有嚴重嘔吐症狀時，但仍需注意水分的補充，以防脫水。
- 因腹瀉造成明顯脫水，首先應**補充水分**及**電解質**至原先的體液狀態，後續再依流失的情形持續做補充。一般來說，直接經由口服給予即可。



	Carbohydrate (g/L)	mEq/L			Osmolarity (mOSM/kg H ₂ O)
		Sodium	Potassium	Base (HCO ₃ ⁻)	
WHO (1975)	20(110mM)	90	30	30	310
WHO (2004)	13.5(75mM)	75	20	30	245

運動飲料

腹瀉期間喝運動飲料補電解質？



售價：23元/580ml

寶礦力水得
廠商：金車大塚公司

成分

碳水化合物：6.6g/100ml

電解質：鈉49mg/100ml

熱量：27大卡/100ml



售價：23元/600ml

舒跑
廠商：維他露食品公司

成分

碳水化合物：7.6g/100ml

電解質：鈉45mg/100ml

熱量：30.4大卡/100ml



售價：25元/580ml

一般飲用最佳
黑松FIN Amino
廠商：黑松公司

成分

碳水化合物：4.4g/100ml

電解質：鈉15.9mg/100ml

胺基酸：精胺酸、白胺酸、異白胺酸、糸氨酸。

熱量：17大卡/100ml

營養師評鑑：低熱量、電解質及胺基酸，身

體可迅速吸收，一般飲用也OK。

選「等滲透壓」電解質液才正確！！

飲料

	1	2	3	4	5	6
滲透壓 (mOsm/L)	571	525	485	483	432	391
鈉 (meq/L)	29	107	32	41	11	41
鉀 (meq/L)	19	64	16	16	19	23
葡萄糖 (mg/dl)	2692	1279	769	1665	978	1615



天然果汁的分析

滲透壓(mOsm/L)	811	666	569	458	491	773
鈉 (meq/L)	7.8	11	2.7	4.5	2.8	10.2
鉀 (meq/L)	46	60	40	58	48	60
葡萄糖 (mg/dl)	1429	1679	2599	1939	787	5413
	蘋果	柳橙	西瓜	芭樂	水梨	葡萄



腹瀉寶寶營養照護



① 勤洗手，尤其飯前和便後



② 處理老人或嬰幼兒排泄物後也須洗手

□ 最重要的就是防止病從口入

在調理時充分地加熱（以 85°C 的溫度烹煮 1 分鐘以上）、勤洗手和漱口以及徹底去除調理場所與調理器具上的病毒。

預防方法

一般防治措施



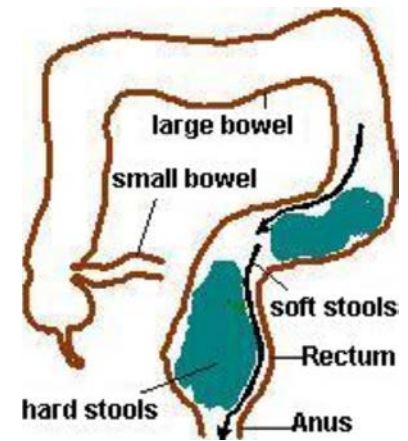
1. 烹調食物前或餐前便後: 應確實**洗手**，小心處理食物
2. 食物應以**保鮮膜**包裹後置入冰箱，再次食用前應加熱煮熟
3. **沙拉**及冷盤之保存應特別謹慎。
4. 被蒼蠅沾染、過期或腐敗等不潔食物，均應丟棄，切勿食用
5. 牛奶和奶製品應滅菌後再食用
6. 水塔應經常清洗及消毒，旅行或野營時，**用水應煮沸**消毒。
7. 水泥砌磚水塔若已生苔，請儘可能更換成不銹鋼製品，以維護飲水衛生安全。
8. 確實撲滅並阻隔蒼蠅等病媒，**垃圾應加蓋**並定時清除

便秘



便秘

- 小兒功能性便秘的盛行率範圍為 0.7---29.6%
- 當孩子在接受便盆訓練時, 特別是 2 到 3 歲左右便秘是兒童非常常見的問題
- 對大多數兒童來說, 便秘意味著**排便困難**, 排便次數比正常情況少。經常大便失禁弄髒褲子 (常被誤認為腹瀉) 可能表示孩子便秘嚴重, 導致腸道下部阻塞 (嵌塞 impaction)
- 便秘症狀可能導致與健康相關的生活品質下降、學校表現不佳和社交互動困難



便滲出~弄髒褲子

便秘

□出現以下情況，孩子可能會便秘

- 一周少於 2 次便便
 - 便便又大又硬
 - 便便看起來像“兔糞”或小顆粒
 - 大便時感到緊張或疼痛
 - 在大便期間或之後會流血
- 因為大便又大又硬 他們的食慾不佳或胃痛，在便便後有所改善
 - 超過 1 歲孩子，因為便秘的便便周圍滲出弄髒褲子

□ 分為兩個型：器質性便秘和功能性便秘

- 95% 功能性便秘



便秘



惡性循環~恐懼便便



便秘的症狀



憋大便的姿勢或行為

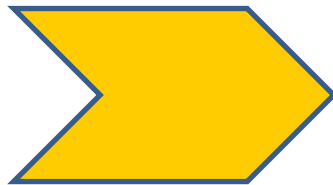
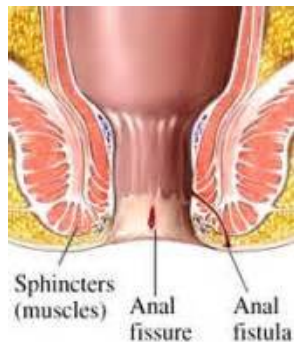


- 幾天不排便、排出堅硬
- 乾燥的大便
- 腹脹、痙攣或疼痛
- 不覺得餓、食慾不佳
- 表現出試圖保持糞便的跡象
- 例如咬緊牙關，交叉雙腿，臀部擠在一起，臉變紅
- 擔心排便會流血疼痛(刀切割，玻璃切割)會盡量忍住避免排便

糞便姿勢或行為動作

肛裂

- 肛裂常會在肛門口附近長息肉.外觀就跟外痔一樣
- 便秘跟肛裂症關係密切.長期便秘就可能肛裂



便秘的治療



- 證據**不支持**額外攝取液體來治療功能性便秘
- **限制牛奶**的攝取量可能會改善某些兒童的便秘，尤其是在牛奶攝取過多的情況下
- **過多攝取纖維**對治療功能性便秘沒有顯著益處
- 有忍住排便行為的兒童應避免攝取過多纖維，因為它會使症狀惡化
- 應要求孩子**每天**大約同一時間坐在馬桶上至少 10 分鐘，最好是飯後，以充分利用胃結腸反射

纖維質攝取建議

- 多食用蔬菜及水果，增加纖維質攝取
- 兒童每日所需的纖維量為孩子：**年齡 + 5g**
- 青少年及成人，每日則需攝取 25g 以上的纖維

水果	份量	纖維量	蔬菜	份量	纖維量
 梨子	1顆	4g	 菜豆 黑豆 青豆	半杯(約125ml)	4~7g
 草莓	1杯(約250ml)	3g	 地瓜	中等大小的一顆 (約166g) 約成人手掌一掌心	4g
 果乾 (如葡萄乾)	3湯匙(約60ml)	3g	 扁豆	半杯(約125ml)	4g
 木瓜	中型半顆(200克)	3g	 烤馬鈴薯 (帶皮)	中等大小的一顆 (約200g)	3g
			 玉米	半杯(約125ml)	3g

各類蔬果的纖維量：【1湯匙(約20ml)；1杯(約250ml)

纖維質攝取建議

水果	份量	纖維量	蔬菜	份量	纖維量
 桃子 油桃	1顆	2g 	 豌豆	半杯(約125ml)	3g
 李子 梅子	2顆	2g 	 花椰菜	半杯(約125ml)	2g 
 芒果	1~2顆 (依品種而定)	2g 	 高麗菜	半杯(約125ml)	2g 
 酪梨	中等大小的半顆	2g 	 菠菜	半杯(約125ml)	2g 
 蕃茄	中等大小的半顆	2g 	 白花椰菜	3/4杯(約187ml)	2g 
			 紅蘿蔔	煮過的半杯 (約125ml) 一根生的	2g 

各類蔬果的纖維量：【1湯匙(約20ml)；1杯(約250ml)】

訓練幼兒控制大、小便

- 如廁訓練除了訓練的技巧之外，個體的成熟亦非常重要。肌肉與神經尚未發育完成以前無法訓練
- 第一年大小便是不自主的
 - 十八個月，會主動表示要大小便；二十一個月，會來報告自己大小便的結果；兩歲，不會抵抗慣例的坐便盆
- 如廁訓練宜多獎勵少責罰，並依幼兒的進度逐步漸近、引導並等待幼兒自己完成，也可使用行為改變技術來培養幼兒自己如廁



幼兒如廁訓練過程



如廁訓練是功能性便秘治療成功的關鍵作用！

治療持續時間

大多數兒童需要至少**六個月**的治療並有規律的排便，才能在不復發的情況下停止治療



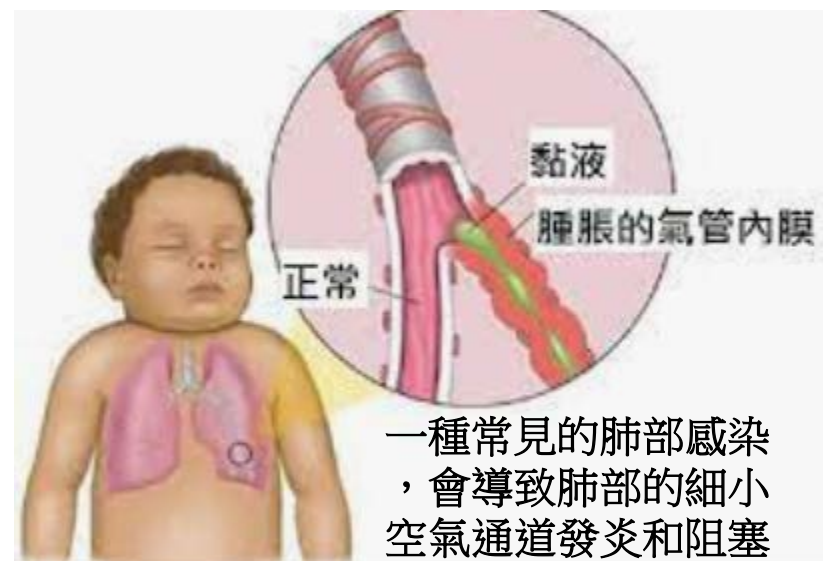
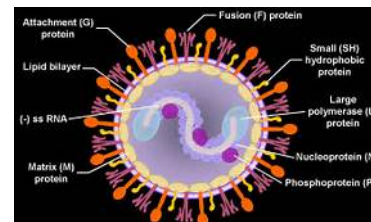
一旦你的孩子的便秘得到處理，**重要**的是要阻止它再次發生！

細支氣管炎

細支氣管炎

- 大部分病因是在**2歲前**感染
- 一般的高峰期是冬季
- 最常見之病毒: 呼吸道融合病毒 **respiratory syncytial virus (RSV)** , 副流感 (parainfluenza) , Influenza 及腺病毒 (adenovirus)

- RSV感染的重症高危險嬰兒群為:
早產兒, 複雜先天性心臟病, 慢性肺病, 免疫抑制, 神經肌肉疾病, 代謝異常



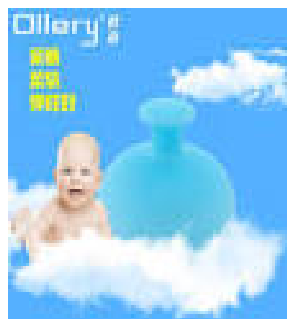
細支氣管炎的症狀

- 流鼻水
- 鼻塞
- 咳嗽
- 輕微發燒(不一定會有這個症狀)
- 喘鳴
- 很多嬰兒會得中耳炎



- 胸凹
- 呼吸困難急促
- 缺氧
- 明顯危及生命的情況
- 呼吸停止

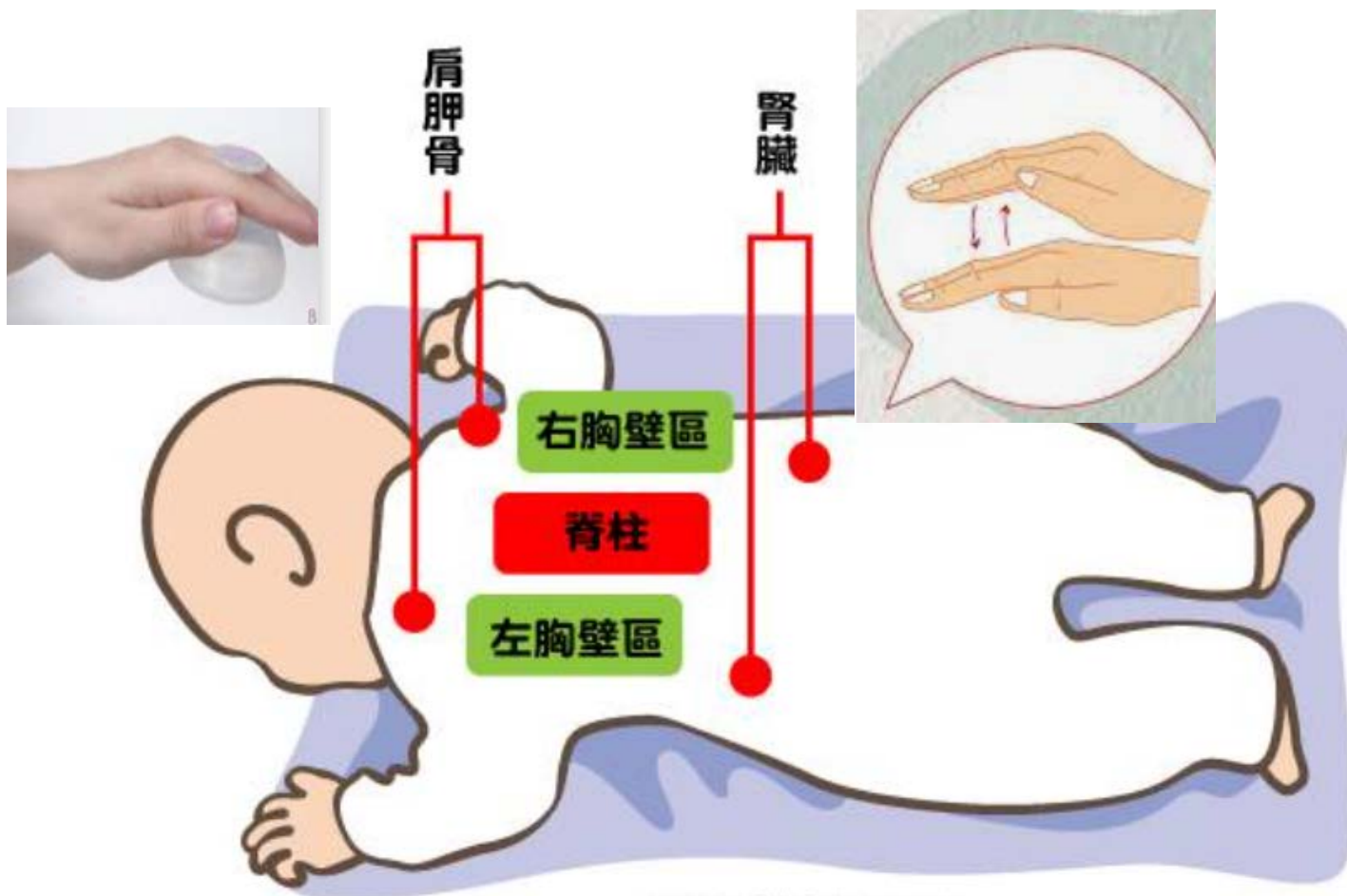
拍痰



拍痰原則:

進食前 **30-60** 分鐘或喝奶後 **2** 小時才可拍痰，每次 **10-15** 分鐘，每天 **4-6** 次，如有噴霧治療，則在噴霧治療後再拍

拍痰技巧

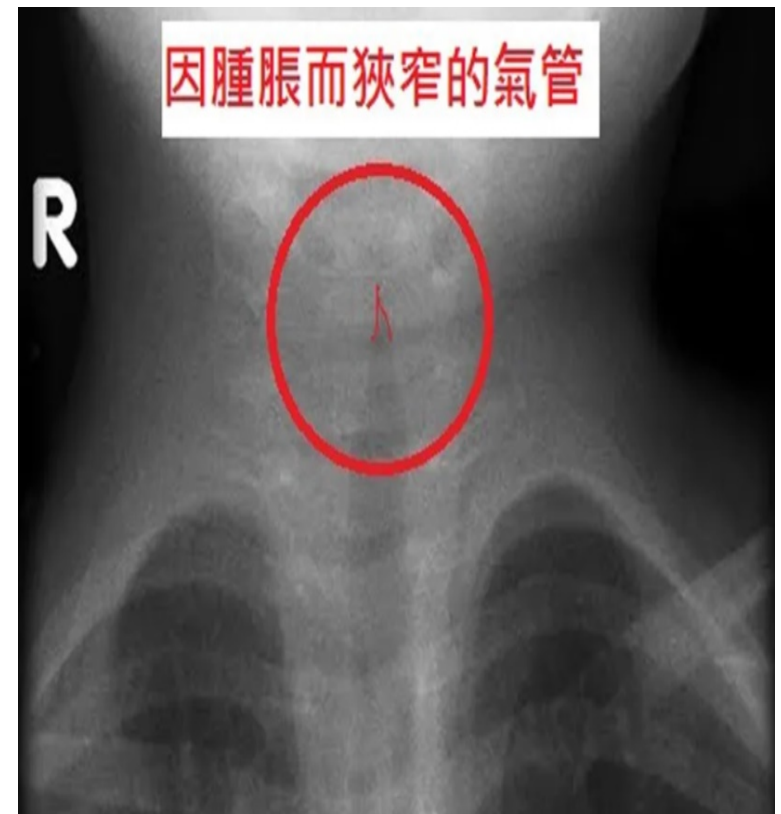


拍擊時，注意病童呼吸是否順暢，若有呼吸困難、臉色發紫或是嘔吐，請立即停止拍痰

哮喘病

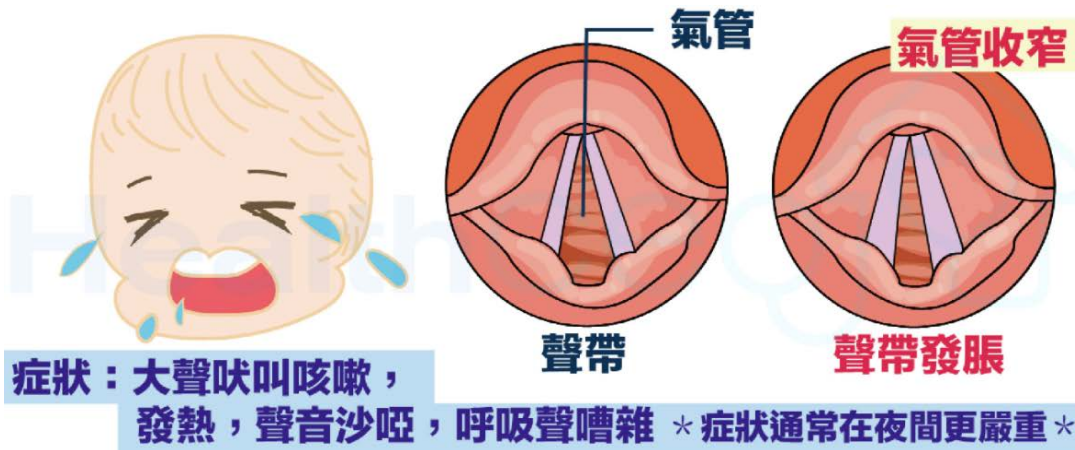
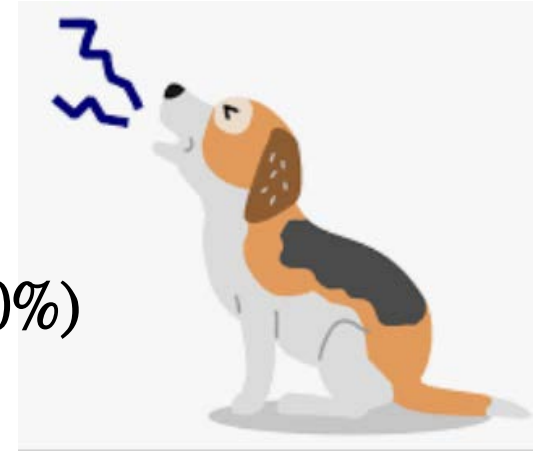
哮吼病 Croup

- 常發生在 6月 至 6歲 的小孩
- 季節: 秋天和早冬
- 潛伏期平均 5 天
- 常見的感染源為病毒: 副流感 Parainfluenza virus, 流行性感冒病毒



哮喘的症狀

- 初期症狀似上呼吸道感染
- 經常會微燒 (50%)
- **犬吠咳嗽**聲和喘鳴聲普遍會發生 (90%)



聲音沙啞



胸凹

哮喘的治療

- 支持療法，簡單講就是症狀治療
- 補充水份，休息，維持呼吸道暢通
- 住院治療：
 - **氧氣和霧氣治療** - 可以減少呼吸負擔，潮濕的水氣可以保護發炎的呼吸道黏膜。
 - 腎上腺素噴霧療法 - 可以改善水腫的呼吸道，有急性緩解的功能。
 - **類固醇** - 可用注射，噴霧，或口服方式短期投予，已確定對中至重度的哮喘有效。



很重要的一點是在整個過程中，應儘量避免小朋友哭鬧，以免進一步加重上呼吸道阻塞。不同於細支氣管炎或肺炎，哮喘的小朋友禁止抽痰

流行性感冒與一般感冒的預防對策

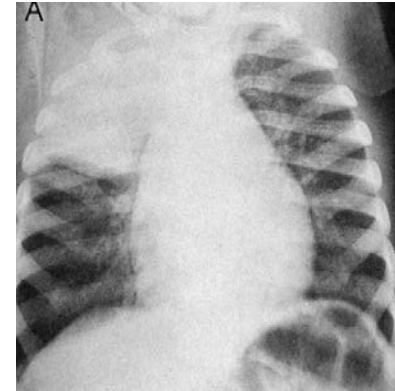
1. **營養**攝取充足，保持足夠的睡眠，不要累積壓力，用心維護**身心的健康**
2. 回家之後記得要先漱口與**洗手**
3. 病毒在低溫乾燥的狀態下才能穩定地生存。請調整濕度與溫度，建立病毒不易棲息的環境
4. 病毒會隨著咳嗽與打噴嚏散播。請戴上**口罩**以免傳染給其他人，感冒初期請服用綜合感冒藥



肺炎

肺炎(Pneumonia)

- 是肺泡腔的急性發炎，肺泡充滿滲出物及發炎細胞，造成炎症反應



分類 臨床表徵	細菌性肺炎	病毒性肺炎	非典型肺炎
常見病原菌	肺炎鏈球菌	呼吸道融合病毒	黴漿菌
年齡(歲)	1~4	出生~2	2~5 以上
侵犯範圍	肺葉及肺小葉	肺泡壁、細支氣管 周圍及肺小葉間	肺下葉及支氣管 周圍
體溫	$\geq 39^{\circ}\text{C}$ 且畏寒	$< 39^{\circ}\text{C}$	$< 39^{\circ}\text{C}$
咳嗽	明顯	乾咳	乾咳且持續很久
治療	抗生素	支持療法	紅黴素

鼻涕一定要吸出來嗎？

“ 鼻涕是為了阻擋病菌入侵而產生的，當鼻腔中有病菌感染時，鼻黏膜就會分泌鼻水、黏液以包覆病菌、把病菌沖出去；因此，在感冒生病期間，只要病菌尚未被免疫系統消滅，鼻水、鼻涕就會持續分泌以阻隔病毒，所以會感覺吸完鼻涕沒多久，鼻腔很快又都是鼻涕，所以強求「把鼻涕吸乾淨」是很不實際的做法喔！ ”



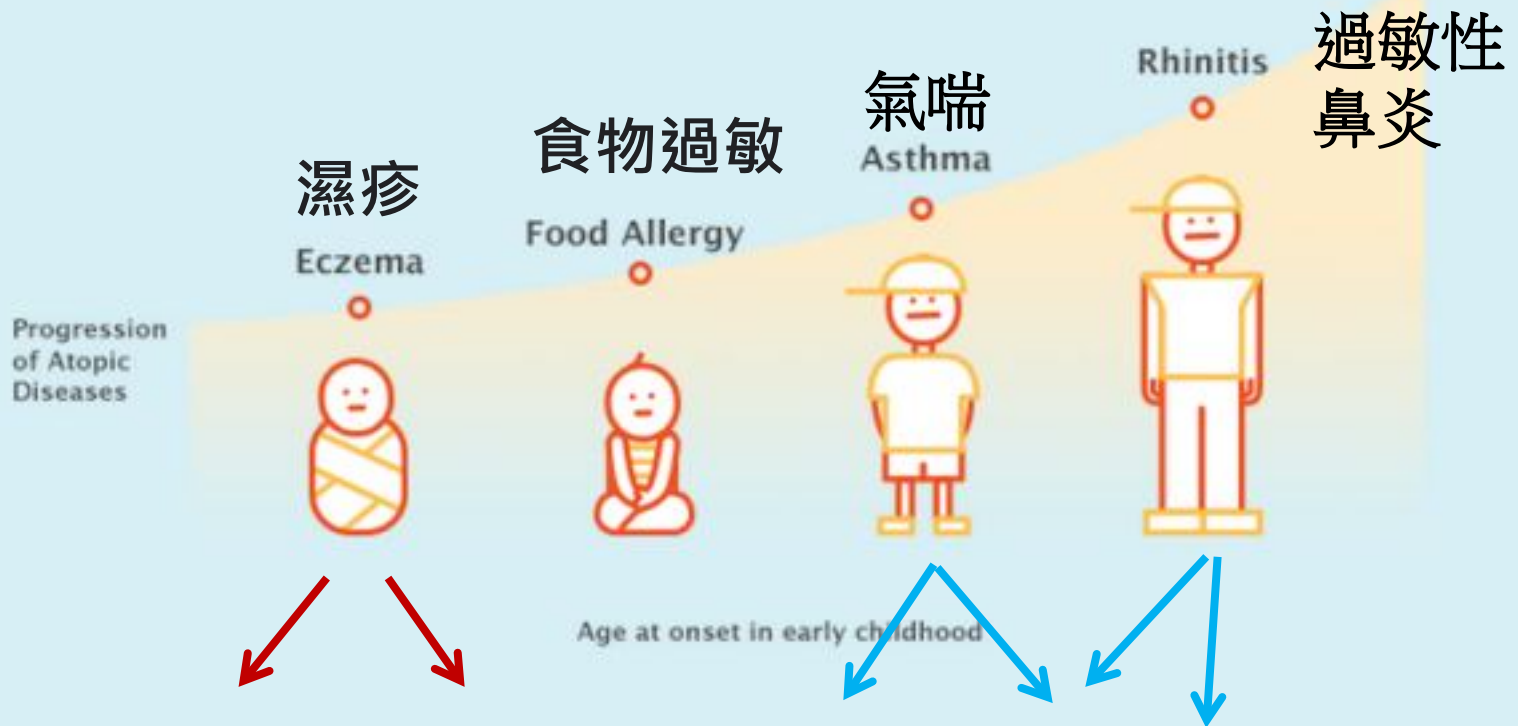
幫助孩子吸鼻涕的目的在於協助孩子舒緩鼻腔的不適，但實際上吸不吸鼻子不會影響感冒病程長短



醫師：這步驟錯更糟糕！！

過敏

「過敏進行曲」



Atopic Dermatitis



Colic



Otitis Media



Allergic Rhinitis



Asthma



Adult Asthma

As many as 40% of infants with atopic dermatitis may become asthmatic by age 4.^{vii}

過敏性鼻炎

- 又稱為鼻敏感、乾草熱、花粉熱、花粉症或季節性過敏性鼻炎
- 因為免疫系統受到空氣中的過敏原影響而導致的鼻炎症狀



徵兆和病症

常持續超過兩個禮拜而且較少會有發燒的情形

過敏性鼻炎

- 遺傳基因還有環境暴露都是造成過敏的原因
- 環境過敏原的誘發: 例如花粉、動物毛髮、灰塵或黴菌
- 診斷方法常仰賴病史
- 藥物: 類固醇、抗組織胺



~~白二烯受體拮抗劑藥 (品名：欣流)~~

什麼是氣喘？

主要特徵：多變和復發的症狀、可逆性氣流阻塞，和支氣管痙攣

- 基因和環境因素：暴露於空氣污染和過敏原
- 氣喘的症狀：喘鳴 (wheezing)、呼吸短促、胸悶、及咳嗽。
- 引發氣喘症狀：病毒感染、居家的過敏原 (如塵蟎、花粉、蟑螂)、吸菸、運動、以及壓力。



氣喘

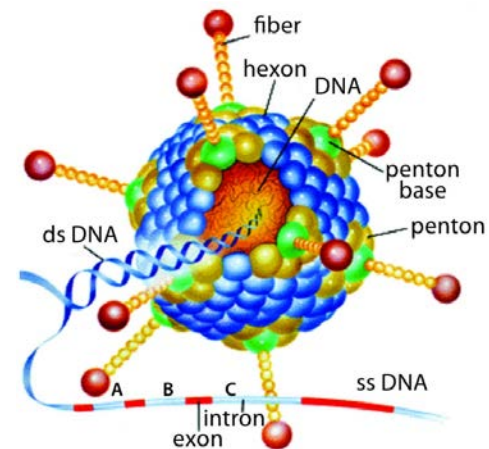
- 氣喘**無法根治**，但可以有效控制
- 藥物亦可能引發氣喘，如乙型交感神經阻斷劑 (beta-blockers)、阿斯匹靈或其他 NSAIDs 類藥物
- 預防: **遠離**氣喘誘發因子
- 避免過敏原和刺激物的接觸，並且規律的吸入類固醇對於控制病情十分有幫助。急性症狀的治療通常是通過短效 β_2 支氣管擴張劑和 口服類固醇
- 預後: 氣喘預後通常是很不錯的
- ~~➤ 白三烯受體拮抗劑類的藥 (品名：欣流)~~



腺病毒

腺病毒

- 經由眼結膜傳染的疾病最常見的是「腺病毒」造成的流行性結膜炎
- 腺病毒有很多型 (50幾種血清型),台灣流行的血清型主要以B群的3型與C群的2型
- 平均年齡為3.7歲 (1.7歲---5.7歲)
- 腺病毒藉由「飛沫傳染」，或是藉由游泳池中的水，使腺病毒進入到眼結膜及咽喉中
- 症狀輕重不一的眼部症狀，常見的症狀是**眼結膜充血**，有**大量黏性分泌物**，通常先發生於一眼，然後感染另一眼。嚴重時會引起角膜炎，或有感冒症狀甚至發燒，稱作**咽喉結膜熱**



腺病毒

➤ 診斷方式

臨床上為診斷是否受到腺病毒感染，可利用病毒培養及快速篩檢兩種方式得知

中耳炎：1-5型。

兩歲以下造成雷氏症候群：7型。

嚴重性肺炎：3、7、21型。

咽喉性結膜炎：3型。

出血性膀胱炎：11、21型。

類似輪狀病毒的腸胃炎：40、41、42型

➤ 治療方式

支持性療法，待病情自行康復即可



其他

尿道感染

- 發生率：3~5%女生，1%男生
- 小於一歲 ♂/♀ = 4/1
- 75~90%**大腸桿菌**之感染
- 臨床症狀：發燒，腹痛，腰痛，嘔吐
- 診斷：尿液培養 — 中段尿 $>10^6$ colonies
- 治療：抗生素 7~14天

膀胱輸尿管逆流

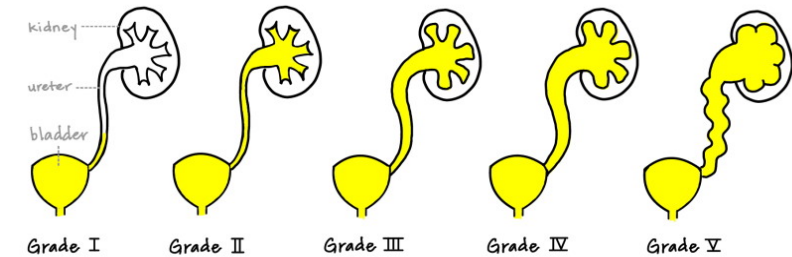
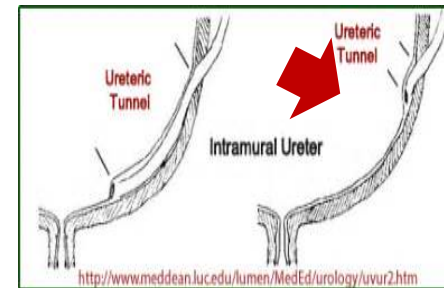
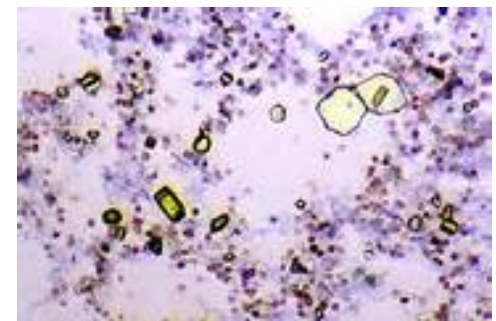


Figure 1. Grading of vesicoureteral reflux (VUR)

尿結晶

新生兒有結晶尿是**正常**現象，
原因多是**水分**（**母乳、奶粉、水...**）**補充不足**，或大量排汗導致



疱疹性齒齦口腔炎

- 好發年齡在一至三歲小孩
- 突然發生
- 時間：4~9天
- 症狀：口腔劇痛、流口水、口咽舌處潰瘍、無法進食、脫水、**口腔惡臭**及頭頸部淋巴腺腫大嘴巴
- 治療：**支持性療法**

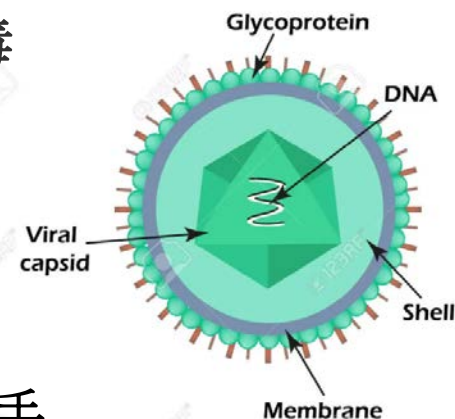


□ 需避免太辣、太鹹、太燙的食物，並鼓勵患者補充水分，必要時還可餵冰淇淋，飲料，布丁，果凍，豆花...



手足口症

- 手足口病是一種高度傳染性的感染
- 它是由**腸病毒**屬的病毒引起：A族克沙奇病毒及腸病毒71型，最常見的是克沙奇病毒 (**Coxsackievirus 16**最多)
- 潛伏期4~6天
- 這些病毒可以通過直接接觸被糞便污染的表面或未洗手而在人與人之間傳播。它也可以通過與感染者的唾液、糞便或呼吸道分泌物接觸傳播
- 很多是無症狀，有些則只有發燒或類似一般感冒症狀，但有些則會出現特殊的臨床表現，如手足口病（hand-foot-mouth disease）、疱疹性咽峽炎（herpangina）



手足口症的症狀

主要分布於口腔黏膜及舌頭，其次為軟顎、牙齦和嘴唇，四肢則是手掌及腳掌、手指及腳趾



發病至痊癒時間一星期



水泡4~8 mm：舌、手掌、腳掌

疱疹性咽峽炎

- A族克沙奇病毒引起
- 特徵
 - 為突發性發燒、嘔吐及咽峽部出現小水泡或潰瘍(咽喉5~15顆1~2 mm紅圈小水泡)
 - 病程為4至6天
 - 病例多數輕微無併發症，少數併發無菌性腦膜炎



同時有肌抽躍（myoclonic jerks）之症狀或併發腦炎、急性肢體麻痺症候群、急性肝炎、心肌炎、心肺衰竭等嚴重病例

Kawasaki Disease (KD) 川崎氏症

- 發燒大於五天
- 以下症狀至少四種
 - 結膜炎
 - 唇裂，草莓舌
 - 手、腳掌紅腫
 - 發疹
 - 頸淋巴腺腫大 ≥ 1.5 公分



BCG scar erythema

手、腳掌紅腫



發疹



結膜炎



草莓舌



頸部淋巴腺腫大



玫瑰疹

- 疱疹病毒 6 and 7.
- 常發生在 6---24個月的小孩
- 發燒很「兇猛」高燒可達攝氏39度至40度 3--4天
- 不舒服
- 最大**特點**是熱退後周身迅速出現皮疹，不痛不癢並且皮疹很快消退，沒有脫屑、沒有色素沉着



猩紅熱

一位6歲的女生來診，媽媽說他開始出現發燒、喉嚨痛、全身紅疹，一檢查喉嚨，看到有化膿性扁桃腺炎



- 是由一群A族鏈球菌所引起，主要是 *Streptococcus pyogenes*
- 全身紅疹，可從軀幹到四肢，某些人會癢
- 需要使用抗生素完整的治療

化膿性扁桃腺



草莓舌



嘴巴周圍
可能相對
較白



皮膚摸起來會有一粒粒沙沙的表現

猩紅熱

流行性腮腺炎（Mumps）

- 副黏液病毒屬（paramyxoviridae）之流行性腮腺炎病毒
- 經飛沫及直接接觸感染病人之唾液傳染
- 好發於腮腺，有時亦侵舌下腺或顎下腺
- 潛伏期約 16－18 天
- 前趨症狀：1～2 天的疲倦、食慾不振
- 臨床表徵：發燒、頭痛、腮腺（耳下腺）腫大、一個或多個唾液腺腫大且壓痛
- 併發症：20～30%成年男性會併發睪丸炎，多為單側，若為雙側，可能導致不孕；5%成年女性則可能併發卵巢炎



Rubella 德國麻疹



Forchheimer's spots



- 風疹的皮疹類型為紅色斑丘疹，最初出現在臉部，並在48小時內擴散至四肢。 皮疹最集中出現在臉部和軀幹，四肢則散在分佈。
- 皮疹在全身擴散被稱為「風疹樣皮疹」。

Measles 麻疹



Koplik Spots

pathognomic of measles !

Typically involve the buccal and labial mucosa. Irregular, patchy erythema with tiny central white specks → 'grains of salt' appearance.

- 紅色斑丘疹：始於臉部→軀幹→四肢。軀幹和腹部皮疹的分佈密度遠高於四肢。臨床表現稱為「麻疹樣皮疹」。
- 類似麻疹的皮疹通常無搔癢或僅有輕微搔癢。發燒及其他徵兆/症狀在皮疹出現後持續48小時，並突然消退。皮疹出現第4天：臉部皮疹逐漸消退，伴隨細小脫屑，並在數天內擴散至四肢。



水痘 (Chicken pox)

- 水痘是由水痘-帶狀疱疹病毒（**varicella-zoster virus**）感染所引起的傳染病
- 潛伏期為2~3週，一般為13~17天
- 具有高度傳染力，可經由飛沫在人與人間散佈，或經由接觸水痘的液體傳染（自出疹的前五天起即有傳染力到第一批水皰出現後5天）
- 感染後會引發紅疹、水泡、發癢、發燒及疲倦等，可能併發嚴重的皮膚感染、疤痕、肺炎、腦炎或死亡，亦可能因病毒再活化而得到帶狀疱疹



癲癇

- ❑ 腦部產生不受控制的電流訊號，導致腦部功能短暫的改變，產生抽搐
- ❑ 重點要先排除次要secondary的原因！！！！能矯正先矯正！
- ❑ 單次的抽搐seizure通常不需要給抗癲癇藥物(AED)，因為2/3的人都不會再復發。癲癇Epilepsy (發生2次以上的抽搐seizure)就會考慮使用

➤超過5分鐘的seizure抽搐即以癲癇重積狀態處理，長時間持續的seizure可能會造成腦部永久性的損傷、最終導致心血管與呼吸上的問題

➤治療急性癲癇發作：
『不要塞東西到嘴巴』『咬到舌頭機會很小』維持復甦姿勢(側躺)、並讓呼吸道維持通暢



嬰兒猝死症

(Sudden infant death syndrome)

- 是指嬰兒在 **1歲** (尤其是二到四個月這段時期為最常見，絕大部分的嬰兒猝死症發生在六個月大以前) 之前突然不預期死亡的現象，且在死後進行驗屍與詳細現場調查後仍找不出死因的情形下才能判定為此症通常嬰兒猝死症通常多發生於睡眠期，發生時段多為**0時至9時**之間，通常並無證據顯示死前 ...
- 發生率約為**千分之零點五到千分之三**左右
- **早產兒**發生嬰兒猝死的機率是足月兒的**三到四倍**



兒搖晃症候群

□ (Shaken baby syndrome, SBS) 首先在1972年由Caffey提出

□ 因劇烈的來回前後搖晃嬰兒，導致嬰兒的頸部在短時間內發生急促震動，因而嬰兒較軟綿的腦組織在堅硬的頭骨內亦隨之晃動，容易造成頭骨下方的靜脈破裂，引發硬腦膜下血腫或蜘蛛膜下腔出血；

□ 眼球玻璃體也因急促晃動引起視網膜出血。

