

### 出生時提供的醫療護理

#### 治療方法

##### 注射維生素K

注射該針劑，以提高寶寶體內的維生素K水平，防止嚴重出血。如果您不希望醫護人員給寶寶打針，寶寶也可口服維生素K。

##### 眼部治療

分娩期間您陰道中的某些細菌會進入寶寶眼中，給寶寶塗抹抗生素眼膏，可防止這些細菌引發感染。如不予以治療，部分感染可導致失明。



#### 您知道嗎

如果您不願讓孩子接受任何治療手段，可以選擇拒絕，但前提是您應當瞭解所有相關資訊。若有疑問或擔憂，請諮詢您的醫護人員。

### 篩查

#### 新生兒篩查

輕刺寶寶的腳後跟抽取血樣，以確定有無必要需要進一步檢查寶寶是否患有罕見的嚴重疾病。及早治療，能預防發育遲緩、生長問題，以及危及生命的病症。若篩查結果為陽性，並不一定意味著寶寶患有某種病症，只表明他可能需要接受進一步檢查。篩查可在您和寶寶出院前進行，如果您是在家中分娩，醫護人員會在您家中進行篩查測試。



#### 試試這些

抽取血樣時，您要安撫寶寶的情緒，嘗試肌膚相觸地將其抱在懷中或哺乳，以此減輕他的疼痛。

### 早期聽力篩查

篩查測試可在意願、公共衛生辦公室以及社區聽力診所進行。寶寶的聽力狀況並非一成不變，因此，如果您將來對孩子的聽力、言語或語言發育情況有所擔憂，應再次讓寶寶接受檢查。



#### 您知道嗎

如果寶寶未能通過早期聽力篩查測試，則需要接受進一步檢查，但這並不意味著他一定有聽障問題。

### 選擇性干預

#### 包皮環切術

切除陰莖前端包裹皮層的手術。加拿大兒科學會不建議孩子接受包皮環切術，醫療服務計畫（MSP）也不報銷該手術費用，但您仍可根據自身的信仰和傳統進行選擇。請您留意，包皮環切術不一定要在嬰兒期進行。



## 免疫接種

甚麼是免疫接種（「打疫苗」/「疫苗接種」）？

在孩子未患病時，就為其做好防護，讓其有能力抵禦疾病。

### 免疫接種的作用

免疫接種能使免疫系統產生抵禦病菌的蛋白質（「抗體」），從而幫助我們保持健康。您讓寶寶接種了預防某種疾病的疫苗，她便具有了抵禦這一疾病的能力。

### 為何要免疫接種？

免疫接種是幫助孩子預防嚴重疾病的最佳途徑，這些疾病包括：

- 麻疹和德國麻疹（也稱「風疹」）
- 流行性腮腺炎
- 乙型肝炎
- 白喉
- 破傷風
- 哮喘（「百日咳」）
- 小兒麻痺
- 腦膜炎
- 水痘
- HPV引起的癌症
- 流感（「流行性感冒」）
- 輪狀病毒

由於加拿大推行免疫接種，上述部分病症目前在本國已很罕見。但引發這些病症的病菌依然存在，沒有接受免疫接種的孩子仍可能患病。



### 您知道嗎

您給自己的孩子接種，也是在保護更廣泛的公眾群體。隨著更多的人接受免疫接種，疾病將更不易傳播，從而使最易染病的高危人群（例如長者、年幼尚不能接種的嬰兒）更加安全健康。

### 何時進行免疫接種

請您務必讓寶寶按時接種相應疫苗。部分疫苗只需接種一劑或兩劑，有些疫苗則需接種若干劑。

在卑詩省，兒童通常需在2個月、4個月、6個月、12個月、18個月、4-6歲、11歲（6年級）和14歲（9年級）時接種，但這一時間表也有可能發生變化。如有任何疑問，請諮詢您的醫生或公共衛生護士，瀏覽immunizebc.ca網站，或撥打8-1-1聯繫HealthLink BC。



### 試試這些

在接種前、接種時、接種後，您可以給寶寶哺乳，或肌膚相觸地把她抱在懷中。您的懷抱會使寶寶感到舒適，吮吸動作會分散寶寶的注意力，您的乳汁中也含有能平撫寶寶情緒、緩解其疼痛的物質。

### 流感針

年滿6個月的嬰兒及其看護人士，應在每年流感季節接種流感疫苗。幼童感染流感後出現重症的風險相對更高。



### 試試這些

使用兒童健康護照 / Child Health Passport（可向您的公共衛生護士索取）或immunizebc.ca應用程式來追蹤孩子的免疫接種情況。

### 免疫接種是否安全？

免疫接種非常安全，部分孩童接種後可能會出現肌肉痠痛或低燒，但症狀通常很輕，且只持續1-2天。



### 您知道嗎

免疫接種後出現嚴重反應（例如高燒）的概率極低。疾病的危害遠勝接種反應的危害，因此不給孩子接種疫苗，反而會使其暴露於更大的危險之中。

## 常見健康問題

### 耳朵感染

耳朵感染，是嬰幼兒出現聽力問題的最常見原因。

#### 您如何知道寶寶的耳中有感染？

出現耳朵感染的寶寶，可能會：

- 煩躁不安
- 感到疼痛
- 將手或拳頭靠近耳朵
- 發燒
- 耳中有液體滲出
- 聽力不佳

#### 您可以做甚麼

如果寶寶出現上述症狀，請立即就醫。



#### 您知道嗎

居住環境中能接觸到香煙煙霧的寶寶，更容易發生耳朵感染。

### 內斜視（對眼）

寶寶未滿6個月時，這是正常現象。

#### 您如何得知？

如果寶寶的雙眼始終向內斜視，或出生6個月後仍有此症狀，便可能已經患病。如果家族中有內斜視病史，寶寶患病的概率也會更高。

#### 您可以做甚麼

與您的醫護人員溝通，或撥打8-1-1聯繫HealthLinkBC。

### 鵝口瘡

一種正常的酵母菌（念珠菌）過度繁殖生長，便會導致鵝口瘡感染。

#### 您如何得知？

得了鵝口瘡的寶寶，可能會：

- 口內出現白點，或尿布接觸的皮膚上起紅疹
- 不願哺乳
- 體重增加過緩
- 煩躁不安，脾氣不佳

#### 您可以做甚麼

在患處塗抹抗真菌乳膏，可治療鵝口瘡。哺乳期間，媽媽和寶寶可能會將感染傳給彼此，所以兩人都需要接受治療。鵝口瘡通常不太嚴重，但您仍需至醫護人員處求診。



#### 試試這些

如果寶寶患了鵝口瘡，您應經常更換安撫奶嘴、奶瓶咬嘴以及任何寶寶會放入口中的物品，或每天將這些物品在沸水中煮5-10分鐘。



#### 特別注意

加拿大衛生部已警示，龍膽紫（也稱結晶紫）會增加罹患癌症的風險。哺乳期間請不要用其治療鵝口瘡或其他任何病症。

### 體溫高 / 發燒



#### 您知道嗎

給寶寶量體溫時，測腋溫通常最為容易，但腋溫有時並不準確。即使寶寶的腋溫「正常」——即在36.5至37.5°C（97.8至99.5°F）之間，她依然可能已經發燒。您需要同時留意寶寶的其他表現和症狀。

#### 您如何得知？

寶寶發燒時，可能會出現以下症狀：

- 面色潮紅、發白，多汗，或後頸皮膚發熱
- 進食 / 哺乳情況不佳
- 對平日喜愛的事物表現得興趣寡然
- 尤為困倦



#### 具體步驟

##### 給寶寶測量體溫

1. 將電子溫度計的前端放在寶寶腋下正中位置。
2. 讓寶寶的手臂貼緊身體。
3. 安撫寶寶的情緒，分散其注意力。
4. 溫度計蜂鳴時，輕輕地將其從寶寶腋下取出。
5. 在另一側腋下重複上述步驟。

不要使用水銀溫度計 / 玻璃溫度計（存在安全隱患）、前額測溫條、奶嘴測溫計或耳溫計（讀數不準確）。直腸溫度非常準確，但前提是您必須有專門的溫度計，並且醫護人員已告知您正確的使用方法，且您對這樣做也不會感到不適。

| 方法 | 正常體溫範圍                        |
|----|-------------------------------|
| 腋下 | 36.5 至 37.5°C (97.8 至 99.5°F) |
| 耳內 | 35.8 至 38°C (96.4 至 100.4°F)  |
| 口腔 | 35.5 至 37.5°C (95.9 至 99.5°F) |
| 直腸 | 36.6 至 38°C (97.9 至 100.4°F)  |

### 您可以做甚麼

如果寶寶出現發燒跡象，或是其體溫已超過上表上的正常範圍，請諮詢您的醫護人員，或致電8-1-1與HealthLink BC聯繫。讓寶寶多哺乳（或讓她攝入更多水分），並脫去厚重的衣物。

醋氨酚（Tylenol / 泰諾）能有效緩解症狀，但給寶寶用藥前，請諮詢您的醫護人員或HealthLink BC（致電8-1-1）；用藥時，請遵循包裝上的指示說明。



### 緊急醫療狀況

如果寶寶還未滿3個月且出現發燒，請立即向醫護人員求診，以排除罹患嚴重疾病的可能。



### 危險

切勿給寶寶服用阿司匹林或其他任何含有乙醯水楊酸（ASA）的藥物，這些物質可能會損傷他的大腦和肝臟。如果寶寶還不滿6個月，請在諮詢醫護人士後，再給寶寶服用布洛芬（兒童專用Advil 或 Motrin）。在給寶寶使用任何新藥物之前，請務必先諮詢您的醫護人員。

## 食物過敏

進食後發生的潛在危險反應。

### 您如何得知？

食物過敏反應的程度從輕微到嚴重不等，通常在吃下食物的幾分鐘後便有症狀。寶寶可能會出現蕁麻疹、皮膚發紅、起皮疹、鼻塞、流鼻水、眼部刺癢、流淚等症狀，也可能伴有咳嗽或嘔吐。

一旦對某種食物過敏，那麼每次吃到這種食物時，都會發生過敏反應。

部分孩子在成長過程中，食物過敏會逐漸消失。醫護人員可以為孩子診查，確定孩子是否依然對某些食物過敏。

### 您可以做甚麼

如果您認為寶寶對某種食物過敏，請不要再餵食這種食物，並諮詢您的醫護人員。



### 試試這些

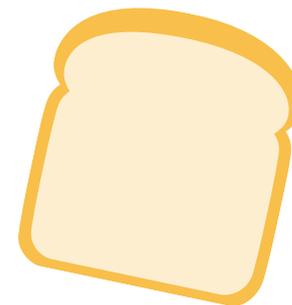
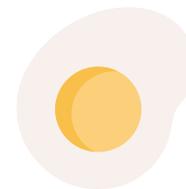
母乳餵哺有助於預防過敏。請參閱[瞭解食物過敏](#)，學習如何逐步將常見的食物過敏原納入寶寶的飲食中。



### 緊急醫療狀況

如果孩子出現以下任何症狀，請立即撥打9-1-1。

- 口舌或咽喉腫脹
- 不斷增多的蕁麻疹塊
- 呼吸或吞嚥困難
- 不停地咳嗽或氣喘
- 聲音嘶啞或啼哭
- 面部或嘴唇蒼白或發紫
- 虛弱、無力或暈倒



## 黃疸

因血液中膽紅素水平過高而引起一種疾病，表現為皮膚和眼白發黃。

### 您如何得知？

黃疸症狀一般在寶寶出生後的第一週裡發生於其面部和胸部，可持續數天。絕大多數情況下，增加哺乳次數，症狀便會自行消退。寶寶出院前，醫護人員可能會為其檢查是否有黃疸症狀。在此後隨診時，您的醫護人員也會做相關檢查。



### 緊急醫療狀況

在罕見的情況下，黃疸可能非常嚴重，如不予以治療，可引發長期病症。如果寶寶看起來很睏倦，不願飲水，並且皮膚或眼白發黃，請立即致電醫護人員。

## 尿片疹

尿片周圍區域因潮濕、酵母菌感染，或是接觸到肥皂、香水或油而發紅、疼痛。

### 您可以做甚麼

您可採取以下方法，緩解尿片疹症狀：

- 尿片被弄濕或弄髒後，立即更換
- 清潔寶寶時僅用乾淨的溫水，不要用肥皂，然後充分拍乾，再抹上薄薄一層含鋅乳膏
- 每天有幾段時間不給寶寶使用尿片
- 使用無香型的祛味劑和濕巾
- 清洗布尿片時，在水中加入醋
- 不要給寶寶穿塑料隔尿褲

如果尿片疹5天後仍不見好轉，或疹子主要長在皮膚褶皺處，又或是出現水泡、流膿、起屑、塊狀結痂等症狀，請聯繫您的醫護人員。

## 其他皮疹

### 您如何得知？

寶寶出生後的幾週裡，臉上可能會長出凸起的小白點（「新生兒痤瘡」）。出生後最初的幾個月中，身上也可能出現紅色斑點。

### 您可以做甚麼

這兩種皮疹都會自行消退。如果皮疹突然變紅、發癢並出水，請聯繫醫護人員。

可嘗試以下方法，減輕寶寶不適：

- 讓寶寶保持溫暖即可，不要太熱
- 每隔一天或兩天，給寶寶洗溫水浴，洗浴時間要短
- 給寶寶穿全棉衣物
- 用少量不添加藥物成分的無香型乳液塗抹身體，幫助保濕
- 不要使用帶香味的肥皂、乳液或衣物柔軟劑



### 您知道嗎

寶寶的肌膚非常敏感，塗抹的產品越少越好。先用少許產品在寶寶的皮膚上進行測試，此後也應儘量少用。諮詢醫護人員，瞭解哪些產品適合寶寶使用。

## 脂溢性皮炎

### 您可以做甚麼

寶寶的頭皮上有些許皮屑，是正常現象。如果皮屑較脆，可嘗試將一滴無香味的油在患處抹開，然後輕輕捋去皮屑，再將油跡沖洗乾淨。

## 咳嗽和打噴嚏

新生寶寶會咳嗽、打噴嚏，但這是為了疏通鼻子和肺部，並不意味著寶寶感冒了。除非醫護人員建議，否則不要給寶寶服用止咳藥或感冒藥。

## 便秘

### 您如何得知？

出生數週後，有些寶寶每天都會排便，有些則可能每週僅排便一次。二者都是正常現象。即使寶寶沒有便秘，他在排便時也可能發出用力的聲音，面頰漲紅。

### 您可以做甚麼

如果出現以下情況，請與您的醫護人員聯繫，或撥打8-1-1聯繫HealthLinkBC：

- 出生不到2週的寶寶每天排便少於2次
- 糞便乾硬，寶寶排便困難，且這種情況持續超過一週
- 糞便中帶有顏色鮮亮的血

只可給寶寶使用醫護人員開具的瀉藥、栓劑和灌腸劑。



### 您知道嗎

嚴格母乳餵哺的寶寶極少便秘。

## 嘔吐

### 您如何得知？

大多數寶寶都會吐。有時寶寶打嗝，也會帶出一些吐出物，但寶寶一般不會因此而不適。

嘔吐則是更為強迫式的身體反應。如果寶寶吐出的液體超過幾湯匙，就可能發生脫水。

### 甚麼是噴射狀嘔吐？

乳汁或配方奶從口中非常強勁地呈弧形噴射而出，有時甚至會噴射幾英尺遠。噴射狀嘔吐通常在餵食後立即發生，但也可能在數小時後發生。部分情況下，這意味著寶寶胃部和腸道之間的通道過窄，也就是所謂的「幽門狹窄」。幽門狹窄可以治癒，但需要立即進行治療。



### 緊急醫療狀況

如果出現以下情況，請立即聯繫您的醫護人員：

- 寶寶喝不進水，或看起來已經脫水
- 吐出物中有血跡
- 寶寶吐時發生噎塞、口堵或面色青紫
- 發生噴射狀嘔吐

## 腹瀉

### 您如何得知？

如果寶寶糞便稀稠，且臭味明顯，可能是發生了腹瀉。一般來說，腹瀉可在家中自行治療，您只需給寶寶餵食大量奶水或配方奶（如果寶寶一直在喝配方奶），情況便會有所好轉。



### 緊急醫療狀況

腹瀉導致的脫水，會使寶寶很快生病。如果寶寶出現以下情況，請立即就醫：

- 非常睏倦，難以叫醒
- 口舌極乾
- 眼睛極乾，沒有眼淚，或較平日眼淚更少
- 較平日排尿更少，24小時內濕尿片不足4片
- 頭部出現柔軟的凹陷區域
- 心跳加速
- 眼窩凹陷
- 皮膚灰白

## 頭部扁平區域

寶寶的頭骨柔軟，所以如果始終由頭部的同一區域承重，這一區域可能會變的扁平，但未來很可能會漸漸復原。

### 您可以做甚麼

您可以採取以下方法，防止頭部某一區域扁平：

- 每天進行數次肚肚時間（俯臥時間），其間應確保寶寶非常清醒，且有人在旁照看（見健康習慣）
- 抱著寶寶時，常常變換姿勢
- 每天輪換寶寶睡眠時的方向，交替睡在嬰兒床的兩頭（始終確保寶寶仰臥）
- 寶寶每次坐在彈力椅、嬰兒鞦韆、嬰兒推車和汽車座椅中的時間不應超過1小時



### 您知道嗎

寶寶頭部出現扁平區域，並不會影響其大腦發育。



### 試試這些

如果要長途駕車，請每小時停車休息，並將寶寶從汽車座椅中抱出。

