

NICU（新生兒加護病房）的發展性照護

Traditional Chinese translation of “Developmental care in the NICU”

歡迎來到 Beth Israel Deaconess Medical Center 的新生兒加護病房。從您的孩子進入加護病房到離開病房那一天為止，我們每一天都會盡全力讓您的孩子感到舒適。我們有一位職能治療師 (occupational therapist) 和一位物理治療師 (physical therapist) 可以幫助孩子的成長和發育。下列的一些建議能夠協助您瞭解孩子的發育需求。



我們會試著讓孩子從母體轉換到 NICU (新生兒加護病房) 的過程盡可能地順暢。孩子在出生前已經習慣處在一個非常安靜且黑暗的環境之中，在這個環境下，子宮壁會過濾所有的聲音和光線。當孩子體驗到您的肚子正在緩慢震動時，堅固的子宮壁可以使孩子平靜下來。

離開這個受到控制的環境後，孩子需要一些時間才能適應新的世界。為了使轉換過程更加順暢，同時增進孩子的舒適感並提供孩子最好的醫療照護，NICU (新生兒加護病房) 的人員均接受過完善的訓練。

您可以做下列這些事來幫助自己的孩子：

如果您的孩子未滿 34 週

1. 請讓孩子處於黑暗的環境中。如果孩子在保溫箱 (isolette) 中且不必接受照光治療 (phototherapy)，您便可使用一塊深色毯子來覆蓋保溫箱。這將有助於改善孩子的睡眠品質。
2. 盡可能保持安靜。輕聲地對孩子說話。孩子不喜歡響亮的噪音或多人談話的聲音。有些父母會使用心跳聲來幫助孩子平靜下來。不久之後，孩子也會喜愛音樂。
3. 不需進行照護時，請讓孩子睡覺。照護過程是與孩子互動的最佳時機。睡眠對孩子的成長極為重要。
4. 當您觸摸孩子時，請在固定的範圍內以一定的力道觸摸他。孩子不喜歡微弱的觸感或搓揉。只需將您的雙手放在他的頭、肚子或腿上，孩子便會感到安全且知道您就在自己的身邊。將他的雙手放在臉的旁邊，以使孩子平靜下來。

如果您的孩子已滿 34 週或更大

大多數孩子會在 34 至 37 週之間經歷「人格改變」。孩子清醒的時間更多、更容易互動且可能已經能夠和您一起玩耍。每個孩子會在不同的時間點達到這樣的狀

態。當您的孩子已經做好準備，護士、職能治療師或物理治療師會建議您進行特定活動。

1. 所有孩子 (只有少數特例) 均會只改採仰睡。對孩子而言，這種睡眠姿勢是最安全的。在家時，孩子如果側睡或趴睡，請幫他轉身，讓他仰睡。如需更多資訊，請與您的照護團隊進行討論。如需額外資訊，請致電仰睡運動 (Back to Sleep Campaign)，電話為 1-800-505- CRIB (2742)。
2. 您可以開始朗讀故事或播放音樂給孩子聽。孩子也喜歡聆聽您的聲音。這是與孩子進行互動的好方法，並且可以促進孩子言詞和語言能力的發展。
3. 俯臥時間：在孩子清醒並有人仔細看顧的情況下，讓孩子採俯臥姿勢來玩耍是很重要的。這將有助於孩子發展滾動和爬行所需的肌肉。將您的孩子放在乾淨、堅固的表面上。每天練習幾次，讓孩子能夠適應。孩子如果在俯臥時睡著了，請幫他轉身，讓他仰睡。
4. 其他有趣的玩耍姿勢包括讓您的孩子側躺或讓他坐著跟您玩。當孩子側躺時，請讓他呈「C」形姿勢 (背部呈圓弧)。採這種姿勢時，孩子能夠更輕易地把雙手放在臉的前方，並且開始使用初步的手眼協調技能。

讓孩子坐在嬰兒床裡或您的大腿上，讓他在練習控制自己的頭部和軀幹肌肉的同時，進一步與他人進行互動。藉由把孩子的雙手放在一起，或者放在臉的旁邊並輕輕地撐著他的頭部，將有助於維持孩子的舒適感。

5. 嬰兒座椅：這個年齡的孩子通常喜歡坐在嬰兒座椅裡，以便開始探索自己周遭的環境。嬰兒座椅除了可以讓孩子看到周圍的事物，也能讓孩子與自己的托兒者進行互動。當孩子坐在嬰兒座椅裡時，您不需要上下晃動孩子或使用震動工具，因為對某些孩子而言，這些動作可能會產生過度的刺激。
6. 觸覺和玩具：您的孩子喜愛體驗不同的質感和表面。具有不同質感、色彩鮮艷和不同聲音的玩具可以促進孩子的早期學習過程。當孩子的鼻頭與物品距離 8-12 英吋時，孩子能將它看得最清楚，此外，他也喜愛色彩鮮艷或具有不同圖案的玩具。

如果您對孩子的發育有任何問題或想要取得額外的建議，我們很樂意與您當面討論。請您的護士與職能治療師／組長 (OTR/L) 艾琳戈德布拉特 (Erin Goldblatt) 或物理治療師 (PT) 史黛西亞當森 (Stacey Adamson) 聯絡。

本資料由 Beth Israel Deaconess Medical Center 復建服務部 (rehabilitation services) 和小兒科 (neonatology) 的臨床醫生所提供。由 Beth Israel Deaconess Learning Center 製作發行。

Beth Israel Deaconess Medical Center ©2005 保留所有權利

MC1621 12/05