

## 一、什麼是腸絞痛？

目前對於造成的原因仍無定論，可能是剛出生嬰兒的腸道蠕動功能還不夠成熟。常見於出生二星期至三個月大嬰幼兒，高峰期在四到六星期，通常症狀是在一天中的某個固定時間發生，大多在傍晚5時至8時及半夜零時前後，常令新手父母不知所措。

## 二、症狀：

無特別疾病嬰兒一天至少哭 3 小時、一星期至少哭 3 次，且持續 3 週以上。沒有合併其他嘔吐、解血便、腹瀉或發燒的症狀。



## 三、護理指導：

1. 哺餵母乳，降低腸絞痛的發生。因母乳中的蛋白質較易消化與吸收，哺餵母乳比較不會引起腸絞痛反應。對於較敏感的寶寶，牛奶蛋白可能會引起腸絞痛的症狀，如果無法哺餵母乳，則可改試水解蛋白的配方，以減少大分子牛奶蛋白對寶寶腸胃道的刺激；對於餵母乳，飲食也要注意不要吃太過刺激的食物，少吃辛辣或海鮮、巧克力、堅果類等高過敏原的食物。

### 2. 支持性療法

(1)重溫在子宮裡的蜷曲姿勢：將寶寶抱在懷裡，讓他的腿部弓起、身體略呈屈曲狀態，如同在子宮內的姿勢，並讓寶寶聽爸媽的心跳，藉由親子肌膚接觸來安撫寶寶。

(2)腹部按摩：手掌心以順時鐘方向，繞肚臍 1 公分外作環狀按摩。按摩時手掌必須稍微用一點力輕壓，不要只是摸摸肚子表皮。約按摩 5~10 分鐘。



(3)嬰兒飛機抱：有利於寶寶排除胃裡面的空氣的，可用來緩解嬰兒腸絞痛。嬰兒趴著的姿勢放在一隻手臂上托著，另一隻扶著嬰兒的背脊，托頭頸的那隻手確保寶寶頭部側過去，枕在你的肘彎里。前臂收攏，讓寶寶身體側面靠在你身上，防止寶寶翻出去。但要注意，餵過奶後不建議飛機抱，容易讓寶寶吐奶、打嗝。



中山醫療社團法人  
**中山醫院**  
Chung Shan Hospital

## 嬰兒腸絞痛之護理指導



### 3. 藥物治療

藥物對腸絞痛目前並無證據顯示有明顯效果，若需使用先請醫師評估，請勿嘗試其他無根據的偏方。

如對護理指導有問題請洽詢  
中山醫療社團法人中山醫院  
地址：臺北市仁愛路四段112巷11號  
電話：(02)2708-1166 #2220  
圖片摘自網路

105.5 制、112.05 檢

現代醫療，傳統照顧