

## 親子同室與嬰兒安全

當媽媽與寶寶的狀況穩定，在產後的4小時內就可以開始實施親子同室，讓寶寶與媽媽在同一病房內接受護理師的照護，以方便在寶寶想吃奶的時候就能哺餵母乳，避免來回嬰兒室奔波疲累，且有助於親子關係建立和育嬰技巧的學習。

### 壹、執行親子同室，依寶寶需求哺餵母乳

- 一、方便媽媽學習躺著餵奶，不須往返嬰兒室，可增加媽媽休息時間。
- 二、依寶寶需求哺乳移出乳汁，媽媽乳房不易發生腫脹、乳腺炎。
- 三、產後儘早開始親子同室，依寶寶需求哺乳，奶水會較早來，可促使胎便較早排出，較少黃疸的發生。
- 四、夜間媽媽泌乳激素濃度較高，夜間哺乳可使乳汁分泌較多。
- 五、一對一的照顧，媽媽可以即時回應寶寶，滿足寶寶的需求。

### 貳、執行親子同室期間的感染管制

- 一、加強洗手，在接觸寶寶前要洗淨雙手。
- 二、感冒的媽媽只需配戴口罩仍可哺乳，不需刻意隔離，若家中有感冒或腹瀉的人，請勿來訪。
- 三、家屬抱寶寶時可穿上隔離衣。



### 參、同室期間安全的注意事項

- 一、推行親子同室時，會與您正確核對寶寶的手腳圈以確認身分。

- 二、病房走道設有監視系統 24 小時連線中控室，且定時有護理師及警勤巡邏，以維護安全。
- 三、請勿將寶寶交付給陌生人、或單獨留在病房內，隨時都須一位照顧者在旁照顧，不要讓寶寶離開您的視線範圍，若需要短暫離開(包括如廁、沐浴、購物等)，務必通知病房護理師協助，或將寶寶推回嬰兒室由護理師照顧。
- 四、親子同室期間吐奶的預防與處理：
  - (一)可能與寶寶的胃容量較小，或食道的肌肉張力未完全有關；在餵食量過多、脹氣厲害、或肚子用力時，則會將胃裏剛喝下去的奶溢流出來。
  - (二)哺餵母乳時，要將乳頭緊貼寶寶小嘴來吸吮，避免嘔嘔有聲，以免吸入過多空氣。
  - (三)媽媽於餵奶後 30 分鐘，可讓寶寶右側臥或將嬰兒床的床頭抬高，以減少寶寶發生溢奶或吐奶時嗆到的危險。
  - (四)若寶寶有吐奶的情況，要將寶寶抱起拍背並給予清潔，需要時通知護理師協助。

#### 肆、您不可不知道的嬰兒猝死症：

- 一、『嬰兒猝死症』是突發危急寶寶性命的事件，與種族有關，東方國家的發生率遠低於西方國家。醫學上定義為：「一歲以下嬰兒突然死亡，且經過完整病理解剖、解析死亡過程並檢視臨床病史等詳細調查後仍未能找到死因者。」其發生率約為千分之 0.5~千分之 3 左右。
  - 二、醫界目前仍找不到其確切的原因，認為是多重因素與危險因子所造成。危險因子包括：趴睡、與人同床共寢、過熱的環境、暴露於二手菸環境與早產等。
  - 三、依據國內外小兒科醫學會建議：不要趴睡，一歲以下嬰兒每次睡眠都應該仰睡，甚至側睡也應避免。
- #### 伍、排除呼吸道阻塞因素，預防寶寶睡眠中發生意外
- 一、寶寶應該仰睡。仰睡並不會增加嗆奶的機會。
  - 二、趴睡易導致嬰兒猝死症，可能是嬰兒於睡夢中驚醒的神經反應不佳，所以易發生窒息事故。
  - 三、側睡因為容易翻身成趴睡，所以不建議側睡。

- 四、床墊應平滑不可太軟，除了床單，身體下面不宜有其他物品(如棉被、毯子、填充玩偶...等)。
- 五、使用毛巾被或毛毯，應裹在寶寶胸部以減少蓋住臉部的機會。
- 六、睡眠環境不可太熱，不要穿太多衣服或戴帽子。
- 七、不可和大人同睡，多胞胎或其他兄弟姊妹也要避免同床共寢。



### 以仰睡為原則

床鋪表面必須堅實，床鋪外可使用床單包裹，勿使用太軟的床鋪，防止寶寶陷下去。

頭部周圍勿放置雜物，如：玩具。

睡眠區域不可有鬆軟的物件，如：枕頭、填充玩具、被蓋。



勿讓寶寶睡沙發、椅子及大人的床上，建議同室不同床，防止與大人同睡時寶寶被棉被掩蓋。

注意通風，避免穿著太多衣服或過度包裹。

## 陸、諮詢服務電話

(02) 89667000 轉 4441 (4D 病房)

(02) 89669000 (預約掛號專線)

## 柒、參考資料

洪志秀、曾英芬(2021)·產後期的護理·實用產科護理·(八版,456-513頁)·台北市:華杏。

---

## 捌、複習一下(是非題)

問題 1.( )產後儘早開始親子同室，依寶寶需求哺乳，奶水會較早來，可促使胎便較早排出，較少黃疸的發生。

問題 2.( )勿將寶寶交付給陌生人、或單獨留在病房內，隨時都須一位照顧者在旁照顧，不要讓寶寶離開您的視線範圍。

問題 3.( )寶寶應該仰睡。仰睡並不會增加嗆奶的機會。

正確答案 問題 1：○ 問題 2：○ 問題 3：○

編印單位:護理部 4D (Obs-001)
編印日期:2007 年 06 月 06 日第 1 版
修訂日期:2022 年 08 月 31 日第 5 版
全院編碼:亞東醫院出版品 (SH285)
材物編碼:MS4905D087
宗 旨: 持續提升醫療品質 善盡社會醫療責任
願 景: 成為民眾首選的醫學中心