

早產兒之物理治療介入

汐止國泰綜合醫院 復健科 物理治療組編印
著作權人：汐止國泰綜合醫院復健科物理治療
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

■ 定義

早產係指懷孕週數滿 20 週，但未滿 37 週之生產；早於 37 周出生的嬰兒數量眾多，許多存活下來的孩子也有較高風險面臨發展遲緩或是視力、聽力等問題。而出生體重低於 2500 公克稱為低出生體重，低於 1500 公克者稱為極低出生體重。

■ 流行病學

根據世界衛生組織(WHO)統計人數每年有 1500 萬的嬰兒未足月便出生，約占嬰兒總數的 10%，台灣則約為 8.5%左右，每年大約有 100 萬名嬰兒死於早產後的併發症。

■ 早產的原因

- ✓ 多胞胎：胎兒數量越多，早產機率越高、早產週

數也越小

- ✓ 子宮、胎盤問題：前置胎盤、子宮頸閉鎖不全等。
- ✓ 母體疾病：如糖尿病、高血壓、子癲前症等等
- ✓ 孕期間感染：如細菌感染至子宮內造成發炎。
- ✓ 孕婦狀態：高齡、子宮頸短等狀況的孕婦早產機率較高。
- ✓ 胎兒狀態：胎兒過大、胎兒畸形、胎兒生長異常等等。
- ✓ 不良習慣：抽煙喝酒、藥物濫用。

■ 早產兒常見的神經行為問題

- ✓ 張力過低或過高
- ✓ 原始反射不足
- ✓ 吸吮能力不足
- ✓ 視覺聽覺定向問題
- ✓ 行為躁動

■ 物理治療介入

1. 擺位

- 透過合適的築巢擺位，提供早產兒支持性的生長環境，維持良好的姿勢，可減少能量耗損。
 - 擺位時應給予身體適當的支撐，確保軀幹及四肢不懸空，能平穩的受到支撐，可適當利用毛巾或包巾等物品來協助築巢。
 - 為了達到神經行為發展目的，模仿子宮內發展環境，想像早產兒在子宮內，四肢蜷縮的屈曲姿勢，且被子宮壁安穩的包覆著。
 - 築巢時應維持生理性屈曲，因此在擺位時應盡量協助維持寶寶的生理性屈曲姿勢。包括肩關節、髖關節及膝關節都應維持屈曲，此外應讓肩胛骨保持前凸動作。
- ✓ 家長可讓寶寶側躺，讓寶寶保持在全身屈曲姿

勢，並在雙手和雙腳間放置毛巾捲，讓寶寶有良好的支撐，並在四周以毛巾等物品做為圍巢，提供類似子宮的包覆感。任何物品都有造成窒息的可能，因此毛巾捲和其他擺位用具都應該遠離寶寶的臉。

2. 頭部控制訓練

- 對於早產兒頭部回到中線的能力是非常重要的，將有助於環境的探索多以，觸覺、視覺、聽覺刺激頭部與肢體動作。
- ✓ 家長可讓寶寶保持在坐姿，讓寶寶身體稍稍往前傾誘發頸部伸直的動作，反之，往後傾則可誘發屈曲動作。

- ✓ 讓寶寶在躺姿下，使用搖鈴在左右兩側給予聲音刺激，誘發寶寶做轉頭動作，訓練時應讓寶寶處於清醒且不哭鬧狀態。

3. 上下肢肌力訓練

- ✓ 家長先被動幫寶寶的上下肢作交替伸直彎曲的動作，之後可以只做彎曲並輕拍寶寶的肢體做出伸直動作，可以就單一肢體先做練習。

■ 結論

足月後的早產寶寶，也會和足月兒一樣經歷坐站爬走的動作發展，對於早產兒來說，定期的發展篩檢絕對有其必要性。藉由發展篩檢，及早發現發展遲緩或疑似遲緩的個案，並適時提供早期介入服務，讓每個早產寶寶都能發揮其最大潛能。而早產寶寶的成長需要比足月

兒更多的關注與支持。無論是住院期或是出院後，家長
須更清楚了解孩子的發展里程碑

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師或治療師討論

若有任何疑問，請洽

汐止國泰綜合醫院復健科 (02)26482121 轉 3662

我們將竭誠為您服務！