

早起宝宝 养育手册

从不足月出生到长大的幸福，
为那个希望加油



目录

内容

004	出版社
006	早起宝宝住院和出院
008	早起宝宝出生的原因
010	早起宝宝的住院治疗和手术
026	早起宝宝出院后的护理
042	住院治疗费补贴项目案例
	裴拉率早起宝宝的故事
046	早起宝宝康复治疗
048	早起宝宝和脑瘫
050	脑瘫症状及治疗
057	康复治疗的正确姿势和运动
070	康复治疗费补贴项目案例
	崔柱昊早起宝宝的故事
074	早起宝宝营养管理
086	早起宝宝养育要领
106	早起宝宝常见问题解答
124	《拯救多顺的微弱呼吸》项目介绍
126	the beautiful foundation 介绍

● 发行《早起宝宝养育手册》

从不足月出生到长大的幸福，
为那个希望加油

为支持所有早产儿健康成长，帮助早起宝宝家庭在逆境中战胜挫折，带着这样的使命从2004年开始的早起宝宝支援项目《拯救多顺的微弱呼吸》不知不觉就迎来了15周年。

迈向世界的第一步对任何人来说都是一件奇妙的事情。但是对于在保温箱内冰冷的治疗器械缝隙里急促呼吸，需要战胜每一天的早起宝宝来说，这也是非常艰难的一步。家人看着孩子那小小的身躯继续艰难地斗争时，总是会更加忧虑。

《拯救多顺的微弱呼吸》无法估量所有的困难，但怀着想在身边为早起宝宝家庭带来些许帮助的心情，我们在2008年首次出版了早产儿养育手册。为了通过提供养育早起宝宝的专业信息，减轻早起宝宝家庭无法预知未来的不安感，及早帮助早起宝宝进行必要的治疗，我们决定要向早起宝宝家庭提供帮助。



提前降临到这个世界的孩子
克服不足月出生的痛苦
怀着极大的希望成长的我们所有人
都珍爱的孩子们

十年来，在4版印刷中，我们共出版了4万本早起宝宝养育手册，并分发给需要所需信息的家庭和机构。这次第5版发行重组了出版第1版后的养育信息，添加了最近变得至关重要的早起宝宝和家人的心理情绪支持方面的内容，努力为早起宝宝家庭提供更加多样化和丰富的养育信息。

《拯救多顺的微弱呼吸》不忘初心，今后将继续成为守护在早起宝宝家庭身边的坚强力量。我们相信今后早起宝宝们一定会有很大的可能性和潜力，让更多早起宝宝从微弱的呼吸中怀着巨大的希望成长。

在这里，我们向为帮助《早起宝宝养育手册》的发行而提供大力支持并撰写原稿的执笔者金基洙、金惠媛、申孙文教授、安善英营养师和沈孝贞所长致以衷心的感谢。

The beautiful foundation

《拯救多顺的微弱呼吸》

从不足月出生到长大的幸福，
为那个希望加油

早起宝宝 住院和出院

早起宝宝出生的原因
早起宝宝住院治疗 and 手术
早起宝宝出院后的护理

早起宝宝住院和出院¹

第一医院
儿童青少年科
申孙文教授

早起宝宝出生的原因

为什么我们的孩子会早出生？

我很讨厌把“未熟儿”这个听起来让人很抗拒的词作为我们宝宝的另一个名字。“未熟儿”这个词可能有些人会产生误会，认为这好像是指某种不成熟、不能保持正常状态的意思，但这个词的原本含义不是这样的。在医学上，通过计算妊娠周数，将在37周以内，即在36周+6日之前分娩的孩子称为“未熟儿”。

很多人因“未熟儿”这个称呼，认为孩子一辈子都会过着不成熟的生活。担心孩子会以比其他孩子少些什么的状态下成长。但是事实上，即使是“未熟儿”的孩子，大部分都能够和其他孩子一样健康地生活。孩子们一出生就会在新生儿重症监护室住一段时间，不能和妈妈在一起，这是令人心碎的事情，但如果他们在重症监护室里好好地接受治疗，那么大部分孩子以后都会健康地成长。因此，为了强调不成熟的意思，有人主张称未足月出生的孩子为“早产儿”。但是医学书籍中经常写着“未熟儿”。

早出生的孩子根据体重的多少来区分并命名。出生体重不足

¹ 本手册原稿摘自申孙文教授著作《养育出茁壮的早起宝宝》（贤文社）。

2,500g的称为低体重儿，不足1,500g的称为极低体重儿，低于1,000g的称为超极低体重儿。体重较轻的孩子也有较高的生存概率，所以会区分体重较轻的孩子，给他们命名。但是在这本手册里，我们决定把早出生的孩子命名为市民参与下共同起的韩文名字“早起宝宝”。

早起宝宝出生的原因

没有妈妈会认为自己的孩子会早出生，也没有人想要自己的孩子早出生。但是突然早产是因为在预产期之前妊娠无法再持续。早产的原因有孩子自身原因、妈妈的胎盘问题、子宫问题，以及妈妈得病等。

早起宝宝出生风险上升的情况



胎儿

◆ **胎儿的原因** 胎儿窘迫、双胞胎、溶血性疾病、胎儿水肿



母体

◆ **胎盘的问题** 胎盘的问题：胎盘不全、前置胎盘、胎盘早剥

◆ **子宫的问题** 子宫双角症、子宫颈无力症

◆ **产妇疾病** 妊娠中毒、产妇慢性疾病、感染、使用药物(可卡因)



其他

◆ **其他** 其他：早期胎膜破裂、羊水过多、外伤

现在我们的孩子该怎么办？

早起宝宝们接受了几个月的集中治疗后，在医院长大，然后到妈妈身边。因为这是需要住进重症监护室接受重症监护的特殊情况，所以早起宝宝只能在新生儿重症监护室中与妈妈分开，而不能住在普通病房。但是这段时间是代替需要在妈妈体内成长的时间。

早起宝宝住院治疗 and 手术



在新生儿重症监护室…

因为早起宝宝需要特殊治疗，所以一出生就无法与妈妈好好相处，急忙转移到名为“新生儿重症监护室”或“新生儿集中治疗室”的地方。即使无需进入重症监护室，惊慌失措的父母也会不知道该怎么办。

大部分医院都会在孩子出生后立即做很多措施，所以只允许父母在很短的时间内看看孩子。并且在紧急治疗后才允许看到孩子。因为出生后不久是对早起宝宝来说紧迫而又重要的时间。

当你再次见到一个玲珑、小巧的孩子时，孩子的身体上可能已经粘着很多装置了。尤其是与孩子身体连接的的显示器发出的“哗哗”的响声，这会使父母的心惊慌失措。

新生儿重症监护室

这是婴儿出院前停留的住院室。这个地方没有在普通的病房里看到的病床，只有保温箱(新生儿保育箱)静静地躺在那里。孩子就是在这个保温箱里接受治疗的。

在新生儿重症监护室治疗期间，孩子使用的机械设备除了保温箱外，还有可称为新生儿床并安装有放热器的婴儿集中治疗台 (Infant Care System)、人工换气机、患者监视器(新生儿监视器)、液滴注射器、透照器、光线治疗机、人工呼吸面罩和袋子等多种设备。这些设备用电线或管子连接到孩子的身体上，使孩子看起来好像躺在多种设备里。但是这些设备会守护孩子们的生命。

保温箱

婴儿不能自己维持体温，皮肤薄，水分流失多，所以保温箱是调节温度和湿度，发挥重要作用的特殊床。它还充当为防止病菌入侵而保护孩子的隔离病房。很小的婴儿在某些情况下，单靠保温箱可能难以维持体温，所以在保温箱里使用热保护膜(塑料盖等覆盖物)，穿上帽子或衣服，有助于保持体温。

婴儿集中治疗台

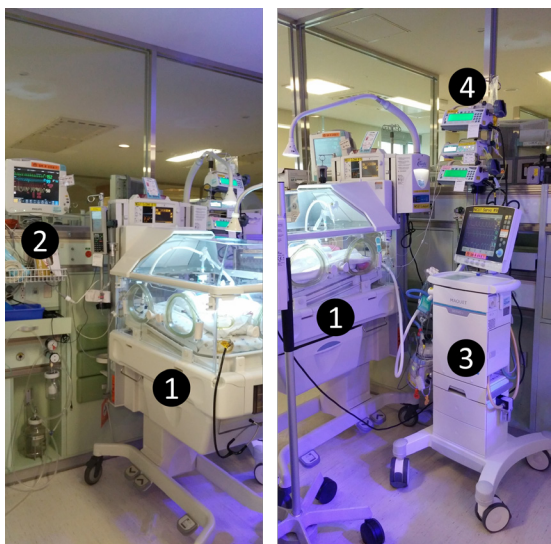
安装有放热器的婴儿集中治疗台是一张特殊的床，婴儿在进行多种治疗的期间躺在这上面。婴儿躺着的床的高低和角度可以调节，为了保护婴儿体温，上面还安装有放热器，以及治疗用的照明设施和光线治疗机。



人工换气机

也称为人工呼吸器，是帮助孩子呼吸的设备。婴儿的肺还不成熟，出生时无法自主呼吸，所以使用这种替代将空气推入婴儿肺部然后抽出的装置。

如果有的婴儿呼吸太困难，在普通的人工换气机无法帮助婴儿充分呼吸的情况下，能够让婴儿一分钟的呼吸次数超过300次，非常快，能够像振动一样呼吸的机器。



正在集中治疗的早产儿的样子。各种设备安装在孩子周边。

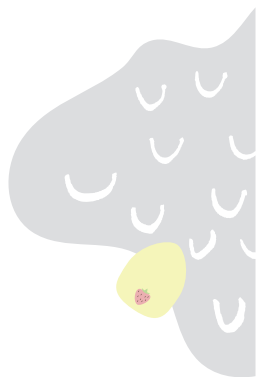
- 1 保温箱(保持孩子体温并防止感染的早产儿床)
- 2 显示器(持续测量婴儿心率、呼吸数、血压、氧饱和度等的装置)
- 3 呼吸机(帮助呼吸困难早期宝宝进行呼吸的机器)
- 4 液滴注射器(一台能非常精确地定量注射液的机器)

患者监视器(新生儿监视器)

婴儿的保温箱床头有一个显示器屏幕，上面显示有多个图表。该设备就是患者监视器(新生儿监视器)，它通过图表和数字持续显示婴儿的心电图、呼吸模式形状、血压、氧饱和度等。通过这款显示器屏幕能够一目了然地了解婴儿的各种状态。为了能够使医疗护理人员迅速得知婴儿需要重新照看的状态，显示器上设置了警报音(警报)，如果检测到婴儿状态有可能变得不好，就会发出“哔哔”的声音。去看孩子的时候不时响起的就是那个声音。每当有声音的时候，父母都会担心发生了什么事，但即使孩子没有任何异常，设备也会因为孩子的肢体动作而经常发出警报音。因此，听到声音的时候不必太过惊吓。

注射/输液注射器

对于小婴儿来说，注射也很困难。所以为了给孩子的细血管注射，必须使用非常细的注射针。当然，注射药也要慢慢地给药，所以一般不能像成年人输液时那样给药。应该用一个叫做输液注射器的装置，将注射药物少量地输入血管。因此，婴儿状态恶化的时候，给婴儿的每种药都需要单独调节数量，所以有时一名婴儿身上会连接五六个输液注射器。在婴儿脐带尚未脱落的头几天，为了测量血压，也会将一个小管子（称为导管）放入脐带里，进行输液。婴儿的血管很细，所以有时注射药会漏出来，导致皮肤受伤，留下疤痕，需要以后治疗。当然，药物溢出不是因为医生操作不当导致的。



黄疸

婴儿出生后不久皮肤会变黄，这是一种被称为黄疸的现象。这种现象是要用光线治疗机治疗的，小婴儿对黄疸的抵抗力较弱，所以在保温箱和婴儿集中治疗台中安装有这种光线治疗机，以对婴儿进行治疗。

我们孩子要经历的难关

呼吸困难综合征

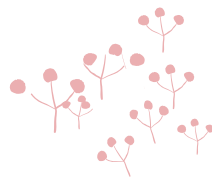
婴儿出生后第一次经历的难关是呼吸困难综合征。胎儿在妈妈肚子里的时候，肺里完全没有空气，出生后肺里要进入空气，所以婴儿像成年人一样舒服地呼吸需要经历艰难的过程。换句话说，婴儿的肺里必须充满空气，这样才能轻松呼吸，早起宝宝即使呼吸也不能使空气停留在肺里，所以胸部总是起伏，孩子每次呼吸的时候都要竭尽全力呼吸空气，很辛苦。所以每当呼吸的时候，胸部下方就会凹陷下去，发出哼哼的声音，甚至皮肤发青，出现青色症现象。

要经历这种困难的原因是，早起宝宝的肺部发育不健全，肺部中一种叫作表面活性剂的物质产生得少。这种物质要到怀孕35 ~ 36周左右才能制造出很多，这时空气进入肺部，肺泡才不会破裂，而是保持不变，这样就能保持形状。但是如果这种物质不足，肺泡就会再次变瘪。



给婴儿连接管子进行人工呼吸的样子

为了进行人工换气，将气管内管(①)插入婴儿呼吸道中，用管子(②)连接到人工换气机上，帮助婴儿呼吸。给孩子供应营养的管子(③)通过嘴巴进入胃部。



气管内管

为了帮助呼吸，在孩子的气管(呼吸道)里放一根称为气管内管的管子。(气管内管是指通过孩子的嘴进入喉咙的管子。事实上，它是在呼吸道而不是食道里，所以不会听到孩子的哭声。)将气管内管连接到人工换气机上，通过机器帮助婴儿呼吸。这是关于一段期间内进行人工呼吸的故事。

表面活性剂

除了进行人工呼吸的治疗外，医院还会进行将缺乏的表面活性

剂物质直接放入孩子肺部的治疗。这种肺部表面活性剂是用药物研制的，使婴儿们更容易渡过第一道难关。等到婴儿的呼吸变得不那么苦难的时候，就可以适量减少人工呼吸，拔掉脖子上插着的气管内管，然后向婴儿的鼻子中插入管子，以此来帮助婴儿呼吸，这种治疗方法称为“正压换气”。



通过鼻子给孩子正压换气的样子

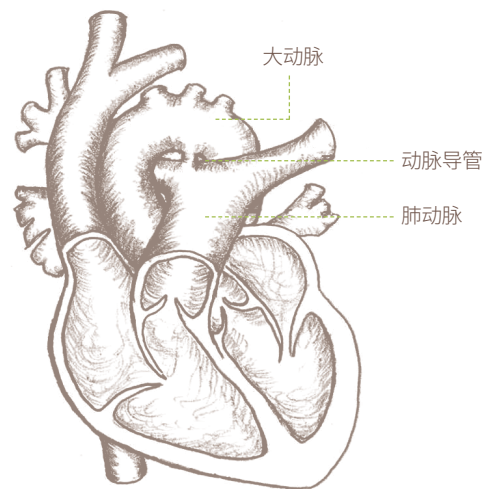
气胸

在接受呼吸困难综合征治疗的时候，孩子的肺里经常会漏出空气，变成气胸。这是空气进入肺部时肺部不均匀膨胀，某些部分拉伸得太大，其他部分不能很好地拉伸，从而导致空气从肺

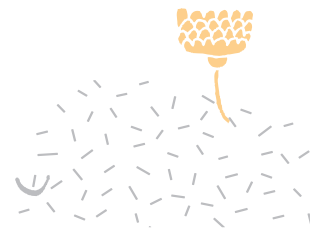
部泄漏出来的症状导致的结果。如果空气漏得太多，呼吸困难会加剧，这种情况下可能会需要把管子插到胸口，进行排出空气的治疗。

动脉导管未闭症

早起宝宝也容易出现动脉导管未闭症。人的心脏有两条大动脉，一条是把血液送到整个身体的主动脉，另一条是把血液送到肺部的肺动脉。孩子在妈妈体内的时候，称为动脉管的血管连接在两条动脉之间，但孩子出生后，正常情况下这条通道会堵塞。但是早起宝宝们堵塞这条通道的速度很慢，开放着的时间很长，两条动脉之间持续存在流血时，会给心脏带来负担。动脉导管未闭症有时可以用药物治疗，但如果多次药物治疗依旧不能关闭动脉管，有时还会需要动手术。



从心脏伸展出的动脉和动脉管



早产儿呼吸暂停

婴儿结束人工呼吸治疗后，自主呼吸时有时无呼吸的现象称为呼吸暂停。在婴儿患有病菌入侵引起的败血症或电解质代谢异常等疾病时很容易出现，但早起宝宝常常会在没有特别原因的情况下出现呼吸暂停。所以我们称之为早产儿呼吸暂停。对呼吸暂停医院也进行药物治疗。如果药物治疗不好，可以进行正压换气，或者再次进行人工换气。

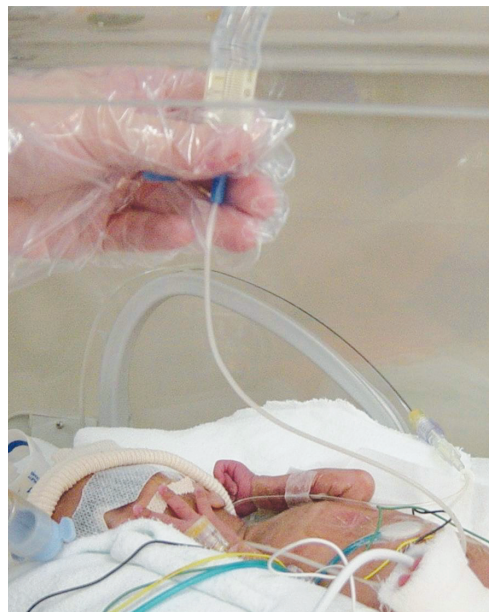
脑室内出血

婴儿的大脑里有一个左右对称的像塑料袋一样的结构，称为脑室，婴儿的脑室底部是聚集了很多神经细胞的软弱地方，容易出血。不是受伤出血，而是在有很多血管聚集的脆弱地方容易出血。这叫作脑室内出血。脑室内出血有时会导致孩子状态突然恶化，贫血加剧。体重越小的孩子，越早出生就越容易出现脑室内出血问题。出血严重的时候，婴儿会变得苍白，并且可能会发生痉挛。轻度出血不会留下任何后遗症，但出血严重的情况则会很危险。所以在新生儿重症监护室里，即使孩子没有什么症状，也要进行多次脑超声检查。

脑室周围白质软化症

做脑超声检查的另一个原因是，除了脑室内出血外，还有助于检查脑室周围是否发生了白质软化症。像电话线一样的纤维集中经过的地方称为脑室周围的白质，它们向名为脑室的部位外部传达神经细胞的命令。如果这个地方变得脆弱，在超声波检

查中出现异常，那么出现的症状就被称为白质软化症，这也是因为早起宝宝们很容易发生，所以要进行检查。出现这种异常时，根据严重性，可能会出现不同程度的运动障碍后遗症。



用管子进行管饲的样子

坏死性肠炎

如果孩子呼吸困难，在接受多种治疗的同时，孩子的状态稳定下来，那么便开始用管子喂奶。妊娠期必需满34周左右，诞生的婴儿才能自己吸住妈妈的乳头或奶瓶乳头，所以在此之前只能用管子给孩子喂奶。这样一点一点地开始用管子吃，有时会遇到困难。那就是可能会发生坏死性肠炎。这是一种主要发生在早起宝宝身上的肠炎，婴儿肠道受伤坏死，严重的情况是



肠道出现孔洞，进而恶化成腹膜炎。这是因为婴儿的肠道很脆弱，另外病菌入侵也是原因之一。患上坏死性肠炎的症状是肚子鼓起，也有可能出现混着血丝的稀便。得了这种病，就要给孩子禁食，接受药物治疗，如果肠道严重受伤，还会进行肠道切除手术。这是照顾新生儿重症患者的所有家人都担心的疾病之一。

新生儿败血症

婴儿在保温箱里生长的时间取决于体重。并且根据婴儿患病的多少，住院时间也有差异。婴儿住进新生儿重症监护室期间总是担心的疾病就是新生儿败血症。免疫功能还没有成熟的早产宝宝在抵抗病菌入侵方面的能力较弱。如果病菌不断进入血液中循环，引起全身疾病的状态称为败血症。无论怎样彻底消毒，怎样照顾孩子，也无法完全防止看不见的病菌入侵。患上败血症后，婴儿呼吸会再次变得不规则，有时还会出现呼吸暂停，体温调节不好。孩子的动作看起来减慢了，整体状态看起来不好，这是常见的事情。在这种情况下，用抗生素治疗，大部分都可以恢复，但如果在非常紧急或严重的情况下，也会发生致命的情况。

我们的孩子该吃什么？



早产宝宝是通过医生放到其胃里的管子吃东西的，直到成熟，然后吃妈妈的奶水或奶粉。因为早产宝宝还不能吸吮和吞咽。

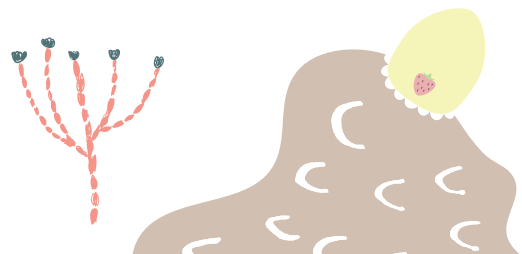
医生会用管子喂早产宝宝吃很少的奶或奶粉，但这些喂食量是不足以提供所需营养的，所以在孩子的饭量达到足够之前，医生会给孩子注射营养剂。

即使用管子喂奶水或奶粉，如果孩子的肠道蠕动很好，那么医生也会一点一点地增加喂奶量。如果妊娠时间达到了28个周以上，那么婴儿的消化功能大部分都是发达的，消化少量的奶是不会对肠道造成负担的。

妈妈的奶水(母乳)

尤其对早产宝宝来说，与奶粉相比，妈妈的奶水有很多优点。除了能够增强免疫功能，增强对感染的防御能力外，还能够为婴儿补充所需的多种营养素，对婴儿带来很大的帮助。有助于婴儿智力的发展和视力的发展。还能够减少婴儿的整体患病概率，尤其是对坏死性肠炎、呼吸道感染和过敏性疾病的发生有着很强的预防作用。

虽然所有的妈妈都有想喂母乳的心，但由于孩子在住院，妈妈对孩子的状态很担心，并且妈妈无法直接给孩子喂奶，所以早产宝宝的妈妈是不可能以舒适的心情产奶的。但是妈妈能够为了孩子做的事，也就是为孩子加油的最好方法就是喂妈妈的奶水。所以最好让妈妈产出奶来，勤快地带到医院给孩子吃。我们用图表来说明如何使妈妈产出奶来。



让妈妈产奶的诀窍

- ◆产后尽快开始挤奶。
- ◆使用可以同时两侧乳房进行吸奶的电动吸奶器。
- ◆每三小时吸奶10至15分钟，直到开始涨奶。
- ◆在增加奶量的期间，在吸出最后一滴奶水之后，再吸2分钟(总共20~30分钟)。
- ◆每天至少吸奶5次，共吸奶100分钟以上。
- ◆奶水出来前用温湿布擦拭，吸奶期间对乳房进行按摩。
- ◆妈妈要保证6个小时以上的持续睡眠休息时间。



如果孩子无法立马吃妈妈的奶水，则要冷藏，并在48小时内喂孩子吃。如果在这期间不能喂奶，那么吸出来奶水之后要立即冷冻。冷冻的时候，在冷藏室和冷冻室分离的冰箱中可以存放3个月左右，所以要事先确保足够的空间来存放。

妈妈将奶水吸出来之后存放的要领是，在吸奶之前先把手洗干净，然后在存放奶水的容器上准确地记下孩子或妈妈的名字、日期和时间，然后吸奶，分成孩子吃一次的量来存放。如果对两侧乳房同时吸奶，则在吸出最后一滴奶水来之后再吸1~2分钟。开始出奶之后，通常要吸15分钟左右。如果是分别对一侧吸，则在第一个乳房里出奶速度减慢，或者出不来奶水的时候，对另外一侧乳房进行吸奶，全部吸完后，再对第一个乳房吸5分钟，然后对另外一侧乳房也再吸5分钟。因为后奶中含有大量的脂肪成分，并且热量很高。妈妈将吸出来的奶水带到医院的时候，请使用放冰或冷冻包的保温箱。

母乳强化剂

如果婴儿能够按照每1千克100毫升的量吃妈妈的奶水，那么只靠妈妈奶中含有的营养素是不够的，所以要通过含有蛋白质、钙和磷等成分的母乳强化剂补充妈妈的奶水，保证婴儿获得足够的营养。

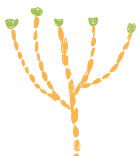
早起宝宝会缺乏维生素，所以从给婴儿喂足够的维生素开始，要坚持喂综合维生素。因为早起宝宝没有从妈妈那里得到足够的铁元素，所以要充分补充铁，如果通过喂奶无法获取一天的摄入量，则还要喂铁补充剂。有些产品是糖浆剂，婴儿会很容易接受。

这么小的孩子还需要动手术吗？

早起宝宝跟“足月”出生的婴儿不同，早起宝宝是不足月出生的，所以可能会患上各种疾病。其中有一些疾病会导致婴儿需要动手术。这么小的孩子怎么做手术？这些孩子怎么能忍受手术？给婴儿动手术在过去是难以想象的事情，即便是如今，除非是有足够设施的大医院，否则这是不可能的。因此给婴儿动手术是一种很专业的治疗。

动脉导管未闭症

第一个需要手术的疾病就是动脉导管未闭症。如前面所述，主动脉和肺动脉之间留有血液流动的血管，但是早起宝宝经常会出现不能很好地将其闭合或者闭合后又再次打开的情况。针对



这种情况，首先用药物治疗，但如果用药物治疗不能很好地闭合，则必须动手术将这些血管捆起来。如果不做手术，血管的开放会持续对心脏造成负担，使婴儿陷入心力衰竭的状态。动手术时须要全身麻醉，这不是对心脏做的手术，而是将婴儿的肺打开，找到称为动脉管的血管，然后将其绑在一起，或者用夹子抓住。手术很安全，大部分都能够顺利完成。但是有动脉管血管的地方，附近会有很多大血管，所以在极偶尔的情况下会伤到这些血管，导致血管受伤、出血，进而造成肺部受伤，出现气胸。动手结束后需要几天的时间来恢复，肺部的状态和呼吸状态会因孩子而异。

坏死性肠炎

坏死性肠炎也有需要动手术的情况。发炎后肠道受伤，为了使尚未受伤的部分肠道保持健康，必须用手术去除已经受伤的部分。手术前进行全身麻醉，然后进行开腹手术，切除肠道的坏死部分，然后缝合。如果肠道的坏死部分明确，连接的部分干净，则能够立马缝合，但是大部分情况下为了使受伤的肠道能够康复，医生会把肠道切开的两端临时在孩子的肚子上打孔，然后把它们拿出来，这样孩子的粪便就能出来了。为了让孩子的大便从肚子中出来而创造一条新的路，这听起来很陌生，但必须理解为使孩子能够更快地恢复而所需的过程。粪袋虽然在肚子上贴着，但是也会带上尿不湿用来遮盖。通常出院前会再次接受手术，但如果提前出院，就要进一步详细学习护理方法。

早产儿视网膜病

早起宝宝需要接受的另外一种婴儿手术就是早产儿视网膜病。早起宝宝的视网膜血管正处于成长到眼睛前面的过程中。因此，如果正在生长的视网膜血管受损，受损部分就会出现新的血管，形成疤痕，视网膜被拉出、脱落，导致视网膜脱离。据说，在过去不了解这种病的时候，很多早起宝宝出生后都会失明。

最近，只要是体重很小，出生很早的婴儿，眼科专家老师都会定期来新生儿重症监护室检查视网膜。如果视网膜病严重或范围广泛，会给视力带来问题，则会进行药物治疗，或者实施冷冻手术、激光手术。相当多的早产儿视网膜病会自行停止发展，出现退行，但一旦进入危险状态，就要进行上述治疗。如果早产儿视网膜病进一步发展，发生视网膜脱离后，为了粘贴掉落的视网膜，可以进行像创可贴一样，在眼球外部按压脱落的部分，也可以进行手术，清除拉动视网膜的眼睛的玻璃体。即使这么严重，迅速动手术也有助于保全孩子的视力。

脑积水

脑室内出血大部分程度不严重，可自行恢复，但如果脑室内出血严重，且出血范围扩大，则会导致出现脑积水后遗症。脑袋里的脑室变大称为脑积水，在这种情况下，脑袋里充满水的脑室会不断变大，进而导致大脑会被压伤。所以要进行手术，把管子放入婴儿脑袋里的脑室中，把另一端放到肚子里(准确地说是在腹腔里)，然后做手术，把积水排入腹腔内。



腹股沟斜疝

早起宝宝在腹股沟附近容易发生腹股沟斜疝，隆起的肿块可见或可触摸。这种腹股沟斜疝本身并不用太过担心，但肠子会被推下来，无法再次进入腹腔。如果其中发生扭转，那么肠道里血液就无法通过，进而发生受伤。发生这种情况时则需要紧急手术，对孩子也有危险。所以原则是，孩子长大到可以接受手术时，在整体状态良好的时候事先动手术。早起宝宝出院前经常做手术。手术是麻醉后，在疝气区域的腹股沟上切开一点，找到疝气发生的部分，然后扎进去。通常手术后恢复得会很快。

早起宝宝出院后的护理

婴儿什么时候能回家？

早起宝宝经过人工呼吸等治疗后，如果摄取营养充足，体重就会逐渐增加。体重到什么程度后可以回家呢？在过去，体重在2.5公斤之前的婴儿必须在医院的保温箱里接受治疗。但是最近发现即使婴儿的体重比这一数字小，也能很好地抵抗，所以经常提前出院。

婴儿只有在从保温箱里出来躺在摇篮里也能很好地自行保持体温，消化足够的热量，并且不管是妈妈奶水还是奶粉，都能出现体重上升的趋势，才能够回家。当然，如果还剩下无法在家里继续的治疗，或者检查未完成，就不能出院。

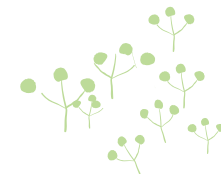
出院前需要完成哪些检查？

只有体重很轻、很早出生的早起宝宝才必须完成眼科老师的视网膜检查，以确认有无常见于早产儿的视网膜病的发生和发展过程情况。血压也要测量，脑超声检查也要确认。因为早起宝宝的听力下降风险会增加，所以出院前或出院后必须进行听力检查。通常，早起宝宝会伴随有疝气，所以要检查是否有疝气，然后才能出院。

需要治疗的问题都得到解决，判定婴儿可以独立成长了，那么就可以出院了。但是患有慢性肺疾病的婴儿经常难以完全切断氧气治疗。与其住院几个月直到氧气治疗结束，和妈妈分开，不如计划在家继续氧气治疗，这样才能出院。

孩子，你真优秀， 现在回家吧

过了很多困难的关头，我们棒棒的孩子快要回家了，这时该做什么准备呢？妈妈很激动，一方面又很担心。为了减轻忧虑，在婴儿回家之前，必须与新生儿重症监护室的负责医务人员进行充分商谈，练习照顾孩子的要领。如果事先没有做好充分的准备就出院了，那么什么都会担心，带回家的第一天妈妈就要睁着眼睛熬夜。要准备孩子穿着出院的婴儿衣服，外面包着的包被，还要好好准备孩子要住的房间的环境。



孩子要穿的衣服

孩子要穿的衣服要准备柔软的棉制衣服。由于孩子的体格还比“足月儿”小，所以最好给早起宝宝穿上衣服。如果穿了足月儿的衣服，为了保暖，脖子上还要加一个纽扣。

温度或湿度

婴儿住的房间的温度和湿度现在可以和满月出生的孩子一样。温度在24 ~ 25℃左右，湿度在30 ~ 60%左右为宜。炎热的季节，即使有孩子的房间也能开空调。但是一般来说，孩子的抵抗力很弱，所以要事先把空调过滤器清洗干净。如果有孩子的房间湿度低，请使用加湿器。加湿器的水里也会滋生细菌，所以建议使用加热式的加湿器。如果不是加热式的，则应该事先把加湿器清洗干净，每天换水。

体温

孩子回家后，每天测量几次体温是最安全的做法。测量孩子体温的体温计包括水银体温计、耳温体温计、电子式体温计等。虽然使用测量直肠温度的水银体温计最准确，但水银体温计有破裂的危险，因此不建议使用。耳温体温计很容易受测量耳朵有耳垢或耳朵接触的地方的温度影响，因此可能不准确。用电子体温计在腋下测量是最安全和方便的。用电子体温计测量时，事先用手抓住传感器部分，将温度加热到足够高的程度，然后紧贴在孩子的腋下，靠紧胳膊，直到体温计停止工作。如今市面上有一种末端弯曲的体温计产品，这种产品非常适合婴

儿使用。

限制外部人士的探访

孩子回家后，最好限制外部人士的探访。因为孩子的免疫力还很弱，容易感染，所以尽量减少病菌和病毒传播的机会至关重要。孩子的哥哥姐姐们也需要控制，尽量不让其进出婴儿室。大人如果怀疑患有感冒、肠炎等传染性疾病，最好不要进出婴儿房间，这样才是帮助孩子健康成长的方法。老人家即使有些不舍，也要好好说明，让他们理解。

氧气(呼吸)器或监视器

孩子使用氧气(呼吸)器或监视器时，必须将婴儿床放置在周围有电源插座的地方，以使设备能够靠近孩子运行，而婴儿房间必须配备电话，以便在紧急情况下能够联系到。此外，紧急时要联系的电话号码要事先用贴纸等贴上。

婴儿用汽车座椅

我们经常能够看到在孩子出院的那天，父母把孩子抱在怀里乘车回家的。这是抱着曾经如此想抱的孩子走出的第一步，这个画面真的是很令人感慨。但是考虑到孩子的安全，是不能抱着孩子乘车的。在乘用车后座的驾驶座对角座上安装婴儿用汽车座椅，将孩子放躺在汽车座椅上，观察孩子，这才是正确的方法。当然，孩子必须朝后躺着。因为没有早起宝宝汽车座椅，所以最好让孩子躺下，在旁边用毛巾或毯子填满空隙。



孩子长大的样子应该以什么时候为基准查看？



矫正年龄

进行出生登记时，以孩子出生的日期为生日进行登记。所以出生的那天是生日。但是如果以生日为基准来看早起宝宝们的成长和发育的情况，就会觉得比其他孩子发育和生长得都晚。所以很多人说，出生为早起宝宝的孩子会“迟到”。但是考虑到孩子的成长和发育，只有把那个孩子的出生预定日期视为生日，才能正确地计算。换句话说，提前2个月出生的孩子如果实际年龄为9个月，则为“9个月 - 2个月 = 7个月”，相当于7个月实际出生之日起算的年龄。这叫做矫正年龄。

也有从预计出生日期开始计算发育过程的方法。例如，假设预计出生日期为5月1日的孩子在3月1日出生。如果那个孩子第一次翻身是在10月1日，那么也就相当于从实际出生之日开始，到7个月才翻身。但是以预计出生日期来看，相当于5个月开始翻身，所以这属于发育正常。

用这种矫正年龄观察孩子成长和发育情况的做法通常到2 ~ 3岁左右就可以停止。因为在一周岁之前，几个月的生长和发育有很大的差异，但长大后就没有太大的差异了。但是如果孩子是非常早出生的非常小的早起宝宝，则须要参考矫正年龄的时间会更长，如果孩子的实际出生日期与预计出生日期没有太大差别，那么早出生的孩子在两周岁之前的生长情况就会与足月出生的孩子无异。

孩子出院后还会出现持续的问题或者困难吗？

如果是早起宝宝，人们往往会认为孩子会有很多缺陷。但是实际上大多数早起宝宝都能够健康地成长。可是如果孩子出生得早，经历了很多难关，那么也有可能出现以后长期持续的问题。即使有后遗症或残疾，也要坚信随着时间的推移是可以克服这些困难的，照顾好孩子。

早产儿诊所(新生儿后期护理诊所)

出院后，早起宝宝会在门诊见到负责孩子的医务人员，因此早起宝宝家长可以在早产儿诊所、新生儿后期护理诊所等以多种名义开设的诊疗室里，按照日程接受门诊诊疗。

出院后的检查事项中最重要的是孩子的生长和发育情况检查。因为出生时不足月并且体格小，所以照顾孩子长得和其他孩子一样好是最重要的，而且每个孩子都存在自身的医学问题。因此，接受其他没有亲自照顾过孩子，而且对孩子状态不太了解的医疗人员的诊疗，对孩子来说是不合适的。在门诊进行诊疗的时候，负责新生儿的专业老师们委托孩子需要的其他专业医生进行诊疗，指导家长在适当的时间接受治疗。因此，应该接受在针对早起宝宝诊疗积累了专业经验的医务人员的指导。

慢性肺部疾病(支气管肺发育不良)

长期接受人工换气治疗的婴儿和虽然孕周少但是没有接受过人



工换气治疗的早起宝宝，可能会在恢复期再次出现呼吸困难的慢性肺部疾病，遭遇困难。孕周越少，婴儿出生时的体重越低，患这种病的风险就越大。慢性肺部疾病是一种叫作支气管肺发育不良的疾病。早起宝宝出生后支气管会受到多种原因的损害。最终导致肺部换气困难，无法尽早停止人工呼吸机治疗和氧气补充疗法治疗。

氧气和监视器

经过长时间的人工呼吸机治疗，或者氧气治疗没有结束，最终准备氧气和监控器出院。患有慢性肺部疾病的早起宝宝必须摄取足够的营养，但水分不能摄取过多。因为摄入过多的水分会给早起宝宝的肺部带来负担。血液中的氧气浓度必须保持适当，这样才能顺利恢复，而不会对肺部造成损伤。为了进行人工呼吸机治疗，如果长期插入气管内管，请考虑通过气管切口将人工呼吸机连接到颈部的手术。大部分婴儿恢复得很快，稍微超过预计出生日期后一段时间就可以回家了，即使没能完成氧气治疗，出院后大部分早起宝宝都会在两周岁之前停止氧气治疗。

即使到了出院的时候，如果是只有继续吸氧才能维持氧气浓度的婴儿，也可以准备在家使用的氧气后出院。氧气桶的容量、可用时间等要事先了解并准备，使用前必须接受培训，以更好地观察监视器和孩子的状态。如果通过鼻子给孩子吸氧，为了不让孩子用手把氧气管拔掉，应把氧气管塞到耳朵后面，这样有助于把氧气管放入衣服里。并且要根据孩子的发育情

况，留下足够长的氧气管，确保孩子能够自由活动。如果孩子接受了气管切口，家长也要知道如何吸痰，以及如何消毒和管理插入氧气管的气管切口。

早产儿视网膜病

需要长期观察孩子的问题中有一种是早产儿视网膜病。如前所述，出院前大部分早起宝宝都要进行第一轮检查，在度过了迅速发展或很危险的难关后出院，但出院后必须尽早与眼科专家老师约定的日子接受诊疗，这样不会错过对孩子视网膜病进行治疗的最佳时机。父母决不能任意推迟诊疗，无视预约，停止诊疗。在听到眼科大夫说“现在不需要经常来看了”的令人高兴的结果之前，必须在约定的日期接受诊疗。

脑瘫

有神经学问题的孩子也需要长期观察和照顾。在早起宝宝中，肌肉的紧张程度和反射异常在一周岁之前比较常见。这些婴儿并不都是脑瘫儿。当然，即使在这个年龄，如果脑室出血严重，或者脑室周围有白质软化症的婴儿也会被诊断为脑瘫(CP, cerebral palsy)。但是大部分早起宝宝会经过一段时间后，根据肌肉紧张度是否有差异，反射作用是否持续了很久，孩子学动作是否迟缓、四肢运动是否异常等，诊断是否为脑瘫。有神经系统异常症状的婴儿必须接受儿童神经专家老师、康复医学科老师的诊疗，并得到细微的照顾。接受为了做出适当评价的发育检查，帮助孩子做必要的运动，接受物理治疗或作业治疗。如果负责的医生



说“要持续观察孩子的发育情况”，那么不必误解为大夫隐瞒了什么坏消息。因为大夫说的就是字面意思，需要多观察孩子的发育情况。另外，大夫说，“最好接受物理治疗和作业治疗”，这句话也不必误解为孩子的状态不好。虽然婴儿的肌肉运动会自我恢复，但帮助他们更快地恢复是必要的，因为这能帮助孩子的认知发展和其他发展。即使婴儿神经系统受损严重，婴儿的大脑恢复能力也很强，所以最好按照专家的建议，仔细地观察和诊疗。

怎样给孩子喂饭？

到家后，要给孩子喂足够量的妈妈的奶水或通过奶瓶喂足够量的奶粉。首先，用在医院里喂奶的方法喂同样的量。但是如果是吃妈妈的奶水，则可以把喂奶的方法改变为直接吮吸妈妈的乳头。

马上喂妈妈的奶水

想让习惯吃奶瓶的孩子直接吮吸妈妈的乳头是不容易的。但是如果医院里就开始练习，那么尝试起来会更加容易。吮吸奶瓶的奶嘴时，孩子不用张大嘴，而是用舌头堵住奶瓶的奶嘴，做吞咽的动作，而吮吸妈妈的乳头时，婴儿的舌头必须深深地伸到妈妈的乳房乳晕部位以下，这样才能吸到奶水。不要急着让孩子练习吸乳头，如果孩子太饿了，急着找奶吃，那么最好不要尝试。最好在孩子醒来哭泣之前翻身、挥动四肢，在找妈妈的乳头时给孩子喂奶。喂妈妈的奶水的时候，要按一下孩子

的下巴，让孩子张大嘴，或者把妈妈乳头的乳晕部分放到孩子的下嘴唇上，让孩子张开嘴巴，从妈妈乳头的乳晕下沿开始深深地吸入乳头。要让孩子的嘴唇像鲫鱼嘴一样向外翻，这样才能正常吸吮妈妈的乳头。如果妈妈的奶量不足，则将奶粉放到喂养补充器里，把末端的管子直接贴在妈妈乳头下，这样就可以在吸妈妈的奶水的同时补充奶粉。

奶粉

如果妈妈的奶水量不足或者不能喂奶，则应该给孩子喂奶粉。给孩子喂奶粉的时候也要用正确的方法冲泡。饮用水煮沸后放置冷却，然后冲泡指定量的奶粉。不宜在大麦茶或其他茶里冲奶粉。分次放入奶粉罐中规定的数量，如果一匙产品是20毫升，须要给孩子冲泡100毫升的奶粉，则加入60 ~ 70毫升的水，将奶粉量出5勺后，摇晃融化，然后再加入水，使其达到100毫升的刻度即可。孩子吃奶的量以出院时吃的量为基准，逐渐增加就可以了。婴儿的生长速度决定了吃奶量会有所不同，通常每1公斤婴儿的体重每天需要120到150卡路里的热量，所以只要吃到这个程度就可以了。

辅食

婴儿只吃奶水或只吃奶粉的时间是出生后4~6个月。这个时期以后，就可以慢慢地添加辅食，搭配着奶水和奶粉一起吃。早起宝宝的月龄计算以矫正年龄，而不是实际出生日期为准，在4~6个月之间开始添加辅食会比较好。到了这个时候，喂孩子



吃辅食才更加容易。这时孩子能压低头，只要大人在旁边辅助就能够好好坐着，并且看到大人吃饭的样子时，他们就很感兴趣。到了一定的时期，孩子的伸舌反射就会消失，所以最好从这个时候开始添加辅食。但是，如果家里有人过敏严重，孩子过敏的危险性很大，那么最好慢慢地开始添加辅食。

喂辅食的要领和“足月儿”一样。每周添加一次新食物，仔细观察孩子的反应。喂辅食时用勺子喂，最初给1~2勺左右的量，逐渐增加量。制作辅食时不能放盐或糖。

什么时候应该接种？

乙型肝炎

早起宝宝出生后须要新生儿重症监护室住院几个月，然后再出院，所以有时无法接种疫苗。首先，由于是早起宝宝，所以不能单独确定接种的时间。病菌和病毒从孩子出生开始就总会对孩子构成威胁。因此，必须根据孩子的出生日期安排接种日程。但是关于乙型肝炎疫苗，如果在孩子体重增长到2公斤之前接种，那么其预防效果是不确定的，所以等到孩子的体重增长到2公斤后再接种。其他接种最好从出生日期开始计算，最好接近原定的日程。

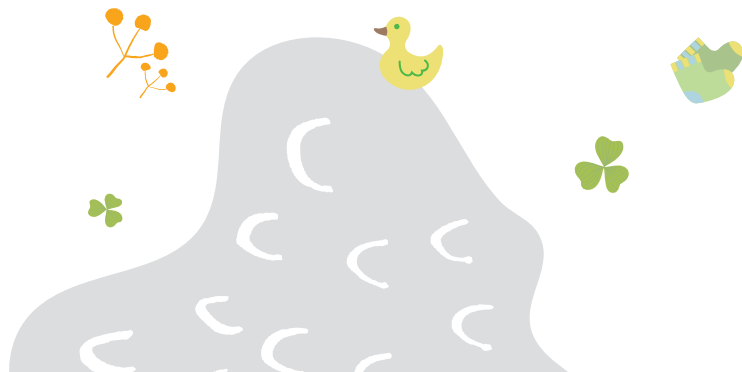
流感(流感)预防注射液

尤其是早起宝宝的家庭，每一名家庭成员都必须每年注射流感疫苗。流感疫苗到孩子6个月才能接种，所以在孩子6个月之

前，其他家庭成员必须接种。只有确保大人和其他家庭成员不得流感，才不会把流感传染给孩子，所以家庭成员必须事先接种流感疫苗。

RS病毒免疫球蛋白注射液

这是一种只向早起宝宝注射的药物。到了冬天，要小心避免孩子感染对早起宝宝来说很危险的RS病毒。这种病毒会感染呼吸系统，引起急性毛细支气管炎和肺炎。患有慢性肺疾病的早起宝宝和出生非常早的早起宝宝，患上这种疾病是非常危险的，有时可能是致命的。但是目前还没有研制出针对这种病毒的疫苗。但是，已经开发出了免疫球蛋白注射液。RS病毒免疫球蛋白注射液将已经制成的免疫球蛋白注射给孩子，使孩子在药效期间能够抵抗RS病毒。这种药效只能持续一个月左右，所以在这种病毒流行的10月之前一个月，即从9月到春天，每个月注射1次，总共注射5次。因为健康保险还没有适用于所有需要注射的婴儿，所以药费很贵，但为了减少婴儿患病，减少造成危险的难关是更重要的，所以最好给孩子接种。



预防接种日程

接种种类	时间
卡介苗(BCG)	原则上出生后4周内接种，由于卡介苗是活疫苗，所以住院期间不接种，出院后首次来门诊后尽快接种。
四联疫苗(DTaP)	2、4、6个月基础接种后的18个月，即4至6岁再接种一次。
脊髓灰质炎疫苗	2、4、6个月基础接种后，4~6岁再接种一次。
B型流感嗜血杆菌疫苗	2、4、6个月基础接种后，12至15个月再接种一次。
肺炎球菌疫苗	2、4、6个月基础接种后，12至15个月再接种一次。
乙型肝炎	出生后接种第一次，1个月和6个月后再接种第2次和第3次。体重不足2公斤的婴儿效果不足，所以到2公斤以上后再接种3次，如果妈妈是乙型肝炎病毒携带者，那么孩子出生后立即在医院接种，如果妈妈不是乙型肝炎病毒携带者，则2个月内2公斤以上的婴儿可以开始注射。
麻疹、腮腺炎、风疹的联合疫苗(MMR)	12至15个月接种一次，4至6岁再接种一次。
水痘	12至15个月接种。
甲型肝炎	12个月后再间隔6个月接种2次。
日本脑炎	如果是灭活疫苗，则12个月时每间隔1至2周接种2次，一年后第三次接种，6岁和12岁时再分别接种一次。 如果是活疫苗，则12个月接种第1次，一年后接种第2次，6岁时再接种一次。
流感接种	6个月以后每年秋天接种。



向您介绍早起宝宝们



我们认识的很多优秀的人当中，有不少是早起宝宝。发现万有引力的牛顿，法国著名作家让·雅各·卢梭、伏尔泰，德国作家歌德，美国作家马克·吐温，领导英国的伟大政治家温斯顿·丘吉尔，物理学家爱因斯坦，印象派画家雷诺阿，提出了进化论的查尔斯·达尔文，法国拿破仑等，都是从早起宝宝长大的，然而他们却完成了能够在人类历史上永被铭记的的伟大成就。

在预计出生日期健康出生的同时代人无一不感叹他们的每一句话、每一部作品，被他们深深地吸引，这样来看，作为早起宝宝早出生的事情不过就是一个记录，这只是一个在家庭历史上留下的事实，绝不是绝望或悲伤。这只是需要经历的艰难关头。最近的医学已经发展到了得足以让早起宝宝过上美好生活的水平。

40多年前，肯尼迪总统的第三个孩子帕特里克出生于34周，是一个早起宝宝，两天后就因为呼吸困难综合征而闭上了眼睛，这成为了美国为孩子进行研究和投资的契机。最近，考虑到在韩国34周出生的早起宝宝也无法克服呼吸困难综合征的情况，我们再次回顾对新生儿学领域做出贡献的众多学者的功劳。



爱和信仰中闪闪发光的

裴拉率早起宝宝的故事



爱笑爱哭的小女儿拉率

“最近长了很多，很认生。但是很让人高兴。因为她正在茁壮地成长。拉率闹觉很严重，睡觉的时候常常皱眉头，每当这时我都会看她在保温箱里的时候拍摄的视频。因为那时候就决定了。只要你能健康地长大，我绝对不会向你发火的。你已经哭着试过了，妈妈不会生气的。我这样想着，就是为了安慰自己。”

拉林、拉率的妈妈朴允玉女士熟练地哄着看见陌生人吓坏了的拉率，哈哈大笑。拉率在妈妈怀里已经有7个月了。因为肺部弱，在保温箱里依靠呼吸机来呼吸的拉率每天都在长大，现在她会翻身了，睁着充满好奇的黑眼睛在学习这个世界。

28周，突然来了阵痛

细心而可靠的丈夫裴仁面先生和3岁的可爱女儿拉林。周末，把拉林送到姥姥家，还计划抽空做结婚前做的化妆师工作，马上就能完全恢复工作了。

“怀老大的时候有妊娠糖尿病，但没有想到怀拉率的时候也没有生病什么的，竟然生出了早起宝宝。刚开始看到流血，就去了医院，大夫说只要打上防流产的针就行了。所以我就以为打了针之后什么事就都没有了，放心了。”

但是怀着拉率到了28周时，突然肚子疼了。以前肚子也有疼过，所以没有太在意。以前是因为活动量大，所以这次也以为是这样。反正第二天是定期产检的日子，以为到时候再说就行了。但是医院写了诊断书，说必须立即转到综合医院。大夫大声斥责，阵痛，为什么会不知道呢？孩子好像不能呼吸了！听了之后我们急急忙忙地跑到了综合医院。负责教授说怎么也要坚持到35周，但是拉率迈入这个世界的时间是32周。那时的拉率无法自主呼吸，所以只好送入了保温箱。



与美丽财团的相遇

“当时我们家突然变得困难了。丈夫的班也不能顺利上了，因为丈夫开始生病了。必须立刻动手术。因为拉率出院3天后是丈夫的手术日，所以真的是没有一点儿多余的精力了。”

这是屋漏偏逢连夜雨吗？做货物运输业的丈夫事业不顺。无意中超额罚款后，公司想要减少税金，所以又让他们缴纳了巨额税金。雪上加霜的是，丈夫在从庆尚南道装货运往首尔的高速公路上发生了车轮爆胎事故。最终，丈夫决定卖掉汽车并提出停业申报，丈夫本来就患有痛风，膝盖不好，现在又患上了不知原因的疾病，手术不可避免。

允玉女士第一次怀孕时患有妊娠糖尿病，属于高危产妇，她希望能够得到国家提供的补贴，但这并不容易。之前她得到了本人保险报销部分中的一点补贴，手续也很复杂。与怀拉林时不同，怀拉率的时候没有妊娠糖尿病，最终得到的补贴金额还不到50万韩元。夫妇两人在拉率出院前不知所措的情况下，偶然看到了医院电梯里张贴的美丽财团的海报。

“丈夫看过海报说这与我们无关。但是我还是怀着抓住救命稻草的心情给美丽财团打了电话。电话那边的工作人员说医院里有医疗社会福利部门，让我去那里咨询。我就立刻去咨询了。我查找了其他支援项目，但申请后，手续和条件往往都很苛刻。而且，大部分都是先结算，以后再拿到退款，但是如果能够支付医院费用，我哪里还用得着去寻求帮助呢？那时候我真的感觉叫天天不应，叫地地不灵。我没有很多关于早起宝宝的信息，查看了相关信息后，发现光手术费一项就要几千万韩元。当时我吓坏了。但是在美丽财团的帮助下，拉率顺利出院了。如果没有美丽财团的帮助，我真不敢想象我们一家会怎样。因为那时候我们甚至想要去借高利贷。还想过把包租押金要出来，然后去住考试院。”

最重要的是相信孩子

拉率吃饭很好，不挑食。现在体重也增加了，接近8公斤。只是消化能力有些弱，吃进去的东西经常会吐出来，听力也不太好，须要接受检查。现在已经接受了4次检查，但还没有确诊，所以马上就要去做4月份的最后一次检查了。

“都说孩子们连很小的声音也要能够听到才行。这样才不会影响语言能力发展。如果最后一次检查发现听力有问题，那么就要用助听器来矫正，如果用了助听器也不行，就要做人工耳蜗手术。每次检查的时候，拉率必须禁食，还必须睡眠麻醉，所以很不舒服。检查费和医疗费对于我们来说也是负担。但是我觉得拉率的耳朵好像没有太大的异常。好像听得很好。我现在比较乐观。”

允玉女士在讲故事的过程中也不停地和拉率保持眼神交流。允玉女士认为，比起在网络上流传的说法，首先要相信的是孩子。是因为妈妈的信任传下来了吗？拉率没有残疾，很健康。

多亏了一直坚信孩子们的妈妈，姐姐拉林也理解了只能更加关心妹妹的妈妈和爸爸。拉林虽然现在还不认识字，但仍然在为贴在姐姐旁边的妹妹解释画书的内容，并且为了当好姐姐而抱着拉率，在客厅里来回跑。用满溢着爱的眼神看着两个女儿的妈妈，以及坚定地守护着这两个女儿的爸爸。在家人围成的坚实的篱笆里，拉率正在更加茁壮地成长。

“虽然生来有点特别，但我认为拉率和其他孩子没有什么区别。反正所有的孩子都是不同的。”

可能听懂了妈妈的话，在妈妈温暖的怀抱里，拉率的黑眼睛更加闪闪发光。对妈妈的信任在拉率白净的脸上一点一点地扩散开来。



从不足月出生到长大的幸福，
为那个希望加油

早起宝宝 康复治疗

早起宝宝和脑瘫
脑瘫症状及治疗
康复治疗的正确姿势和运动

早起宝宝的康复治疗

富川圣母医院
金惠媛教授

早起宝宝和脑瘫

早起宝宝经常发生的脑瘫是一种什么疾病？

胎儿或婴儿发生的非进行性脑损伤或脑病变，导致婴儿发生运动和姿势障碍的临床综合征，这是一种使婴儿活动受到限制的疾病，经常伴随视觉、听觉、感觉、认知、语言行为障碍和痉挛等症状。

大脑病变或损伤在非进展性诊断中大多数情况下已经没有活性，但婴儿患者出现的临床症状因婴儿的成长而异，可能会误诊为正在进行。

脑瘫的发生概率是多少？

1,000名存活婴儿的发病率为2~2.5人，但在这些脑瘫患儿中，早起宝宝的比例高达40%至50%。而且，大部分早起宝宝都是低体重出生的，而在低体重出生的婴儿中，平均每1,000人有8.5人是脑瘫患者，超低体重出生的婴儿这一比例将达到77人，比正常体重婴儿的1.3人大约多60倍。因此，早起宝宝或低体重出生的婴儿必须通过康复医学专家的定期诊疗，早期发现和治疗脑瘫。

发生脑瘫的原因是什么？

脑瘫的原因多种多样，找不到任何原因的情况达25%。大多数情况下，一个或多个原因会复合发生作用，因此很难准确找到原因，只能推测。最近的研究表明，出生前原因和出生期间的危险因素约占85%，被称为最有意义和最强的危险因素是早产和低体重。因为早起宝宝是最主要的单一因素，所以生下早起宝宝的时候要密切观察，不要掉以轻心。随着时间的推移，危险因素如下：



◆ 妊娠原因

母体感染(尤其是怀孕前3个月)、照射放射线、药物中毒、脐带异常、胎盘异常、怀孕期间无氧症、先天性脑畸形、产妇产前病前期、产妇缺碘、产妇酗酒、血型不和、早产儿(早起宝宝)等



◆ 分娩原因

异常分娩、失血过多、脐带脱垂、呼吸道闭塞、呼吸麻痹、吸入羊水等



◆ 出生后原因

核黄疸、头部创伤、感染(脑炎、脑膜炎)、脑肿瘤、婴儿虐待等

诸如此类的多种原因导致婴儿正在发育的大脑出血，或者氧气供应不足，最终会导致脑性麻痹，早起宝宝的大脑比足月儿的大脑更容易缺氧和出血，即使是小小的损伤和病变，也比足月儿更容易患上脑性麻痹。



早起宝宝应该在什么时候接受专家的诊疗和精密检查？

早起宝宝或低体重出生的婴儿，其脑瘫的患病率比足月儿要高得多，缺氧和出血对大脑的损害也更大，因此理想情况下，早起宝宝或低体重出生的婴儿只要在分娩后就可以定期接受康复医学诊疗。尤其是当看到以下诊断结果时，建议通过康复医学专家诊疗进行适当的检查，早期发现运动障碍。

- 出生后3个月内提前翻身时；
- 婴儿到3个月时也会握紧拳头，不能很好地伸展，对环境方面的刺激没有什么反应时；
- 4个月过去了也不能抬头时；
- 5个月也不能抓住物体时；
- 7个月多的时候也不能保持坐姿；
- 坐着时只能跪下坐着，或者爬的时候像袋鼠一样跳时；
- 12个月也不能爬或抓住东西站起来时；
- 12个月前只用一只手时；

脑瘫症状及治疗

脑瘫的症状是怎样表现的？

脑瘫根据神经学特性大致分为僵硬型、异常运动型、混合型，异常运动型根据运动形态分为不随意运动型、舞蹈型、运动失调型、舞蹈型-无定位型、肌肉紧张异常型等。

僵硬型

僵硬型脑瘫根据复发部位分为四肢瘫痪、双腿瘫痪、偏瘫，双腿是指虽然上肢也有运动障碍，但下肢的运动障碍更加鲜明的情况，比起足月儿，早起宝宝更容易发生。僵硬型脑瘫在新生儿初期反而会出现肌肉紧张度下降的情况，随着年龄的增长逐渐增加，具有容易导致关节挛缩等肌肉骨骼变形的特点，在四肢瘫痪的情况下，四肢和身体之间的肌肉紧张度很大，有时会出现角弓反张的姿势。

异常运动型

异常运动型具有肌肉紧张度随着情况的变化而变化的特点，主要表现为姿势调整和协调运动障碍，在意志想做什么的时候会更加严重。

脑瘫的临床症状

脑瘫的临床症状因大脑损伤部位和程度的不同而有很多种，有的情况会在长时间内没有发现明显的症状，而有的情况则从出生开始就会出现严重的症状。新生儿期可能无法很好地吮吸乳汁，或者经常哭闹，但仅凭这些症状不能诊断为脑瘫，在运动发育延迟、姿势异常或运动障碍等症状出现时，则可以诊断为脑瘫。因此，临床症状随着孩子的发育，随着时间的推移而呈现出异常的运动方式或姿势，例如，爬行时像袋鼠跳一样，只用腹部着地的匍匐前进姿势爬行，或者走路时踮脚步态、双腿弯曲的步态、剪刀步态、膝盖不弯曲步态等。



踮脚步态、双腿弯曲的步态

踮脚步态是指踮起脚尖走路，足底弯曲的肌肉僵硬或缩短，双腿弯曲的步态是双膝和臀部关节弯曲地走路，是由于膝部肌肉和髂腰肌的僵硬或缩短而引起的。

剪刀步态

剪刀步态是臀部关节内收肌看起来严重僵硬的状态，如果得不到适当的治疗，持续僵硬，甚至会发生髋关节的半脱位。

伴随障碍

脑病变不仅仅局限于运动方面，还会伴随有很多其他障碍，这种伴随障碍会影响运动障碍的治疗，因此早期诊断伴随障碍对共同治疗至关重要。大约50%的脑瘫伴随有智力障碍，主要伴随在僵硬型四肢瘫痪中，与运动障碍的严重程度成正比。

痉挛

痉挛在僵硬型四肢瘫痪中主要表现为紧张性-间歇性全身抽搐，在偏瘫中易表现为局部抽搐，需要接受抗痉挛药等治疗，如果痉挛不能很好地控制，则会导致认知发育不良，影响预后。此外，包括语言发展迟缓在内的发音障碍的发病率大约为60%，眼睛周围肌肉不平衡引起的斜视、早产儿视网膜病等视力障碍也普遍伴随。还有进食障碍、听觉障碍、发育迟缓、学习障碍等。

针对脑瘫实施的运动治疗有哪些？

神经发育治疗

脑瘫的治疗旨在最大限度地减少包括运动障碍在内的伴随障碍，并减少多种可能发生的二次变形和并发症。脑瘫需要非常全面的治疗，多种治疗多管齐下，必须在孩子的发育阶段，根据残疾的轻重程度，选择适当的治疗。毫不夸张地说，目前无法完全根治脑瘫。只是，成人障碍是对已经掌握的功能损失的重新掌握或补偿的治疗，但脑瘫需要根据孩子的发育来结合治疗，这是两者的区别，针对孩子进行治疗时必须考虑到孩子的发育阶段，对治疗进行适当调整。目前最常用的治疗方法是通过神经发育治疗诱导受损的大脑进行重建，最终通过运动发育提高身体功能。

波巴斯(Bobath)治疗

在神经发育治疗中，波巴斯治疗最为普遍，波巴斯治疗以抑制原始反射和僵硬，使肌肉紧张度正常化，促进正常姿势反应的基本原理来治疗。

Vojta治疗

Vojta治疗利用触觉刺激促进固有的容纳性输入能力的发展，诱发反射性翻身和反射性爬行。



路德(Rood)治疗

路德治疗通过触觉刺激促进自主运动，诱导分步运动的发展。

其他关节运动、肌肉强化运动等必须实施，如果根据运动发展阶段开始站起，那么必须进行步态训练。

脑瘫也需要药物治疗吗？

抗僵硬药物治疗

脑瘫初期不易出现的僵硬程度会逐渐增加，因此需要随着时间的推移进行抗僵硬药物治疗。口服抗僵硬的药物主要有巴氯芬、丹曲洛林、安定片、替扎尼定，在需要调节全身僵硬时使用，但婴幼儿的药物依赖性较低，比起用药量，更让人担心的是药物的副作用，不当使用药物将会影响孩子认知功能的发展，因此用药前须格外注意。需要局部僵化的控制时，执行使用酚、酒精的神经切断术，运动点切断术，使用铝毒素的运动点切断术。酚主要使用5%，通过最小的电刺激准确地找到神经或运动点的位置，然后注射。酚的注射效果持续6 ~ 12个月左右。硼化物毒素作用于神经-肌肉接头的乙酰胆碱受体，具有缓解僵硬的效果。因此，即使不像酚注射液那样准确地找到神经或运动点，但具有通过扩散对受体发生作用的优点，所以是一种对于早期宝宝来说，进行施术更容易，在施术过程中产生的疼痛比酚方法少，所以最近经常使用。

据说脑瘫还需要辅助器？

如果是僵硬型脑瘫的情况，从一开始就要与防止关节挛缩的辅助器一起进行适当的伸展运动。开始站起来后，为了帮助患儿站起和步行，可以根据患儿的状态使用多个种类的下肢辅助器，还需要多种步行器。难以保持坐姿的重症障碍患儿需要使用保持姿势的辅助用具，如果不能行走，则还须要使用轮椅。

脑瘫也可以手术治疗吗？

目前没有治疗脑瘫本身的手术方法。但是为了解决次发问题，则需要手术，或者为了控制僵硬不再恶化，也需要手术。据悉，对次发变形的软浮雕整形外科手术在5 ~ 7岁左右实施是最佳时机。整形外科手术主要包括针对髋关节脱位的手术，以及针对踮脚变形、蜷缩姿势和步态的手术。调节僵硬程度的神经外科手术包括选择性分配神经根切除术和脊髓腔内巴克洛芬泵安装术。

选择性背部神经根切除术

选择性背部神经根切除术在僵硬度过大，难以进行日常护理或者可以行走，但为了减少僵硬，期待改善步态的情况下实施。



脊髓腔内巴克洛芬泵安装术

脊髓腔内巴克洛芬泵安装术针对身体过于僵硬，难以摆姿，日常生活动作也困难，需要持续调节僵硬的时候实施，但在韩国，这项手术成本高昂，几乎无法实施。

应该做什么其他治疗？

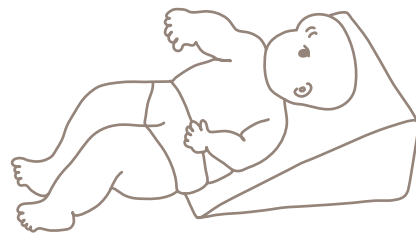
为了提高上肢功能、认知发展和日常生活动作的作业治疗，针对禁食障碍的吞咽治疗，如果伴随有语言发展延迟和发音障碍等，语言治疗必须在适当的时间开始。至少从三周岁开始，适当的教育也要并行，这样才能获得最好的治疗效果。

但是在这里我们想强调的是，不是所有这些治疗都要一次实施，而是要根据发育程度和孩子的状态进行适当的组合。因此，为了减少一点障碍，必须尽快治疗，通过定期诊疗选择适当的治疗方法，再次强调必须预防并发症，及早发现和治疗。



🐎 康复治疗的正确姿势和运动

生下早起宝宝的父母应该了解的正确姿势有什么？

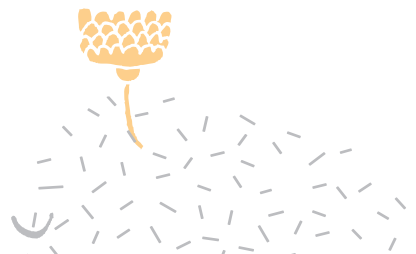
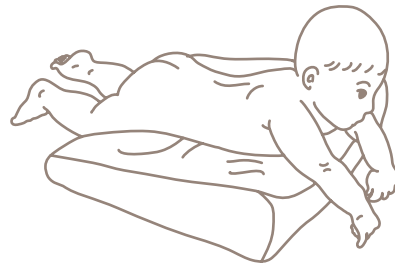


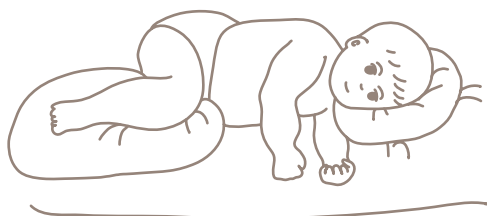
正确的平躺姿势

- ◆ 头部要居中，这样双手就容易聚拢。
- ◆ 不要让肩膀向后倾斜，要让头部稍微弯曲，但是不要让孩子耸肩，骨盆要稍微向前弯曲。

趴着的姿势

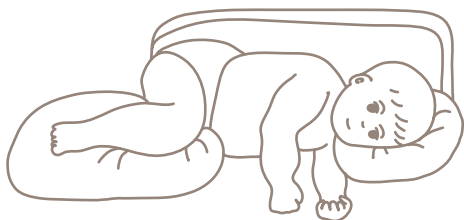
- ◆ 这是一个对早起宝宝有益的姿势，对帮助抬头很有效果。
- ◆ 以趴着的姿势，将头部依次向两边转动，头部处于中间位置，胳膊和肩膀向前，腿部最好自然地放下。





侧躺姿势

- ◆ 右边和左边轮流侧躺，帮助两只手聚拢在身体的中心位置。
- ◆ 弯曲一条腿支撑，胳膊向前伸出90度左右的姿势是合适的。



搂抱

- ◆ 抱孩子的时候要让孩子觉得舒服。

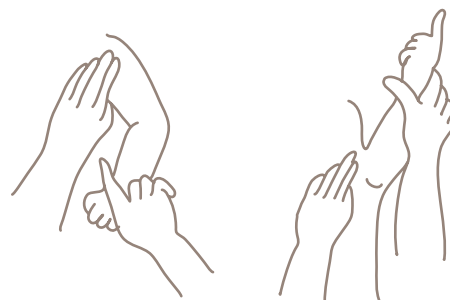


有哪些早起宝宝的父母应该做的简单运动呢？

包括脑瘫在内的发育障碍儿童，由于肌肉僵硬，所以很容易发生关节挛缩。为了预防这种情况的出现，必须进行持续的关节运动，以防止关节挛缩，并预防关节变形。

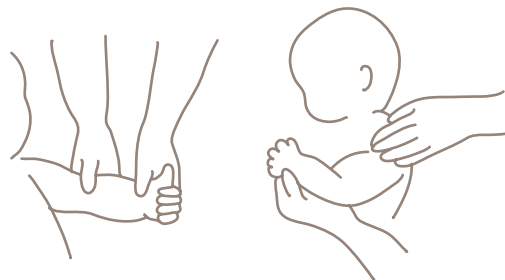
向上抬起手臂

- ◆ 为了防止孩子以平躺的姿势耸肩，请用一只手固定孩子的肩膀，用另一只手抓住孩子的手腕，在肘部伸展的情况下，将一只手举到头上。



以侧面张开手臂的姿势向内弯曲

- ◆ 为了防止孩子以平躺的姿势耸肩，请用一只手固定孩子的肩膀，用另一只手抓住孩子的手腕，向对面的手臂弯曲大人手中的手臂，穿过躯干。



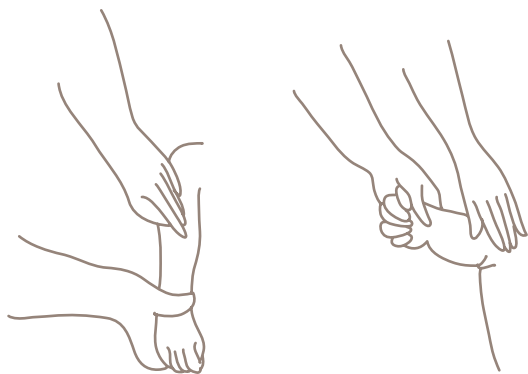
旋转胳膊

- ◆ 让孩子平躺好，从躯干向一边张开手臂90度左右，然后弯曲肘部，抓住孩子的手腕，向上抬起，然后放下。



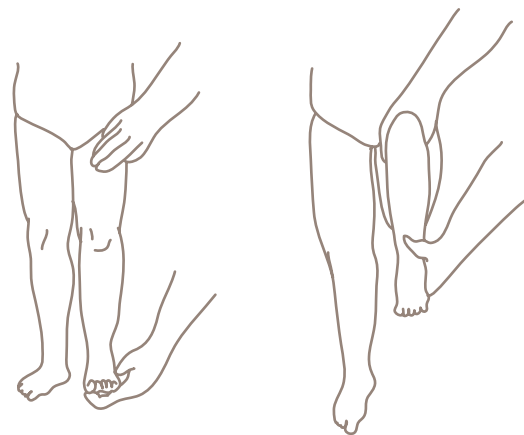
把胳膊向一边张开

- ◆ 为了防止孩子以平躺的姿势耸肩，请用一只手固定孩子的肩膀，用另一只手抓住孩子的手腕，向身体侧面张开双臂。



弯曲腿

- ◆ 让孩子平躺好，一只手抓住孩子的膝盖上方，另一只手抓住脚后跟。
- ◆ 把孩子的腿向胸部弯曲，然后向下放下。



后抬腿

- ◆ 让孩子趴好，一只手固定在孩子的臀部上方，另一只手抓住孩子的膝盖下方。
- ◆ 把孩子的腿向后抬。



把腿张开和聚拢

- ◆ 让孩子平躺好，一只手固定孩子的骨盆，另一只手抓住脚后跟。
- ◆ 把孩子的腿张开，然后把一条腿贴到另一条腿上。



弯曲骨盆和膝盖并旋转腿部

- ◆ 让孩子平躺好，抓住孩子的髋关节和膝关节弯曲90度左右。
- ◆ 一只手固定孩子的膝盖上部，另一只手抓住孩子的脚后跟。
- ◆ 将孩子的脚后跟向外翻，使膝盖向内旋转，然后再把脚后跟向内翻。

以下是在婴儿时期根据患儿的发育阶段，可以在家简单进行的治疗。

抱着孩子玩儿

- ◆ 父母弯曲双腿，让孩子以舒适的姿势坐好。
- ◆ 在儿童用背部平躺的状态下，使其臀部关节弯曲，将脚放到父母的胸部。
- ◆ 在孩子容易看到的位置，向前伸出手臂，让他们用双手玩耍。



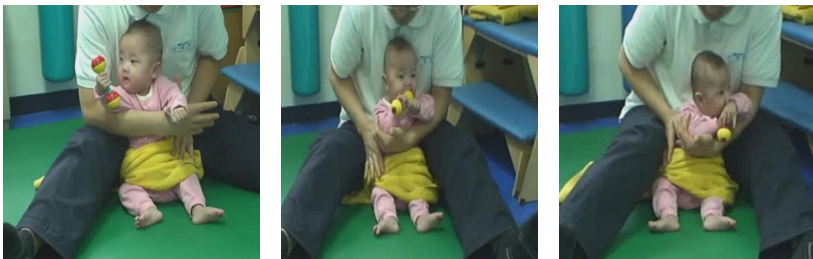
以趴着的姿势调节头部姿势并促进上肢能力发展

- ◆ 让孩子趴下，把毛巾卷在孩子胸部下面。
- ◆ 在孩子的中间位置放好玩具，促进孩子调节头部。
- ◆ 把玩具放在孩子的手能够触摸到的位置。
- ◆ 帮助孩子触摸玩具。



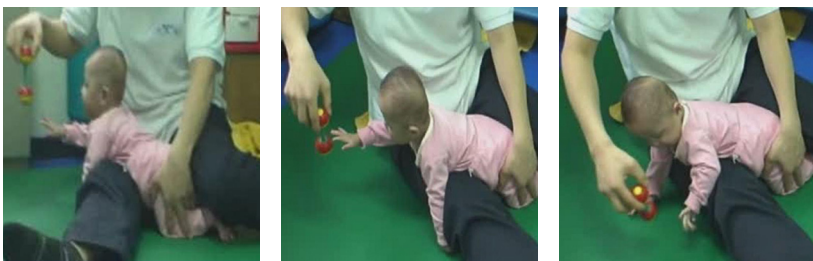
以坐姿移动重心

- ◆ 在孩子背后伸开腿坐好。
- ◆ 把手放在孩子的腋下抓住，然后向右练习移动重心。
- ◆ 再和孩子一起把重心移动回中间。
- ◆ 再次练习向左移动重心。



以四肢爬行的姿势刺激视觉

- ◆ 把孩子放在妈妈的腿上，帮助孩子做出四肢爬行的姿势。
- ◆ 在左边给孩子玩具，诱导孩子的视觉刺激，同时诱导孩子触摸玩具。
- ◆ 再次把玩具拿到中间，刺激孩子的视觉。
- ◆ 在右边给孩子玩具，诱导孩子的视觉刺激，同时诱导孩子触摸玩具。



有进食障碍的儿童的正确进食姿势

姿势调节是指儿童在吃饭时为了保持适当的姿势和吞下食物，稳定地移动头部和颈部。

在吃饭时保持稳定的姿势，第一，能够促进口腔功能和吞咽能力更好地发展。第二，可以预防食物被吸入呼吸道，使食物块、水等食物能够通过食道安全地移动。第三，吃饭过程中的良好姿势可以减少反射反应异常的影响，有助于成功进食。

一般来说，最好的姿势可以认为是挺直腰部坐着的姿势，但根据孩子的发育情况，好的姿势可能会略有不同。

婴儿

- ◆ 为了给婴儿喂奶，帮助婴儿摆出靠在妈妈的胳膊和身体上的姿势，这样就会自然而然地摆出方便吞咽的姿势。最适合婴儿的吃奶姿势是头部、颈部和躯干形成自然曲线，头部和肢体向身体的中心聚拢，使手臂自然弯曲，肩膀对称。髋关节从45度弯曲到90度。婴儿的膝盖和脚踝放在监护人的腿上，用胳膊支撑婴儿的头部和脖子，与喂奶的人对视，确保身体接触，使他们拥有安全的吃奶姿势。

和孩子对视喂奶的好姿势



错误的吃奶姿势



过度弯曲孩子脖子的姿势 脖子过度向后倾斜的姿势

- ◆ 侧躺在膝盖上的姿势可以帮助婴儿闭上嘴唇进行吸吮，增强喉咙的运动、喉咙关闭，有助于保护呼吸道。这时要小心，不要让孩子头过度伸展。



婴幼儿

- ◆ 对于婴幼儿，如果用父母的上半身支撑住孩子的头部和脖子，那么孩子就可以用自己的双臂抓住奶瓶，吸吮奶瓶。如果喂奶的时候呛到，或者吮吸奶瓶的力量不够，则可以用一只手轻轻支撑孩子的脸颊和下巴，用父母的手辅助孩子，使孩子吸吮的力量更加强大。

幼儿

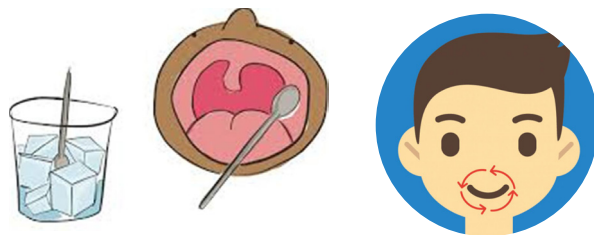
- ◆ 幼儿可以自己坐在靠背高的椅子上稳定地调整身体，或者可以根据需要移动脖子和头部。让幼儿的屁股深深地坐在椅子上，膝盖和臀部之间的角度必须为90度。背部要伸直，脚要支撑得好，肩部要平行，头部要居中。为了减少孩子头部反射异常的影响，并且更容易吞咽，在孩子吞咽过程中必须将头部和颈部稍微向前弯曲。在躯干稳定的情况下，可以自由使用自己的双臂，同时有机会独立使用工具吃食物。正因为如此，保持身体、脖子和头部稳定对于孩子独立吃饭来说可能是一个非常重要的过程。如果不能稳定地调整姿势，如图所示，可以使用高靠背的椅子、有束带和带腰带的椅子来帮助孩子形成稳定的姿势，而一般的椅子可以使用手绢或毛巾来填充臀部和躯干旁边的部分，从而帮助孩子采取稳定的姿势。另外，喝水或喝饮料的时候，如果呛到，可以通过低头的姿势降低吸入的风险。



进食障碍儿童的治疗

感官刺激治疗

- ◆ 感官刺激有使用多种材料、味道和触觉的方法，包括温度、触觉刺激方法等。感官刺激是刺激舌头和口腔周围的治疗方法，通过对食物进入口腔时，嘴唇和舌头拒绝接触食物的儿童进行多种感官体验，创造对感官的积极认识，使他们熟悉，从而减少食物进入口腔时的躲避反应。做感官运动的方法是用冰棒、有多种味道和香味的饮料、刷子等，让面部、嘴唇周围、牙齿周围、舌头来感觉多种温度、触觉和味道，使他们不再躲避这些感觉。而婴儿会受刺激口腔结构的限制，不容易进行刺激，所以可以使用安抚奶嘴来提供口腔内刺激。



口腔运动

- ◆ 口腔运动是指促进嘴唇、下巴、舌头、软腭等肌肉运动。通过这些动作，可以改善口腔咽喉的吞咽动作。这些运动最初是被动练习(passive)，逐渐显示增强功能后，则可以主动进行(active)。被动运动的时候有敲击、揉搓、振动，主动运动的时候有抵抗运动、咀嚼和吞咽运动等。

带来4岁奇迹的不懈努力！

崔柱昊早起宝宝的故事

稳重的早起宝宝柱昊

第一次见到早起宝宝柱昊是在福利馆水治疗室游泳池内。

“柱昊，现在去那边！”

柱昊听了治疗师老师的话，连泳镜也整理得很漂亮，努力地挥动手臂游泳。柱昊漂浮的身体划开水流，慢慢地向前走。妈妈郑美兰，看着不断听着老师的话，毫不犹豫地认真接受治疗的柱昊的样子，站在旁边为他加油。

“柱昊已经接受了2年的水治疗了。柱昊患的是脑病变障碍，左右平衡不好，与其在平地上散步，不如在水里散步，这对脑病变的孩子来说好像很有帮助。身体能力和平衡感也会增加。柱昊已经接受了很久的治疗，和老师很亲密，症状也好了很多。”

妈妈郑美兰女士看着一点都不像7岁的孩子，一脸沉稳地接受治疗，满脸开朗地向老师问好的柱昊，开心地说。柱昊之所以能够有这样的好转，都是妈妈郑美兰女士不断努力的结果。

坚持不懈的康复治疗带来的奇迹

9个月就出生的柱昊原来是双胞胎。他出生一个半月的时候，双胞胎都得了肺炎，状态突然恶化，最终双胞胎中的弟弟先离开了这个世界。哥哥柱昊在大学医院重症监护室住了几个月，勉强度过了生命危险期，这才能出院。脑病变障碍是当时发生的脑损伤引起的

“我们在出院后立即接受治疗的首尔大学医院接受物理治疗，但那时候柱昊还只是个小婴儿。没有车的时候，在安阳换了几次公共汽车，路程很辛苦，只接受了30分钟的治疗，但柱昊经常会不停地哭，所以没法好好地治疗。我们一共去了5



个月左右，最终感觉实在不行了，所以接受了别人的推荐，开始在就近的福利馆进行康复。”

郑美兰女士认为柱昊还是挺幸运的。原来福利馆的康复治疗有很多排队者，所以很难插进去，但是为柱昊报名后很快就接到了电话，这样就及时地获得了康复治疗。因此柱昊几乎没有休息过，不停地接受物理治疗、作业治疗、认知治疗等康复治疗。福利馆的生活除了康复治疗外，还对柱昊产生了良好的影响。柱昊接受治疗的冠岳福利馆里有一个能够与其他同龄的患儿一起生活的综合准备教室，4岁的时候柱昊第一次和妈妈分开，与孩子们一起体验集体生活，柱昊学到了很多东西。

“前几个月不想和妈妈分开，所以我就一起进去了。但是老师说这样不太好，所以柱昊开始自己在那里接受治疗。柱昊一开始时看不见就哭了，老师说时针到了12的时候妈妈就来了，这样告诉他，他也产生了时间观念。我想从那时候开始，柱昊就长大了很多。”

经过不断的康复治疗，以前既不能好好地走路，也不能说话的柱昊从4岁开始突然发生了巨大的变化。

“晚上我想把灯关掉睡觉，可是柱昊突然站起来了。大家都惊讶得开灯鼓掌。真的很好。因为他以前不能走路，也不会叫爸爸。从那时起，柱昊开始慢慢地走路和说话了。”

想播下希望的种子！

美兰女士能知道美丽财团的早起宝宝支援项目，多亏了前面邻居家里奶奶的女儿。之前，柱昊的医疗费超过2,000万韩元，为了得到国家的支持，曾去过社会福利科或保健所，但听说爸爸的收入不是支持对象，所以就放弃了。虽然一家人同住在婆家，家里没房没车，但不管怎么解释都没有用。幸运的

是，柱昊被选为今年《拯救多顺的微弱呼吸》的康复治疗费支援对象，这给成为了福利死角地带人群的柱昊家庭带来了巨大的力量。早起宝宝的治疗和康复需要花费很多持续性的治疗费用，所以我觉得降低获得补贴的门槛是必不可少的。

“我想孩子继续康复治疗的话会更好，会好起来的，所以我很力量。事实上，柱昊4岁以后就有好转的迹象了，所以几年内不放弃，坚持治疗的做法是值得的。柱昊以前不能走路，所以一直以青蛙的姿势跳，爸爸去上班的时候连再见这样的话都不会说。只要是妈妈就都会坚持的。绝不放弃。”

柱昊已经7岁了。明年必须进入学校，这对郑美兰女士和柱昊来说将是一个巨大的挑战。到现在为止，在福利馆、综合幼儿园和幼儿园的照顾下，柱昊逐渐习惯了同龄人的生活，但学校则是另一个问题。即使进入帮助班，也很担心被其他孩子们取笑时柱昊会不会伤心，并且柱昊现在走路还不是很稳当，所以还担心他会跌倒。但即使是这样，上学也是一件不可避免的事情，所以郑美兰女士和柱昊就像一直以来的那样，两人齐心协力，一个接一个地翻越重重险阻。

“我想告诉其他早起宝宝的妈妈们，如果她们怀抱希望，坚持不懈地为孩子治疗，那么就会像柱昊一样，好的日子就会到来的。距离柱昊上小学还有一些时间，所以我想尝试一下为像我这样有生病的孩子的妈妈提供帮助的活动帮手之类的事情。我记得以前有一位妈妈希望有人能够带自己的孩子去治疗，哪怕每周只有两次。同样是妈妈，所以我更能理解其他妈妈的心。”

郑美兰女士总是努力积极地思考，在采访过程中总是表现的积极乐观，但谈到辛苦的时候，她的眼角还是湿润了。在柱昊出生后的几年里，只有郑美兰女士和柱昊才知道的努力和眼泪堆积在一起，绽放出了现在的微笑。克服了困难的日子后，现在想帮助其他早起宝宝家庭，郑美兰女士宝贵的心也传给了其他家庭，好像成为了希望的种子。



从不足月出生到长大的幸福，
为那个希望加油

早起宝宝 营养管理

早起宝宝的营养管理

早起宝宝最初的营养

正如前面关于“早起宝宝的住院和出院”中说明的那样，早起宝宝出生后的住院期间，通过血管注射进行静脉营养，或通过导管进行管饲，看到孩子获得“营养支持”的样子。

接受静脉营养和管饲的孩子逐渐经历了吃母乳或使用奶瓶吃奶粉的阶段，一步一步地长大。用奶瓶哺乳时，使用母乳、母乳强化剂，或早产儿奶粉。当然，如果可以母乳哺乳，则首先要考虑母乳。

奶瓶喂养量不够的时候，也会同时进行营养支持，但出院时，很多婴儿只吃母乳或普通奶粉就能吃到足够的量。

出院后的喂养方法

出院后建议最好直接母乳喂养，如果母乳亲喂困难，则以奶瓶喂养母乳或奶粉。直接喂养时，如果母乳喂养量不足，或者满足不了身体发育所需，还可以使用奶瓶进一步喂奶粉。

奶粉喂养时，如果摄入量不足或发育不好，可以使用高热量奶粉、热量补充剂或其他补充剂。建议在向营养师或医生咨询后，决定如何使用适当的调乳和补充剂。



碳水化合物补充剂

脂肪补充剂

碳水化合物+脂肪补充剂



蛋白质补充剂

辅食

确定添加辅食的时间，可以认为是考虑了孕期时间的矫正年龄。孩子的矫正年龄到4~6个月左右时，就可以考虑添加辅食了。

原因是除了奶以外，还给孩子吃别的食物。换句话说，从母乳和奶粉等以液体为主的食物转变为半固体和固体形式的食物，这是向成年人类似的正常饮食模式转变的过程。过早开始添加辅食有可能会提高孩子的过敏发病率，而母乳喂养的孩子有可能缩短母乳喂养期，或妨碍母乳有益成分的吸收。另一方面，太晚开始添加辅食则会减慢孩子形成正确的进食行为，从而无法满足营养成分的需求量，导致孩子生长缓慢和营养不良。

辅食的进行

4 ~ 6个月可以从“辅食的准备”概念开始，通常从6个月开始正式添加辅食。

辅食的频率随着月数的增加而增加，一开始每天一次，7 ~ 8个月时每天2 ~ 3次，9 ~ 11个月时3 ~ 4次左右。但是，对于一次的进食量少的孩子，可以再增加一些次数。

食品的种类和形态

◎ 第一次从一种食物开始。通常从米粉开始，然后进行“米粉+一种食物”。尝试一种新食物后，谷物、蔬菜、水果应持续吃3至5天，鱼肉等持续尝试5至7天，密切关注孩子的反应。

◎ 蔬菜和水果先尝试哪一种都可以，但如果先接触水果，那么孩子就会更习惯甜味，因此有研究表明最好先接触蔬菜，因此最好考虑这一点。

◎ 孩子拒绝新食物很常见，所以不要因为孩子拒绝一次就放弃，要怀着不断重试的心，坚持不懈地尝试10次左右。

◎ 随着孩子身体功能的发育，食物的质感也要有变化。从最初的米糊和研磨的食物开始，逐渐使食物颗粒变大。

◎ 从7 ~ 8个月开始，用手拿起食物吃，把果汁等盛入杯子里给孩子喝。

辅食和工具

◎ 开始喂辅食的时候就必须使用勺子。大约4 ~ 6个月左右，孩子的伸舌反射消失，嘴巴开始出现上下咀嚼的行为。因此，开始添加辅食则意味着开始了从喂奶时的吸吮行为到使用勺子等工具的行为的发展。

◎ 到了6 ~ 9个月，就开始逐渐练习使用杯子，这取决于孩子的发展能力，但是要为了到12个月以后，把包括牛奶在内的所有液体食物盛到杯子里而做准备。尤其是吃配方奶粉的孩子，如果12个月以后继续使用奶瓶，这本身就成为了导致孩子饮食进度不良的原因，有时会对孩子形成良好饮食习惯产生阻碍。建议尽量在12个月以后，最晚在18个月前停止使用奶瓶。到了9个月左右，孩子就能够抓住勺子，所以要让孩子自己练习使用餐勺吃饭。

◎ 除了练习使用勺子外，给孩子可以用手捡到的食物也是养成孩子自己吃饭习惯的练习。如果妈妈担心孩子把饭洒出来而一直喂孩子，那么孩子的自立能力就不会那么强了。这样让孩子们自己触摸和捡起食物，也能促进他们作业能力和运动功能的发展。

辅食相关内容的总结



初期

4~6个月

- ◆ 米糊(流式) 一次* 30~80g
- ◆ 榨汁或研磨得细腻的食物 (喂奶量800~1000ml/天)
- ◆ 添加蛋白质食品



中期

7~8个月

- ◆ 粥(粘稠) 2~3次* 70~100g
- ◆ 切成0.3厘米左右的大小 (喂奶量700~800ml/天)
- ◆ 开始吃手指食品
- ◆ 练习用杯子喝



后期

9~11个月

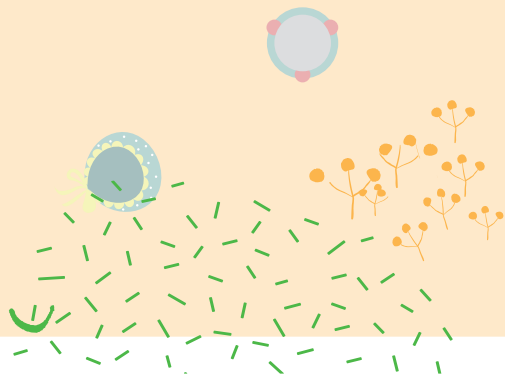
- ◆ 稠粥~稀饭(固体) 3~4次* 100~150g
- ◆ 切成0.5厘米左右的大小 (喂奶量600~800ml/天)
- ◆ 均衡摄入 “谷物、鱼肉、蔬菜、水果、牛奶及乳制品”
- ◆ 练习自己吃



完成期

12~15个月

- ◆ 稍微软一点的米饭 3次(+2次加餐)
- ◆ 一天三顿饭和加餐 (喂奶/牛奶400~600ml/天)
- ◆ 扩大到孩子自己吃各种食物 (使用勺子和吸管或杯子)
- ◆ 断奶瓶



烹饪和提供方法

◎ 辅食做的时候要一顿的量，如果觉得麻烦，则分好一次摄入量后保管，这样比较卫生和健康。

◎ 吃剩的食物不要再给孩子吃，存放后的食物在吃之前要在70度以上的温度中再加热。

◎ 建议烹饪的时候不要放盐、糖。这取决于孩子的断奶顺应性，但最初最好排除。

食品过敏

◎ 以前的原则是，主要引起食物过敏的“鸡蛋、大豆、小麦、花生和坚果、鱼、贝类”在添加辅食初期不要添加，等孩子长大后再添加。但是最近，能够表明这些食物会引起孩子过敏的证据比较少，反而有人认为晚吃会增加过敏发病率，所以似乎没有必要限制。如果父母或兄弟有食物过敏或过敏病史，也不须要特别限制。

◎ 但是最好不要从第一次辅食开始就添加这些主要引起过敏的食物。

◎ 如果发生了与食物相关的过敏症状，则需要通过诊疗确认，对原因食物进行适当的限制。

◎ 草莓和莓类、西红柿、橘子会引起嘴巴周围生长疹子和荨麻疹，但主要不会引起全身反应，所以密切观察着添加也很好。

◎ 生牛奶和蜂蜜要在12个月后添加。

喂辅食的态度

◎ 喂孩子吃辅食的时候，妈妈和爸爸要面带微笑，与孩子对视和对话，让孩子能够记住快乐的时光。表现出家人美味地吃饭的样子，让孩子一起吃也很好。要给孩子营造舒适的环境，帮助孩子对辅食产生兴趣。

◎ 即使孩子不好好吃辅食，也不要着急或强求，要有耐心地喂。

◎ 必须抓住以下孩子的信号，做出相应的反应。

饿的信号：

向前倾斜身体，张开嘴巴，朝着勺子靠近。

吃饱的信号：

靠后或转动身体，吃饭速度减慢，勺子靠近时也闭着嘴，想拿着食物玩，或者无法集中精力吃东西。

断奶完成期

到了12个月以后，辅食就要从加餐逐渐变为主食，给孩子的食物逐渐变成一般饭菜。

这时，为了均衡地摄取营养素，饭菜中要包含6种食品群(谷类、鱼肉类、蔬菜、脂肪、牛奶、水果)。以谷类群为主食，以鱼类和蔬菜类为辅食摄取，以水果类和牛奶为零食，脂肪类则在烹饪的时候使用，这样可以帮助孩子均衡摄入营养物质。

与每个食品群相对应的食品种类和主要供应的营养成分如下：



谷类

碳水化合物

◆ 米饭、杂粮、土豆、红薯、面条、面包、年糕、板栗、玉米等



脂肪类

脂肪

◆ 植物油、黄油、蛋黄酱、坚果等



鱼肉类

蛋白质

◆ 牛肉、猪肉、鸡肉、鱼、虾、鸡蛋、奶酪等



牛奶类

钙和蛋白质

◆ 牛奶、豆浆、奶粉、酸奶等



蔬菜类

维生素和无机物

◆ 菠菜、胡萝卜、茄子、萝卜、蘑菇、海苔、海带、豆芽、泡菜等



水果类

维生素和无机物

◆ 苹果、梨、香蕉、香瓜、西瓜、西红柿、葡萄、果汁等

营养补充方法

如果孩子在这个时期吃得不好，生长延迟，则提高他们辅食和加餐中的热量和蛋白质含量。烹饪时放入足够的植物油等“脂肪类”，可以提高食物热量(例如，炒饭、饭团、油煎、油炸的形式)。此外，还可以适当地使用“牛奶类”和奶酪作为零食，并为1岁以上的孩子提供少儿营养补充产品。



少儿营养补充剂

备忘录

从不足月出生到长大的幸福，
为那个希望加油

早起宝宝 养育指南

早起宝宝养育指南

医学报社附属
认知发展研究所
我是妈妈咨询中心
沈孝贞所长

绪论

人类在出生的同时就开始适应这个世界。在妈妈肚子上的10个月是为了让胎儿为适应突然来到这个世界而准备的时间。但是，多种因素会使一些胎儿无法在妈妈肚子中住够10个月就来到这个世界，我们把这类宝宝称为“早起宝宝”，早起宝宝在适应和发育方面都会遇到困难。

这不仅仅是没有家人温暖的怀抱，躺在坚硬的保温箱里的孩子的困难。望着孩子的父母也会沉浸在巨大的悲伤中，表现出日常生活的困难，并且长期埋头于无数的治疗中，往往会错过与孩子产生依恋的时间。尤其是孩子出生后的一个月，这是妈妈和孩子能够形成依恋的非常重要的时期，这个时期形成的“稳定依恋”对孩子的大脑发育以及情感和身体发展会产生巨大的影响。孩子饿了就吃，困了就睡，有什么不舒服和疲倦时就哭，父母抱起来会感到安全，所以父母的角色非常重要。但是，很多因素导致父母无法发挥作用，即使在出院后也会被茫然的养育子女的墙壁堵住，很难想象应该给早起宝宝创造什么样的家庭环境。

因为比任何人都早见到的爱，所以要好好克服困难的情

况，为了成为更幸福的家庭，了解作为早起宝宝的父母应该具备的态度和作用。

成为“自尊心”强烈的父母

孩子出生后才有资格成为父母，但只有正确地履行父母的职责，才会成为真正的父母，形成作为父母的自尊。

让我们看看早起宝宝父母的情况吧？

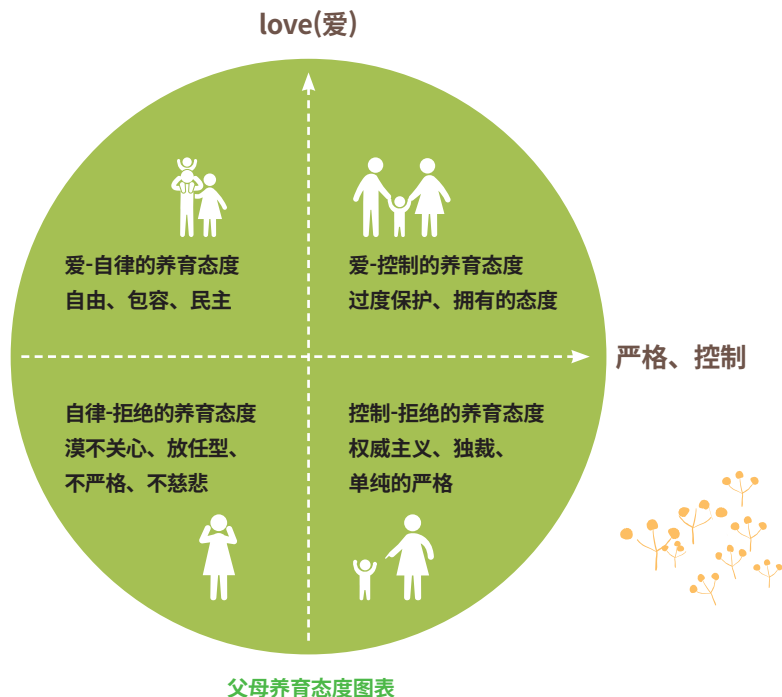
早起宝宝出生后，父母遗憾地推迟了与孩子第一次互动的的时间，只能专心为孩子治疗。尤其是父母看到未能在妈妈肚子里住满10个月的时间，出生后身体脆弱的孩子，就会感到悲伤和内疚，经历相对剥夺和失去自尊等心理痛苦和消极情绪。不稳定的心理会妨碍与孩子形成依恋关系以及家人之间的沟通。此外，要更加小心的是，这会扩大到妨碍形成稳定的养育环境的障碍物。

这就是为什么早起宝宝的父母需要具备的必要条件是“高自尊”。自尊心高的父母能健康、稳定地养育子女。在提高自尊心之前，必须知道自己是什么样的父母。

以积极的养育态度提高“自尊心”

影响婴幼儿期发展的养育环境，取决于父母的气质和父母小时候家人给的资源。换句话说，父母个人的性格、社会性、情感层面和父母成长的家庭环境所形成的父母观会结合在一起，通过养育子女的态度表现出来。这是因为每个人的性格和个性都

不同，所以生活的家庭环境也有所不同，但根据父母对子女的爱和控制程度，分为四类。



出生后36个月大的早起宝宝父母过分关心孩子的健康，表现出“过度保护的愛”和“控制的养育态度”。过度保护的养育态度减少了孩子探索环境和获得新反应的机会，使他成长为一个没有信心和处处依赖父母的孩子。这在婴儿时期可能不会出现大问题，但36个月后，如果父母突然强迫孩子表现出对自己自主性和成就感的期待，那么子女可能会非常迷茫和无助。因

此，慢慢给孩子一定的自由，创造能够培养民主解决问题能力的环境至关重要。

婴幼儿时期的语言、认知发展、社会性和身体发展都受到父母的养育态度、社会和环境背景的影响。尤其是父母的自尊心越高，就越能创造积极的养育环境。因为不知不觉中出现的行为、想法和表情对养育环境产生了巨大影响，对与子女的互动起着至关重要的影响。

通常，在与子女的关系中遇到困难的父母通常源于个人问题，所以父母对自身的客观理解对履行父母的职责至关重要。自尊心高的父母以对自己的信任为基础，带领家庭实现有责任感的生活，创造出可取的养育行为，从而提高孩子心理的稳定性。但是自尊心低的父母会因为忧郁、冲动的行为而不适应子女，导致子女容易在感情方面生气。

要成为自尊心强的父母，须要立刻理解自己的养育态度，以及给子女适当的刺激时所带来的积极反馈。

为了给子女适当的刺激，最好先知道相应时期所需的成长目标。最重要的时期是婴儿期(出生至18个月)和幼儿期(18个月至3岁)，这是获得信任感和自主性的时期，因此父母应该给孩子机会，让他们对父母发出的信号敏感并灵敏地做出反应，同时形成自信和自己想要的意志。

而且，在学龄前(3至6岁)时期会有主导性，经常表现出自己想要的样子。“我会的”，“不是”，这是这个时期最常说的话，也是父母最容易发脾气的时期。此外，这还是幼儿产生道德概念，形成超越自我最多的时期，以及对脱离家庭的社会关

系感兴趣的时期。父母承认并鼓励孩子的好奇心和奇妙的行为时，孩子会提高自尊心，增强自信心。

如果孩子性情敏锐、挑剔，可能认定父母已经很难给孩子适当的刺激。但是，重要的是要充分熟悉那个时期所需的刺激，慢慢跟着父母的养育态度前进。

自尊心强的父母不怕和孩子吵架。有了磨合，彼此才可以更加了解，更加适应。养育不是一个人的事情，所以父母应该时常反省和理解自己对子女的影响，努力通过对话来改善。

克服养育压力，培养父母的“自尊心”

成为父母不仅有个人压力，还有婚姻关系压力、养育压力、作为父母缺乏社会支持所产生的压力等，使他们难以充分发挥自己的能力，最终还会对作为父母的养育能力产生负面影响。

早起宝宝的父母所需的养育态度 Tip.

1. 正确地区分爸爸和妈妈的角色。

如果妈妈扮演健康、饮食和爱的角色，那么爸爸要在负责安全的空间、各种经验和社会礼仪的同时分担彼此的角色，这样可以减少时间损失，创造充满积极能量的家庭环境。

2. 应该怎样管教早起宝宝？

早起宝宝父母的特点是，对子女满怀爱和悲伤，从而无法好好地管教子女。此外，早起宝宝以出生2年前后为基准，通过矫正月数检查发育情况，但之后的年龄就可以与同龄足月儿相同，无需矫正年龄了。这时候，必须准确地知道孩子与同龄人相比不成熟的部分是什么，须

要知道适合那个时期的规则和规范，须要对允许的部分和不允许的部分作出准确的承诺。

早起宝宝对社会适应的指数可能较低，因此需要与父母一起充分体验和掌握社会化过程。但是，如果孩子从小就经历过很多受约束的环境和反复的失败，那么自尊心往往不高。因此，必须记住，过度的控制和管教反而会成为毒药。

检查自己当前的压力情况。

- ☐ 对孩子、家人、家务或日常生活的热情减少了。
- ☐ 觉得很孤独。
- ☐ 感觉什么事都很麻烦。
- ☐ 受不了别人的过错。
- ☐ 人际关系中的矛盾增多了。
- ☐ 说话的时候，声音往往会变大或激动。
- ☐ 经常大喊大叫。
- ☐ 受不了生气。
- ☐ 感觉自己消失了，事情就好像解决了。
- ☐ 在谈话过程中忍不住插上别人的话。
- ☐ 容易受到惊吓，神经质或坐立不安。经常感觉不安。
- ☐ 突然生气或哭泣。
- ☐ 过度吸烟、喝酒，使用镇静剂或滥用药物。
- ☐ 入睡困难、经常醒来或早晨起床困难。
- ☐ 体重持续增加或减少。
- ☐ 经常发生感冒、腹泻等轻微疾病。
- ☐ 患上慢性头痛或眩晕。
- ☐ 有健忘症状。
- ☐ 都想放弃。



如果上述压力检查项目中有10个以上的情况则属于压力巨大的情况，因此很难充分发挥父母的职责。父母的压力会妨碍创造一致的养育环境，导致子女的问题行为增加，如果这本身再次成为父母压力，那么就会形成恶性循环。

尤其是早起宝宝的性格一般会被认为有挑剔的特点。这是因为在敏感的新生儿时期没有获得足够的稳定感，这是在这个时期错过与父母互动的机会而产生的现象，所以是父母稳定的养育态度完全能够克服的问题。

但是，如果父母不能意识到这一点，在育儿过程中，所有的情况都有可能成为压力，如果持续恶化，那么有可能导致出现夫妻间的矛盾和家庭解体。尤其是早起宝宝，可能会有不同于足月儿的发育和成长过程中的困难，所以不断需要生命周期所需的康复和认知、语言、感觉、情感等综合治疗。这就是为什么要通过周期性的父母教育、专家的养育教导和心理支持，培养克服养育压力的力量。

幸运的是，针对早起宝宝的治疗技术正在不断发展，良好的预后正在日益增加。因此，与其过分担心，不如相信孩子，找到父母的自尊心，努力恢复情感的稳定性。尤其是与其依靠在网络上找到的错误信息，不如通过向专家咨询来积极面对治疗，这一点至关重要。

此外，在认知、语言、运动功能、社会性发展等发展领域，早起宝宝的父母的养育态度和家庭环境所产生的影响比足月儿更大，这很快就会使早起宝宝的父母承担沉重的责任。但是早起宝宝能够健康成长，成为社会成员发挥自己的作用，不

仅仅是妈妈和爸爸的任务，还是全家人的任务。要做到这一点，首先要正确地了解现在家庭的情况和问题，相应地，积极找寻能够解决经济和心理问题的支持，然后努力找到幸福地养育孩子的余地。

克服养育压力 Tip.

1.对自己充满信心

“解决问题的是我，是我自己。”

请关注积极的一面，而不是消极的一面，让我们从现在发生的问题开始，慢慢地解决，而不是从对遥远的未来的忧虑开始。

2.有时间休息和放松

育儿和上班很辛苦的父母。

应该找到根据自己的生活方式进行休息的方法。

请改变发型，准备外出吃饭等，为平淡的生活带来一些变化。有时候，有助于明确生活价值观的冥想和阅读爱好是很好的，也需要在身边人的帮助下，暂时体会到从家庭中解放的感觉。希望各位对作为父母的努力给予足够的补偿。

3.学习有效的养育技能

重新考虑一下可以解决与子女的关系中反复遇到的困难部分的养育技术。如果一个人有困难，请寻求专家的帮助，或者参加父母聚会。在有类似困难的父母聚会上，您可以听到成功的英雄故事，互相分享困难的感情，学习养育子女的有效技能。

最重要的是，当您为父母自身的压力而思考，努力帮助子女的时候，就能成长为那样优秀的父母。



养育“玩得好”的早起宝宝



孩子们的一天从“玩耍”开始，以“玩耍”结束。在成年人眼中，这看起来很简单，毫无意义，但观察玩耍的孩子们的表情，时时刻刻都是变化无常的。玩耍可以说是孩子们表达自己的感情和与世界沟通的一种方式。

尤其是能够同时给外部活动受限的早起宝宝带来兴趣和快乐的游戏，这对他们的身体、社会性情感等全人类发展以及学习发展都有积极影响，对大脑发展也有着密切的影响。将通过图片、照片和视频间接地看、听和感受到的经验实现具体化的游戏作业，这是通过现实化过程促进互动的沟通手段的重要步骤。一个人在玩耍中自言自语逐渐增加，在与同龄人的故事中，可以找到共同的主题一起玩耍，如果是和妈妈玩过的玩具，就会变得更加自信，更加积极地参与玩耍。

为了促进这种神秘的活动——游戏，作为游戏基本的刺激和反应必须从婴儿时期开始充分形成。早起宝宝之间的差异很大，但个人发育领域之间的差异也很大，所以必须集中精力玩在区域之间平衡的游戏。

“从一开始就仔细地”培养

早起宝宝从0岁就需要刺激，以便能够为其创造出健康成长的跳板。0 ~ 6个月的孩子喜欢玩刺激五感的游戏，6 ~ 12个月的孩子则喜欢用身体感知世界的游戏。虽然是有限的空间，但父母必须经常与孩子产生肢体接触，为孩子提供视觉和听觉刺

激，给予他们爱和支持，这样才能形成孩子对父母的信任，从而促进他们积极的探索。并且这还会促进大脑发育。

前庭刺激游戏

胎儿在妈妈肚子里的羊水中受到身体和头部摇晃的刺激而成长10个月。这种刺激是头部移动时耳朵里的前庭受到刺激，然后传到大脑里而感受到的反应。身体轻轻摇晃，头部也摇晃时，人会有稳定感，前庭刺激也会影响平衡感的发展。早起宝宝一出生就住进保温箱中，没有足够的机会接受适当的前庭刺激，所以必须用多种方法来代替，提供早期前庭刺激。

一般来说，在家里，妈妈抱着孩子坐在摇椅上喂奶，爸爸背对着躺着，把孩子放在两条腿上，像坐飞机一样摇晃，或者把双手放在孩子腋下，向上抬起，然后往下放，感受到反弹，这些都是不错的方法。但是早起宝宝的脑容量相比起头骨来更小，所以即使小小的摇晃，大脑也会剧烈晃动。因此，应该把孩子抱在怀里，父母晃动，而不是只晃动孩子的身体和头部，这样才能给孩子传递适当的刺激。4 ~ 6个月的孩子，背部肌肉有力气伸展，所以如果可能，要像在妈妈肚子里的姿势一样圆心地抱着轻轻摇晃，这样会给孩子以摇晃的刺激，从而产生稳定感。

视觉-听觉-皮肤刺激游戏

早起宝宝出生后就会立即住进医院，躺在很多灯光下，暴露在反复的、无意义的机器声中。在这个时期，可以放入宝宝视觉

激发卡或家庭照片来刺激孩子的视觉，或者录制父母的声音并放到保温箱里播放给孩子听，这样会带来很大的帮助。播放的内容与其是有事件和多种角色的童话，不如是能够让孩子集中注意力于声音的日常故事。

例如，今天的天气、妈妈的心情、爸爸日常生活中发生的事情等内容都很好，最好用能传达说话者感情的语调来表达温和平静的声音，就像真的在交谈一样。

出院后，通过在妈妈脸上贴贴纸的游戏，可以引导孩子与妈妈对视，或者用多种模仿的声音叫孩子的名字，帮助孩子练习叫名反应。在家里很容易做的刺激游戏包括“没有~有游戏”，“摇头啊哦游戏”，头上戴着薄布，然后摘掉的“找妈妈的脸游戏”。如果孩子稍微有些习惯了，则把游戏范围扩大到跟着妈妈和爸爸培养眼睛和手的协调力的游戏，例如，“抖抖飞”、“鼓掌”，“打花巴掌”。

除了视听之外，皮肤刺激是婴儿形成稳定和依恋的重要因素。但是对须要在医院住很久的孩子来说，刺激皮肤的机会必然不足。皮肤接触是智力发展的最佳游戏，一个充满爱心的孩子，他能感受到舒适和满足感，稳定地探索周围，这不仅有助于头脑发展，还有助于情感发展。诱导各种身体皮肤接触的游戏包括“洗澡游戏”、“乳液游戏”、“被子紫菜包饭游戏”、“眼睛在哪里游戏”等游戏。

在能够满足孩子五感的刺激需求中最好的是叼乳头(奶瓶)。最近这被称为“袋鼠式护理”，是一种常用的方法。这是一个非常重要的时间，不仅能消除孩子最基本的饥饿和口欲，还能倾



听到妈妈的声音，形成依恋。这时孩子的呼吸会变得稳定，感受皮肤刺激，努力与妈妈进行眼神对视。此外，吃完奶后为了帮孩子把嗝拍出来而轻轻摇晃，这还可以刺激孩子的前庭，所以孩子会感到无比幸福，对成长也有很大的动力。

语言发展游戏

语言是表达自己状态的重要领域，也会影响孩子与同龄人关系，以及学习性自尊心的形成。早起宝宝可能是因为大脑发育得有些晚，所以在语言发展方面会遇到困难。如果天生有困难，那么早期接受语言治疗是很重要的。如果不是先天性的，那么在家里通过游戏给孩子足够的语言刺激，这样会有助于孩子的语言发展。在家里，为了通过游戏给孩子语言刺激，首先要熟悉孩子的语言发展阶段。



语言准备阶段

1. 哭泣阶段

◆ 特点

这是孩子最初通过哭泣与父母沟通的阶段，通过哭泣表达自己饥饿、痛苦和愤怒的感觉。哭泣是能够促进语言发展的必不可少的发音器官运动，婴儿自己听自己的哭声也有助于听觉发展。

◆ 游戏方法

1. 照着镜子做“吐舌头”的表情
2. 吹动嘴唇，发出“噗噗噗”的声音
3. 用硅胶手指牙刷给孩子口腔刺激-迷走神经(舌)、腭
4. 给孩子软腭(喉咙)刺激-大小不足以卡住喉咙，有食感的土豆泥、香蕉泥、草莓泥等，可以让孩子把嘴巴里的食物咽下去。

2. 咿呀学语阶段

◆ 特点

从3至4个月左右开始，在9至12个月内发展到最佳状态。尤其是孩子用耳朵听到自己的咿呀学语的声音后会感到有趣，所以反复出现这种声音的现象，引起别人关注，或者在拒绝、表达欲望的时候活跃地出现。

◆ 游戏方法

1. 对孩子的咿呀学语声做出反应，和孩子聊天，听着孩子的咿呀学语，回答孩子，“嗯~是啊”，“原来是这样”，“心情很好吗？”等，使用语言对孩子的心情和行动进行沟通，例如“眨眼”，“吧唧吧唧”。

语言表达阶段

1. 初次说话阶段

◆ 特点

出生8至12个月，孩子会从非常熟悉的妈妈、爸爸、奶奶、饭饭、我要等开始，用日常生活中最常接触和紧密联系的一个词来表达。

◆ 游戏方法

婴儿说“奶~奶”的时候，回答说“给你奶~吗？要牛奶吗？”按照孩子的语言回答，让孩子听自己的语音，用正确的词语为其修改，使他能够意识到“奶=牛奶”，给他一定的刺激，了解他已经知道的单词的正确发音。

2. 词语结合阶段

◆ 特点

从18个月开始，孩子就会将周围的环境、感情和要求的表达结合起来，开始造句。



3. 句子形式阶段

◆ 特点

到了2至3岁左右，在孩子表达知道或想要的东西时，会出现两三个词的句子形式，掌握语言的特殊规则和语法，使得自身的语言迅速发展。

◆ 游戏方法

1. 从“给我+牛奶”，向“妈妈+给我+牛奶”扩展，模仿基本的“主语+谓语+宾语”组成的句子。
2. 在游戏时间说“蝴蝶翩翩起舞”，“玩乐高玩吧”等，用清晰的句子来表达有意义的单词。

4. 句子连接阶段

◆ 特点

孩子到了4至5岁的时候，使用简单的句子和句子相连的表达，使用连接词尾和连接词进行连接。到了5岁左右，孩子就可以掌握成人语言体系的主要组成部分了。

◆ 游戏方法

1. 故事接龙游戏，“树林里住着狮子-但狮子想吃草莓-所以去找草莓”等。
2. 讲今天一天的故事，按时间顺序说话，分享经验，共享信息。

婴儿时期语言发展阶段

熟悉上述语言发展阶段后，根据孩子现在的水平提供适当的刺激，但要注意，根据孩子的不同，发育阶段可能会有所不同。牢记这一点，检查一下自己的孩子现在所处的发展阶段，会更有帮助。

例子

◆ **早晨时间语言表达：**“爸爸，去上班。”

◆ **游戏扩展：**“爸爸去上班了吗？”联系云面包童话书，“没有爸爸的鞋子”，“爸爸的鞋子很大”，对物质概念的语言表达，在窗外寻找爸爸的背影，谈论感情。



影响儿童语言发展的因素包括：第一，智力和身体因素、社会和情感因素、性别等“个人因素”；第二，家庭社会经济地位、家庭文化、有没有兄弟姐妹等“家庭环境因素”；第三，学习方法等“教育环境因素”。

其中，后天因素中最需要关心的因素是与父母说话、学父母说话、掌握新的语言，以及在日常生活中使用。

而且，当今社会已经不能排除电视、智能手机等视频媒体对孩子产生的影响了。婴幼儿时期观看视频媒体时依赖于视觉，长时间观看会导致听觉集中力下降，以及语言发展不良。但是，视频媒体还具有根据不同的情况改善多种单词、语言使用等优点。换句话说，孩子在适当的时间和父母一起看的同时说，“那是什么动物呢？嗷呜~呀！啊~害怕”等给孩子自然的语言刺激。如果与孩子谈论相关视频，孩子能够利用它来表达自

己的想法，那么就能弥补视频媒体的缺点，从而看到积极的效果。

总之，给早起宝宝的所有刺激都可以成为未来他生长发育的基础，所以不能忽视任何一个。通过玩耍，通过多种刺激帮助孩子发展，父母可以和孩子一起玩，查看孩子出生6个月后的眼神对视、叫名反应、笑声等社会行为，早期发现异常，进行预防性治疗干预。

培养“自尊心”强的孩子

自尊心可以说是父母给子女的最好的礼物。自尊心可以让人感觉自己可爱、有价值 and 完全体面的人，会影响到生活的各个方面。

自尊心的形成是后天的因素，就像童年的记忆等早期记忆会保留在长期记忆中，会影响一辈子一样。换句话说，小时候的经验对形成自尊心至关重要，强调与父母的互动。

自尊心强的孩子对自己会很有信心。对自己信任始于对父母的信赖。父母的完全相信和关怀，充满爱意的照顾，穿插着适当的管教的养育，让孩子能够正常地成长，这样孩子就能更成功地掌握长大后需要适应和学习的发展任务。另外，如果这些经验积累起来，在社会关系中也得到肯定的反馈，孩子就能在此基础上成长为一个丰富、有趣的生活主体，专注于自我实现，寻找有意义的生活。

但是比起满月儿，早起宝宝的大脑发育和运动功能发展比较晚，所以父母会在幼儿时期孩子自尊的形成方面遇到诸多苦

从不足月出生到长大的幸福，
为那个希望加油

早起宝宝 问答

早起宝宝问答¹

《拯救多顺的微弱呼吸》
专业委员
首尔峨山医院新生儿科
金基洙教授

产妇吸烟和饮酒的影响

问：早起宝宝出生的原因是什么？产妇怀孕期间吸烟或喝酒是造成早起宝宝出生的原因吗？戒烟成功的妈妈，如果在怀孕前吸烟也会造成胎儿早产吗？

答：早起宝宝出生的主要原因。胎儿异常是子宫内胎儿的状态危险，或者怀有双胞胎，或者怀孕期间胎儿本身的各种疾病等引起的。如果羊水事先破裂，也可能会生下早起宝宝。

怀孕期间吸烟或喝酒对孩子很不好。但是孕前吸烟史与早起宝宝的出生应该没有太大关系。

¹ 这是通过《拯救多顺的微弱呼吸》网站(www.babydasom.org)问答公告板，早起宝宝提出问题并获得的金基洙教授的解答内容。

追上来的成长

问：早起宝宝长大后身体会不好吗？如果接受保温箱治疗，孩子的器官是否发育完善？肺部和肠道的功能也会下降吗？

答：早起宝宝在出生后大部分都会在后期赶上同龄宝宝。早起宝宝出生时很小，但后来的生长会逐渐变得越来越快，据说这是为了赶上正常出生的婴儿的平均体重而成长的。大部分情况下，婴儿出生时的体重会有所不同，但通常在3至12个月内赶上。

有些婴儿的体重会持续比正常婴儿低，原因包括遗传、家庭史，以及可能妨碍成长的慢性疾病。

一般认为早起宝宝的肺部和肠道的功能是正常的，除非在重症监护室里长期使用呼吸器，或者肠道系统出现并发症。

慢性肺部疾病

问：我的孩子25周+2天出生，现在70天了。孩子现在的体重是1,120g，肺部不成熟，现在还依靠氧气呼吸系统。主治医生说可能会以这种状态出院。如果要准备好各种医疗器械出院，具体需要什么？

答：如果孩子的现在体重是1,120g，那么从现在开始好

像就不用太过担心了。通常早起宝宝的体重超过2.3公斤时才能出院。如果出院时需要氧气，通常需要氧气或氧气发生器、氧饱和度计、氧气软管和吸引管，需要时可以购买或租赁，准备出院。我们医院还没有过让患者带着家用呼吸器出院的先例。

康复治疗时间

问：我的孩子是28周出生的，出生时1,100克。从保温箱里出来没多久。现在打算马上出院，孩子体重有2公斤了。但是医生说孩子头部出血尚未吸收。我到处向其他妈妈打听，她们说最好尽快接受康复治疗，还没听说过在医院里接受康复治疗的。康复最好从什么时候开始呢？出院后应该立刻开始吗？

答：一般来说，原则是在怀疑孩子有神经学后遗症时开始康复治疗。如果在孩子住院期间诊断出严重的脑损伤，或者在门诊诊断过程中发现发育缓慢或有异常的神经症状，则须要接受康复治疗。

也许妈妈问的是预防性的康复治疗。至今还不能确定什么时候开始预防性康复治疗对孩子最好。很多医生认为如果胎儿在大脑发育最快的孕晚期无法在妈妈的子宫内舒适地生活，那么这样的早起宝宝在保温箱里异常地度过的2至3个月后，可能会对大脑发育产生不好的影响。所以有意见认为，如果可能的话，最好尽快进行康复治疗，这一点我

个人也赞成。尤其是怀孕时间为24周左右这样的短期，或者婴儿体重只有500g左右的严重早产，需要康复治疗。但是到目前为止，早期进行康复治疗时，还没有明显的研究结果表明孩子的神经预后明显好转。所以保险公团没有设定关于预防性康复治疗的报销项目，韩国的大型医院能够进行康复治疗的余力不多，对早起宝宝的预防性康复治疗实际上是困难的。

最好咨询新生儿专业医生，或者康复医学系的医生，决定是否需要进行治疗。

断奶期

问：我的孩子是33周出生的。什么时候开始断奶合适？

答：40周出生的正常婴儿一般在出生后的5至6个月内添加辅食，而早起宝宝从矫正年龄5个月左右开始就可以了。也就是说，早起宝宝是提前两个月出生的，最好在出生后7个月左右开始。

视网膜病vs晶体后纤维增生症

问：我想知道视网膜病和晶体后纤维增生症的区别。因为孩子在保温箱里吸了高浓度氧气，所以听说以后孩子从保温箱里出来的时候，氧气浓度的变化会导致畸形血管的生长，从而对孩子造成损害。两者是指同一种疾病的不同术语吗？还是两者指的是其他疾病？

答：两者指的是同一种疾病。早起宝宝视网膜病是一种更加倾向临床的病名，而晶体后纤维增生症是一种更加倾向病理的病名，最近似乎更加频繁地使用早产儿视网膜病这个词。

视网膜病

问：早起宝宝的视网膜病可以通过手术治愈吗？

答：视网膜病的早期手术有激光手术和冷冻凝固手术两种。最近倾向于做激光手术。手术是为了预防视力下降而进行的，但并非所有情况下结果都是好的。首尔峨山医院每年对视网膜病进行30至40例激光手术。其中，1~2例发生激光手术后效果不好，进而出现孩子失明的情况。

早起宝宝先天性心脏病

问：我的孩子有动脉冠状病、心房中隔缺损、心室中隔缺损等症，以后须要做3次手术，医院方面说这些都是很困难的手术。为了使孩子不受压力，听说有不进行CT扫描，而是通过超声波拍摄进行检查的情况。我的孩子接受了这么困难的手术，还能长得好吗？

答：最近的心脏手术技术发达了很多，所以早起宝宝也可以很好地接受心脏手术。当然，很小的孩子有可能无法做手术。您上面提到的三种疾病可能是稍大的孩子能在没有太大困难的情况下进行的手术，但是如果是很小的婴儿，那么可能会存在一些问题。我想告诉父母的是，有办法治疗就是幸运的。有些情况下，以现代医学无法治愈而令人遗憾的事例很多。虽然父母会很担心，但请相信医务人员，期待有好的结果。

坏死性肺炎症状

问：如果腹泻持续下去，可能会患上坏死性肠炎吗？孩子一直拉黄土色的大便，持续腹泻，说是血但也不红。医生说如果没有流出红的血，可以保守观察，我现在在观察着，但是很担心。周围的人说，这样持续腹泻会导致孩子患上坏死性肠炎的，有这种可能吗？

答：对早起宝宝来说，住院期间可能发生的坏死性肠炎是一种非常严重的疾病。这会引起腹膜炎，严重的话，穿孔可能需要手术。早起宝宝的肠道不成熟是最大的原因，其他像肠下血、感染和哺乳都可能是原因。腹泻的症状不是坏死性肠炎的常见症状。坏死性肠炎的症状包括授乳萎靡、腹胀和血便。

外出

问：我的孩子是早起宝宝，出生时2公斤，出院时2.5公斤。在家里该怎么养育，现在真是太苦恼了。应该避免与人接触吗？可以外出吗？

答：如果孩子出生时有2公斤左右，那么妊娠期通常有33个周左右了。这样的早起宝宝通常在新生儿重症监护室住院2至3周后就可以出院。如果像您提问的那样，2.5公斤时出院，那么妊娠期大概有35至36周左右。您在提问中问了与人接触和外出的问题。我觉得这是一个非常常识性的问题，刚出生的新生儿免疫非常脆弱。因此，新生儿期容易感染，在这种情况下，会导致严重的后果。所以在新生儿期，应该尽可能地避免与外人接触，因为感染的机会可能很多。从前，人们认为，我们的祖先分娩后3周在大门上用系绳来标记，告知外部人员减少出入，所以这可以说是一种非常明智的行为。

脑白质软化症

问：我的孩子是早起宝宝，出生时2,160g。现在出生后有43天了，体重4公斤。吃得好，睡得好，玩得也很好。但是怀疑他有轻微的脑白质软化症。做了脑超声波后检查出脑白质软化症症状，然后进行了核磁共振成像。他可以与人对视，也会看移动的物体，也想抬头。也可以很好地摇晃四肢玩。如果患有轻微的脑白质软化症的话，可以像正常人一样吗？不用担心吗？呼吸也好，其他的都很正常。

答：脑白质软化症的表现症状是脑瘫。婴儿期不容易出现脑瘫的典型症状，很多都是到了1岁以后得到确诊。婴儿期的脑白质软化症的症状是发育迟缓，如果矫正年龄3个月的孩子无法抬头，矫正年龄5个月左右无法翻身，矫正年龄7个月无法正常发育，导致迟缓时可以怀疑为脑白质软化症。在这种情况下，早期进行康复治疗是最好的。如果孩子的生长发育能正常进行，那么轻微的脑白质软化症引起后遗症的可能性就会降低。

使用摇篮

问：我的孩子31周出生，现在有56天了。我的孩子如果自己躺着就会一直哭，我想用摇篮哄他，可以吗？

答：这个不太好说。您的孩子出生时不足月吧？所以摇篮的刺激似乎是太严重的刺激。我认为最好不要使用。

肺部发育不良

问：我的孩子做了动脉导管未闭手术后呼吸持续困难，现在6个月大了，依靠呼吸机呼吸。据说是肺发育不良，这是先天性的病因吗？我想知道呼吸机用得太多的话，孩子长大了之后还能不能好起来。

答：与过去相比，早起宝宝的生存率已经得到了很大提高，所以这是新生儿学领域面临的最大的问题。正如您所说的那样，不成熟的肺部、人工呼吸、氧气、感染和动脉导管未闭等因素会互相作用，您可以认为这是在肺部形成疤痕的疾病就可以了。如果孩子已经使用了6个月的人工呼吸机，那情况就很严重了。因为呼吸机的使用时间越长，断开呼吸机的概率就越低。人工呼吸疗法是挽救孩子的必不可少的治疗方法。如果没有呼吸机治疗，孩子将无法存活到现在。

我们医院有过住院11个月后摘下呼吸机出院的情况。虽然父母也很辛苦，但治疗的老师也会很辛苦。好像要用祈祷的心等待，同时要做最好的治疗。

牙齿的发育

问：我的孩子33周出生，出生时体重1.5公斤，现在有一周岁了。观察孩子的牙齿就会发现，他没有门牙，左边的牙齿先长出来了。我担心牙齿不按顺序长出来会不会有什么问题。

答：一般来说，孩子长牙的顺序是，下面长出两颗门牙，上面长出四个牙齿，但也有像您的孩子一样，旁边的牙齿会先出来。这不是健康问题

发育检查

问：我的孩子是31周出生的，出生时体重2,120g。医院方面说，孩子出生后到5个月前有一点脑出血，现在一共做了4次核磁共振成像了，5个月后因为经济原因没有接受检查。现在有12个月大了。矫正年龄约为9个半月。现在可以抓住人站起来，给他东西就能抓住和放下。翻身、抬头、爬行、抓握、抓住人站起来等，做得都很好。不知道大脑是有异常还是没问题。

答：听了您的提问，我认为孩子在矫正年龄9个半月时似

乎有了适当的成长和发育。如果在一周岁或18个月左右接受贝利等精密的发育检查，就能做出更加明确的评价。

脑出血

问：我的孩子是早起宝宝，现在有15个月大了。孩子出生时脑出血严重，现在正在接受康复治疗。孩子的腿部运动神经出了问题，现在还不能用膝盖爬行和站着走路。请问脑出血后遗症是什么？如果没有后遗症那么能长得好吗？我想知道关于早起宝宝脑出血的相关情况。听说脑部出血两处，一处是导致痉挛、癫痫发作的部分，另一处是管辖四肢的部分。据说一两年后出现残疾的概率为80%以上。我的孩子现在已经有痉挛症状了。我听说脑出血等机能不能治愈。真的很难治愈吗？是脑出血导致腿部运动神经出现问题了吗？

答：早起宝宝越早出生，脑出血和脑白质软化症等引起脑损伤的可能性就越大。脑出血通常分为4个阶段，最严重的情况称为四级出血。一般来说，1 ~ 2级出血不再进行，如果吸收良好的话，脑出血几乎不会引起神经后遗症。但是，如果出血在三级以上，那么留下后遗症的可能性就会逐渐增加。神经学后遗症有脑瘫、智力下降、耳聋、失明、严重癫痫等症状。其中最多的是脑瘫。这是因为运动神经出了问题，所以肌肉的使用便不能自由。在轻微的情况下，只会造成下肢残疾，但是严重的

情况下，连上肢也会出现麻痹症状。其中，还可能伴随有智力下降、严重的癫痫等障碍。

如果有三级以上脑出血引起的后遗症，那么为了将其降低到最低限度，需要积极的康复治疗。当然，这并不意味着康复治疗能治愈所有障碍。只是目标是最大限度地减少后遗症的程度，使状态接近正常即可。

注射生长激素

问：我的孩子出生时体重为1,020g，现在有20个月了，体重7公斤。这段时间，孩子接受了4次肠道手术，1次睾丸矫正手术。现在会爬行、抓住东西站着，牙齿是从旁边的牙开始长出来的。现在混合喂养奶粉和饭、水果等，语言发展状态到了可以叫妈妈、爸爸的程度。医院建议注射生长激素，因为孩子生长发育缓慢。我想知道这种注射是真的有效吗，有没有副作用呢。

答：关于生长激素，如果在出生时是不合理的轻量级婴儿，长到了2至3岁，身高比正常儿童的身高矮，不到三百分位数时，可以考虑使用。

截至目前，生长激素的使用时间还不是很久，所以没有长期跟踪结果，但多项研究证明，生长激素对小婴儿有效。虽然有报告称，过去生长激素的副作用会增加白血病的频率，但最近表明这没有太大的副作用，常常用于身材矮小

的孩子。

也许是因为保险不报销，所以成本上很高，每周要打3次左右的针。

如果孩子现在20个月了就只要观察一下，如果到3岁了孩子依然很矮，那就可以去向儿童内分泌专家咨询一下。

呕吐

问：我的孩子是32周出生的。现在7公斤了。吃奶时，稍微用力就会吐，有时打嗝的时候也会吐。尤其是翻身的时候，经常吐出来。我想知道这是因为胃还没长大导致出现这样的症状，还是吃东西的时候吃得太急了导致的呕吐。

答：很多婴儿都有呕吐的现象。您没有说明从几个月的时候就有7公斤了，所以我们不太清楚，也许是长得太快了，所谓的追赶成长导致的结果。如果孩子呕吐也能适当地增加体重，那么大部分情况下不用担心。请来新生儿门诊咨询一下即可。

生长速度

问：我的孩子是早起宝宝，现在有6岁了。请问早起宝宝的速度是多少？孩子现在比一般的孩子小，生长速度和学习能力等略有差异。孩子能变得像正常人吗？我想详细了解一下早起宝

宝的生长速度和发育特点。

答：如果孩子到了6岁还发育不足，学习能力低下，那么早起宝宝出生后能够追赶成长的时机似乎已经过去了。正如在上面的问题中所说的那样，早起宝宝出生后很多情况下都会出现追赶成长。一旦追赶成长完成，孩子的发育曲线就会与正常孩子一样。

在发育的过程中无法赶上正常孩子。也就是说，以分娩预定日为基准，认为是预定日出生的，从那天开始过去的年龄被称为矫正年龄，应该使用矫正年龄与正常出生的孩子的发育情况进行比较。例如，2007年1月1日出生，孕周28周，这个早起宝宝到了7月1日，年龄为6个月，但评价发育情况时，必须认为矫正年龄为3个月，对孩子进行评价。

眼科检查

问：我听周围的人说，因为早起宝宝会有散光问题，所以每年要检查一次眼睛。眼科检查要定期进行吗？

答：相比于正常的足月儿，早起宝宝发生散光、近视、弱视等的频率较高。正常的孩子也最好每年做一次眼科检查，所以我强烈推荐早起宝宝们也接受眼科检查。

面部神经障碍

问：我的孩子在27周出生，出生时体重980g，现在33周，体重1,630g。孩子左嘴角像抽动一样上提，睁开眼睛闭上后，右眼好像有点闭不上。在他笑的时候看，任何一边都没有下垂等现象。我想相信这是没有异常的迹象，但如果有一边面部有异常，那自己在家中有办法区分吗？孩子吃奶瓶吃得很好。另外，如何区分一般痉挛和新生儿常见的颤抖呢

答：看起来孩子不是有面部神经麻痹。如果怀疑是面部神经麻痹的话，主治医生就会告知了。在健康的早起宝宝或新生儿中，偶尔会有肢体或嘴唇颤动几秒钟的情况发生。这不是异常的表现。和痉挛做区分的时候，如果是痉挛的话，颤动会持续得更久，颤动的动作不快，有规律性，即使抓住孩子，颤动也不会停止。

骨质减少症

问：我想知道骨密度低的早起宝宝是否能正常地成长，他们的成长过程是怎样的。

答：早起宝宝住院初期营养供应不畅，尤其是在孕晚期胎儿会从妈妈身上获取营养物质并积累，而早起宝宝的体内缺乏这些营养物质，因此经常会出现各种营养不良

的情况。因此，住院期间早起宝宝经常会出现骨质减少症。这种骨质减少症是正常的，只要能好好吃奶，就能够获得足够的钙和维生素D，从而恢复正常。虽然不知道什么时候能恢复正常，但出院后最好喂母乳或牛奶就行了。

光线治疗和交换输血

问：我想知道光线治疗和交换输血是什么。接受治疗能完全好转吗？

答：在新生儿期发生的不寻常的疾病中，有一种叫作新生儿黄疸的疾病。体内产生的胆红素要在肝脏中解毒和清除，不管肝脏功能是否成熟，还是胆红素的产生量有多少，体内的胆红素数量都会增加。如果胆红素太多，就会沉积在大脑中，引起脑损伤。为了防止这种脑损伤，需要进行光线治疗或交换输血。轻度新生儿黄疸须要进行光线治疗，严重新生儿黄疸则须要迅速降低胆红素浓度，从而进行交换输血。黄疸是一种新生儿期过后能完全好转的疾病。只是为了预防脑损伤、听力障碍等神经后遗症而治疗。



早起宝宝支援项目《拯救多顺的微弱呼吸》从2004年开始向因为对这个世界充满好奇而早出生的早起宝宝们提供住院治疗费和康复治疗费。还开展改善对早起宝宝认识的活动，以及对早起宝宝家庭的多种情感支持。

MISSION 使命

我们的使命是让所有的早起宝宝健康地成长，帮助早起宝宝家庭在逆境中不受挫折。

VISION 愿景

- 降低早起宝宝的放弃治疗率，持续提高康复治疗率。
- 建立一个早起宝宝家庭容易寻求帮助的支援系统。
- 为了传播健康的捐赠文化，我们坚持开展各类活动。
- 引发针对早起宝宝的健康的认识和支持制度的变化。

创造一个健康温暖的世界，
《拯救多顺的微弱呼吸》所追求的世界。

CORE BUSINESS 核心项目

早起宝宝 治疗费 支援项目

- 初期住院治疗费支援项目
- 再住院治疗费支援项目
- 康复治疗费支援项目

早起宝宝 环境创造 支援项目

- 研究调查和专家座谈会
- 建立与早起宝宝相关的专业信息网络
- 支援早起宝宝并传播专业信息



改变世界的微小变化

The beautiful foundation是人类创始的。
是捐赠者、区域活动家和美丽的市民共同创造的财团。

人类创造的the beautiful foundation蕴含捐赠者的夙愿，
投资于“小小的变化”。

在健康、教育、劳动、文化、社会参与、安全、居住、环境
八大领域中，分阶段种下“小小的变化”，呵护它们发芽、撒种，
帮助它们成长。

我们的梦想既不是很伟大，也不是很远大。
因为我们相信奇迹始于“小小的变化”。

the beautiful foundation一直在努力学习，如何在根植于现场的团体和市民
社会共同发展的时候，
带来真正的变化。

与市民在一起
“改变世界的小小变化”开始了。

为所有人设立的市民财团
The beautiful foundation



VISION 愿景

走向共生社会的分享的生活化

the beautiful foundation追求所有人都向往的“共生社会”，
积极实践行动愿景，共同实现“分享的生活化”。

MISSION 使命

培养市民公益活动的创造性支援财团

构建公益活动的 可持续模式

超越传统的慈善活动，追求变化，追求开发活动模式。以合作与团结为前提，发掘共同实现愿景的团体。并且支持组织的成立、工作和自立。

注重实践的市 民捐赠文化的 扩散者

通过明确参与分享过程的个人(捐赠者、申请人)、企业、团体、政府等各自的角色和责任，有助于正确的分享文化的稳定和扩散。

VALUE 核心价值

透明度



公益性



相互尊重



支援项目

the beautiful foundation

通过40多个项目帮助邻里，支持公益活动。

通过消除各种不平等来创造变化

在教育、健康、劳动、文化、社会参与、安全、居住、环境等八个领域中，根据我们所有社会成员必须得到保障和共同要求的人性生活条件，创造各种变化。

通过根本的问题解决来创造变化

为了在小小的支持下创出更大的变化，社会性认识必须发生变化，政策也必须发生变化。从基础支援到政策改善，我们将通过更根本的问题解决来创造改变。

教育领域

- 大学生教育费支援项目
- 高中生教育费支援项目
- 中学新生校服支援项目
- 青少年职业探索支援项目
- 徐章锡领导能力工程支援项目
- 关于移民儿童保育权的支援项目



健康领域

- 单亲家庭女性家长健康权支援项目
- 居家痴呆老年人辅助器械支援项目
- 环保残疾辅助设备开发项目
- 早起宝宝住院治疗费支援项目
- 早起宝宝康复治疗费支援项目



劳动领域

- 单亲家庭女性创业资金贷款支援项目



文化领域

- 儿童青少年文化享受活动支援项目
- 青少年创作活动支援项目



安全区域

- 为了消除工伤补偿死角地带的支援项目
- 保障儿童安全权的支援项目
- 独居老人生活费支援项目
- 哈拉基金指定委托项目
- 有机动物保护活动支援项目



居住领域

- 住宅区综合征集支援项目



环境领域

- 风力功劳者支援项目



社会参与领域

- 小变化支援中心支援项目
- 地区公益活动家故事营支援项目
- 社区居民社会能力强化支援项目
- 公益团体培育支援项目
- 公益活动家网络支援项目
- 公益活动家休息支援项目
- 公益活动家海外研修支援项目
- 市民公益活动支援项目
- 青少年公益活动支援项目
- 变化的方案赞助者支援项目
- 变化的方案工程支援项目
- 亚洲民主主义和人权基金项目
- 捐赠文化规划研究和规划文化图书支援
- 捐赠文化研究硕士学位论文支援项目
- 捐赠文化总署，韩国捐赠，分享教育



* 新商号的部分变更

参与捐赠

定期捐赠

在教育、健康、劳动、文化、社会参与、安全、居住、环境等八个领域，用1%的分享创造改变世界的小变化。

筹集资金

大约90多个the beautiful foundation基金是长期而持续地引领社区变革的种子。

根据基金的目的、运营期限和支援工作等，筹集资金。

企业社会贡献

the beautiful foundation正在和企业一起做小小的变化。

通过开设企业基金、员工共同分享工资、举行内部活动、与商品相关联的公共营销等多种方式共同进行。

生命周期捐赠“美丽的一天”

通过分享人生宝贵的瞬间，为了更有意义地纪念的纪念日捐赠项目。

周岁 结婚 生日 诞生/百日 起胎名 悼念 遗产 只属于我的纪念日

捐赠咨询

网站 www.beautifulfund.org/donation

电子邮箱 nanum@beautifulfund.org



1% 나눔으로
세상을 바꾸는 작은 변화

请阅览the beautiful foundation的更多故事:D

网站



可确认the beautiful foundation的项目和捐赠方法指南、支援项目申报、年度报告等资料和新消息。
www.beautifulfund.org



博客



有捐赠者的故事、现场的声音等多种资讯。请了解the beautiful foundation的日常生活吧。
blog.beautifulfund.org



脸书



最生动地传达the beautiful foundation的消息。还有多种非营利性、NPO 信息。
www.facebook.com/beautifulfund



主要网站

捐赠文化研究所
research.beautifulfund.org

生命周期捐赠“美丽的一天”
thebeautifulday.org

分享教育
nanumedu.org

拯救多顺的微弱呼吸
babydasom.org

希望商店
hopestore.org



备忘录

备忘录

备忘录

备忘录

备忘录

备忘录

早起宝宝 养育手册

从不足月出生到长大的幸福,
为那个希望加油

出版 the beautiful foundation
首尔市钟路区紫霞门路19号路6号(玉仁洞13-1)
电话：02-766-1004
传真：02-6969-5196
www.beautifulfund.org

发行人 韩灿熙
发行日期 第6版印刷 2019年12月
设计 Letter and records
制作 JK Printing