



什麼是發展式照護？

發展式照護意思是讓嬰兒的行為引導其與其他人的接觸。

大多數健康足月生產和晚期早產兒喜歡有人跟他們說話、唱歌、抱起、搖晃等，這些行為也能幫助嬰兒發展。然而，有些早產或生病的嬰兒可能會覺得同樣的行為造成壓力。

發展式照護如何運作？

您的醫護團隊將幫助您瞭解您的嬰兒何時想要互動，以及何時感到壓力。每名嬰兒都是不同的，但您可能看到以下某些行為：

嬰兒想要互動：

- 手臂、腿和臉部表情放鬆
- 吸吮手指或手
- 清醒且安靜
- 眼睛明亮發光
- 注意力集中（查看）
- 吸吮活動
- 手指捲起
- 轉向有聲音的方向

嬰兒感到壓力：

- 呼吸速率改變
- 心跳速率改變
- 顏色改變（蒼白、發藍）
- 皺眉頭或表情很怪
- 哭鬧和過分激動
- 扭動
- 手指張開（張手）
- 打哈欠



用您的手支撐嬰兒可能有幫助。

隨著時間經過，您將瞭解您的嬰兒使用哪些行為溝通。

瞭解發展式照護 (續)

什麼是與我的嬰兒互動的最佳方法？

藉由嬰兒的行為瞭解嬰兒喜歡和不喜歡哪些行為。您可能必須嘗試各種不同做法。以下列出一些提示：

- 探索可讓嬰兒放鬆感到舒服的觸摸類型。試試看將手靜靜放在嬰兒上，而非拍打或敲打
- 對於還未準備好讓人抱起來的嬰兒，試試看在嬰兒床或保溫箱中支撐嬰兒。將您的手放在嬰兒的頭、臀、腳或肚子。請確保只在原處支撐嬰兒；不要移動您的手
- 讓您的嬰兒抓住您的手指
- 對嬰兒緩慢小聲講話或朗讀，持續一段短短的時間（通常為 5 至 10 分鐘）
- 如有可能，請讓您的嬰兒看著您的臉
- 請記得，有些嬰兒在經歷太多事情之後，可能會感到壓力。試著一次只做一件事情，例如講話、搖晃或觸摸

如果我的嬰兒看起來感受壓力，我該怎麼做？

感受壓力的嬰兒需要休息，通常是在安靜微亮的地方休息。

接下來會發生的事？

隨著您的嬰兒成長與發育，行為將有所改變。對於某些行為可能比較沒那麼感到壓力。請和您的醫護團隊一起找出對您的嬰兒最好的作法。

袋鼠式照護

有些在 NICU 的嬰兒可能會從肌膚接觸中獲得益處。讓嬰兒依偎在父母胸膛中，這種作法稱為袋鼠式照護。母親和父親都可以參與袋鼠式照護。



如果您的嬰兒已經準備好讓您抱起來，那麼袋鼠式照護可以有下列效果：

- 心跳速率和呼吸更穩定
- 體重增加更快速
- 比較不會哭叫
- 改善父母與孩子之間的情感連結

請與您的醫護團隊討論，瞭解袋鼠式照護是否適合您的嬰兒。

請造訪 www.nicu-pet.com，
下載額外副本。

附註：

簽名： _____ 日期： _____ 時間： _____