

認識 「嬰兒猝死症候群」

◎高雄長庚新生兒科主治醫師 歐陽美珍



2~3 個月大的王小弟，清晨 5 點多，被母親發現全身冰冷發黑已經沒有生命跡象躺在床上。媽媽心痛的描述，前一晚男嬰好端端沒有任何異狀！醫師不排除是嬰兒猝死症候群。辛苦懷胎十月的心肝寶貝來不及長大，媽媽哭斷腸！此類案例也常發生在托嬰中心或保母的照顧嬰兒上，甚至醫療院所，這種不明原因，嬰兒突然死亡，醫學上稱為「嬰兒猝死症候群」。因其迷霧樣的突發，常常造成家庭、父母或照顧者措手不及無法接受此殘酷事實，傷痛自責，而醫病紛爭與傷害接踵而至，甚至對簿公堂，讓家有嬰幼兒的父母擔心不已！

● 什麼是嬰兒猝死症呢？

健康的嬰兒（美國小兒科醫師學會 AAP 定義 1 歲以下嬰兒）無法預期的突發性死亡，不論其病史、身體檢查、案發現場調查及屍體解剖檢查，都無法解釋或是發現死亡的原因，即可歸類為嬰兒猝死症。美國國家兒童健康及人類發展機構（the National Institute of Child Health and Human Development, NICHD）在流行病學上的調查顯示，發生率約為

千分之 0.5 到千分之 1.2 左右。平均發生年齡為 11 星期大嬰兒，多發生 2 到 4 個月這段時期，90% 發生在 6 個月大以前。它雖不分種族、地域性，在全世界都會發生，但是白種人、黑人及美國的印地安人較常見，而東方的黃種人發生率較低。男嬰發生率較高，一般半夜至清晨發病為多，多半在嬰兒睡眠中，常見於秋季、冬季和早春時分。

● 嬰兒猝死症的高危險群

新生兒常常都是無聲的表達，照顧者容易疏忽。雖然嬰兒猝死症真正的原因目前仍在研究中，但以下是可能增加猝死的高危險群：

1. 母親有下列情形時，嬰兒罹病可能性增加：包括年齡小於 20 歲、未婚、貧困、未接受產前檢查、妊娠期未有足夠醫療照顧、產前體重增加不良、兩次懷孕時間間隔太短、懷孕期間生病、曾經有過流產、抽菸或吸毒的紀錄等。
2. 早產兒機率是足月兒的 3 到 4 倍。
3. 新生兒體重過低。
4. 趴睡。

5. 睡在鬆軟的床及環境過熱。
6. 男嬰較女嬰易發生。
7. 環境有二手菸。
8. 嬰兒與大人或其他兒童共睡一床。
9. 低社經地位。
10. 先前有嬰兒猝死症的家族史。

● 如何減少嬰兒猝死症之發生

事前的預防，避免以上危險因子的存在，例如 (1) 勿讓嬰兒趴睡。(2) 美國小兒科學會建議家長，在嬰兒滿 1 歲之前可以讓嬰兒睡覺時吃奶嘴降低發生率。哺育母乳之嬰兒建議於 1 個月已經建立母乳哺育習慣後再使用奶嘴。(3) 把嬰兒裹到腰部以上，只需包裹他們的上

半身，讓雙腿可以自由活動，並且不要覆蓋住嬰兒的頭部。(4) 嬰兒應該睡在堅實、平坦的表面，而不是睡在毛絨絨或鬆軟的表面，如沙發或鬆軟的床墊上。(5) 避免嬰兒過熱，勿使室內溫度過高或讓嬰兒衣著過多睡覺。(6) 不能有二手菸環境。(7) 嬰兒應睡在自己的嬰兒床，同時與父母睡在同一個房間最安全。(8) 餵哺母乳。(9) 常規接種疫苗，有研究顯示可能有降低嬰兒猝死效果。

入秋之際，天氣逐漸轉涼，父母聞之色變的嬰兒猝死症每年此時奪走了很多無辜的小生命，希望父母及照顧者了解如何預防嬰兒猝死症及掌握正確照護方法，相信有助減少不幸悲劇發生。✧



長庚e指通 服務APP

《掛號、導覽、繳費》
e指搞定





行動e導覽
智能e掛號
快速e繳費



林口長庚紀念醫院
Chang Gung Memorial Hospital, Linkou