

一般而言,新生兒的生理狀態可由其身體動作,眼睛活動,面部表情,呼吸型態,以及對刺激的反應情形來加以判定。新生兒的生理狀態就是新生兒在一天 24 小時中一種清醒/睡眠週期。根據新生兒的生理狀態了解其需要以提供育嬰照顧,將有助於照顧者的自信心與成就感。

新生兒生理狀態

安靜睡眠期

- ◎無身體活動
- ◎呼吸平穩有規律
- ◎無面部與眼部活動
- ◎突發的吸吮動作
- ◎偶發的驚嚇反應
- ◎一般沒有任何動作

照顧之原則

- 很難喚醒,如果喚醒很快又會睡著
- 不鼓勵給予侵入性的活動
- 此時給予餵奶將不成功,並使照

顧者產生挫折感

- 此時可以給與一些動作較輕微的照顧活動如剪指甲
- 此時的新生兒對外界重複性刺激可以自我排除,因此照顧者可以從事一般日常活動而不用害會驚怕醒他

活動睡眠期

- ◎較多的身體活動
- ◎呼吸較不規律
- ◎出現少許面部表情如笑
- ◎出現眼珠轉動現象
- ◎對刺激較有反應

照顧之原則

- 需要費點力才能喚醒
- 此時給予餵奶亦不成功,並使照顧者產生挫折感
- 此時照顧者常以為新生兒要醒了
- 此時照顧者若試圖以刺激喚醒新生兒將使其進入昏昏欲睡期,
- 反之,若給予一些安撫會使新生兒再進入安靜睡眠期

昏昏欲睡期

- ◎身體活動增加
- ◎呼吸出現不規律
- ◎眼睛忽張忽閉
- ◎眼睛發呆
- ◎反應遲緩



照顧之原則

- 較容易喚醒
- 很難判斷新生兒是醒或是睡著的
- 如果不去驚擾或是給予一些安撫新生兒,他會再睡著
- 此時若給予視、聽、觸、或吸吮上的刺激將可以喚醒,

方法如下:

- 給新生兒脫衣服,或將手由包布裡抽出
- 將新生兒直立起來
- 用高音調而溫和的聲音與其說話
- 讓新生兒看你的臉
- 刺激新生兒的尋乳反射,吸吮反射及抓握反射

安靜清醒期

- ◎少量的身體動作
- ◎呼吸規律
- ◎臉看起來有精神
- ◎眼睛張大而有光亮
- ◎對刺激有反應

照顧之原則

- 此時適合給予哺餵,向其說話或注視,抱或撫慰
- 此時是最好的學習階段,新生兒對刺激相當有反應
- 在剛出生的新生兒此階段相當明顯,是與母親進行眼對眼接觸的最好時段,接著是一段較長的睡眠期
- 在此時給予視覺刺激要注意:
 1. 新生兒能看到物體的距離約7-8英吋
 2. 新生兒最喜歡的圖案是黑白對比的圖案如人的眼珠,人的臉孔與會動的物體

活動清醒期

身體動作很多

- ◎呼吸不規律
- ◎臉部不停的轉動
- ◎眼睛張大但不亮
- ◎對刺激很敏感



照顧之原則

- 此時期是新生兒生理狀況需要改變發出訊號的階段,例如需要被哺餵、抱、安撫等
- 此時的新生兒也許會找到一種自慰的方法,使自己安靜下來,例如:

#吸吮自己的指頭

#玩自己的手、腳或舌頭

#將注意力轉向週遭的聲音,面孔

此時的新生兒若沒有得到照顧者的安撫,亦沒有尋到自慰的方法,即會進入哭泣期

哭泣期

- ◎呼吸不規律
- ◎做鬼臉
- ◎哭
- ◎面部顏色改變

照顧之原則

- 新生兒已忍耐達到極限
- 此時新生兒亦可以找到一種自慰的方法或需要照顧者的安撫
- 此時照顧者可以先讓新生兒自己尋求一種自慰的方法,若依然無法得
- 到自我安慰在 15 秒之後才給予安撫,如:

#讓新生兒看自己的臉

#用輕柔低調聲音向其說話

#將新生兒的雙手放在其腹部

#將新生兒直立或抱起來

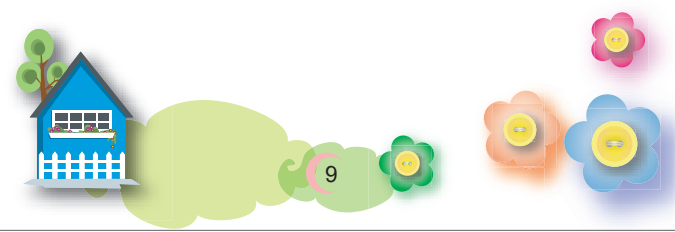
#輕微搖著新生兒

#將雙手放在新生兒的腹部

#給予安撫奶嘴



Memorandum





佛教大林慈濟醫院
Buddhist Dalin Tzu Chi Hospital

敬祝您

身體健康 平安吉祥

新生兒的 生理狀態 與照顧原則

佛教慈濟醫療財團法人

各院區健康諮詢專線

花蓮慈濟醫院:(03)8562016

玉里慈濟醫院:(03)8882718 分機 9

關山慈濟醫院:(089)8148000 分機 128

台北慈濟醫院:(02)66289779 分機 2236

台中慈濟醫院:(04)25368069

大林慈濟醫院:(05)2648333

斗六慈濟醫院:(05)5372000 分機 127

嘉義慈濟診所:(05)2167000

網址：<https://dalin.tzuchi-healthcare.org.tw/>

大林慈院 113. 修訂

E8R2826446-02

中文