

## 嬰兒腹絞痛

相信大部分當父母的都曾因為小孩無緣無故的哭鬧或躁動不安而變得手足無措，檢視的結果又不是肚子餓或大小便不舒服，最後只得將寶寶送至小兒科求診。為什麼嬰幼兒常常哭鬧不安呢？是不是真的無緣無故呢？事實上，嬰幼兒哭鬧、躁動不安正表示他「不舒服」，當家長面對一個哭啼不停的寶寶時，要先保持冷靜，可以在家裡嘗試把寶寶不舒服的原因找出來，不一定得心慌慌的馬上緊急送醫處理。造成嬰兒哭鬧不安、睡不安穩的原因有很多，常見的原因包括：

1. 腹絞痛。
2. 腹脹、脹氣。
3. 便秘。
4. 腸胃疾病：腸胃炎、牛奶蛋白過敏、乳糖耐受不良、腸套疊、盲腸炎、寄生蟲等。
5. 尿布疹。
6. 疝氣：臍疝氣、腹股溝疝氣。
7. 皮膚外傷：蚊蟲螫傷、別針或異物刺傷。
8. 長牙。
9. 鵝口瘡（口腔念珠球菌感染）。
10. 其他疾病：如呼吸道感染、疹性咽峽炎、肺炎、腦膜炎、泌尿道感染、敗血症等。

上述原因有一些需要緊急處理，甚至手術治療，所以家長不能掉以輕心。話說回來，的確有不少嬰兒是找不出毛病，白天能吃能睡，晚上哭鬧不停，這些便是常被稱為「磨娘精」的腹絞痛嬰兒。嬰兒腹絞痛可能是 3 個月內嬰幼兒哭鬧不安、睡不安穩最常見的原因，一般開始於 3~4 週大，特徵為反覆發作的腹痛及哭鬧，尤其好發於晚上時間，哭聲高亢且連續，厲害者甚至滿臉通紅、嘴脣周圍呈蒼白現象、腹部鼓脹且緊繃、大小腿彎曲、食慾減退，常令家長們焦慮不安、徹夜未眠。

### 嬰幼兒為什麼會腹絞痛？該如何處理才好？

嬰幼兒腹絞痛的真正原因還不是很清楚，有些研究報告懷疑可能是荷爾蒙分泌異常，使腸子蠕動加快所致。臨床觀察也發現較容易發生在某些嬰兒身上，例如吞食過多空氣、過度餵食、乳糖耐受不良、牛奶蛋白過敏、體質過敏等，目前醫學上並不能以單一因素來解釋其真正發病的機轉，或許是多種因素交互作用所造成。有鑑於此，醫學上也沒有特別的治療藥物及方法。雖然目前在醫學上並沒有所謂的特效藥，但由於絕大部分嬰兒在 3 個月大後即可自行痊癒，家長不需要太過擔心而到處求醫。以下提供一些方法，或許可以減輕甚至改善腹絞痛的症狀。

1. 當嬰兒哭鬧時，可以把嬰兒抱直或抱嬰兒趴在家長雙腿上，另外腹部墊一個熱敷袋也會有幫助。

2. 有時讓嬰兒排氣或排便也會使症狀減輕，所以醫師有時會給予肛門塞劑或灌腸。
3. 在腹部肚臍周圍塗抹薄荷油（或驅風油），或用熱毛巾覆蓋腹部，亦可以幫忙排氣，緩和症狀。若遇到症狀厲害或持續很久的嬰兒，小兒科醫師有時會處方輕微的鎮定劑。若情況需要，可以暫時住院觀察，以便注意有無器官性疾病，另外也可以讓家長休息及放心。

在預防方面，有些方法或許有些幫助，例如：改善餵奶技巧、避免過飽或不足、餵奶後要讓嬰兒打嗝、奶洞大小要適當以避免吞食大量的空氣、提供安靜舒適的環境、嘗試找出會引起嬰兒過敏的食物或配方、盡可能以母乳來哺餵嬰兒，必要時可以換成低乳糖或不含乳糖配方、酸化配方奶粉，甚至低過敏或水解蛋白配方奶粉，但最好請教小兒科醫師來選擇適當的奶粉，不宜貿然自行更換。另外，坊間有不少偏方和成藥，如八寶粉和驚風散，請家長盡量避免使用，以免造成重金屬中毒（砒砂含鉛）。若有必要，小兒科醫師會處方藥物以減輕嬰兒的症狀。由於嬰兒腹絞痛大部分隨著年齡增加而減輕，而且甚少持續超過 3 個月大以上，家長不必過於擔心，只要保持冷靜，好好與所相信的醫師配合，排除其他也會造成嬰兒哭鬧不安的原因，加上耐心和信心，必定能夠安然度過這段時期，能睡得安穩、做個好夢。