關於黃疸和我的新生兒我須要知道什麼？

What do I need to know about jaundice and my newborn?

黃疸是什麼？

您可能看見寶寶的皮膚和眼白帶淡黃色，這稱為黃疸。出生後，寶寶有額外多的紅血球，這些額外多的紅血球會分解是正常的。當它們分解時，一種稱為膽紅素的黃色物質會形成。寶寶血液裏的額外多膽紅素使到皮膚和眼白呈現淡黃色。由於這些額外多的膽紅素，寶寶很多時想睡多點及不那麼經常吃奶。

有多少嬰兒有黃疸？

黃疸很常見。大約半數足月的嬰兒，以及大約四分三在懷孕37周之前出生的嬰兒(又稱為早產嬰兒)，會有黃疸。

在大部分嬰兒當中，黃疸是不嚴重的，只會持續幾日。黃疸在嬰兒出生後的四至五日達到最高峰，然後就慢慢消退。有些嬰兒體內有大量膽紅素，如不加以治療，這種情況可以引起危險。

如果您的寶寶是在懷孕37周之前出生、有瘀傷、或血型與母親不同，她或他有較大機會有黃疸。

我可以怎樣幫我的寶寶？

- 盡量配合寶寶想吃多少次奶和想吃多長時間。您的乳汁會讓寶寶得到分解膽紅素所需的精力。
- 黃疸很多時使寶寶有點兒更想睡，以及吃奶較慢。您可能要弄醒寶寶，以確保她或他在24小時內吃奶8次或以上。您最初分泌的乳汁(稱為初乳)有助寶寶大便，而這種情況也有助寶寶除去膽紅素。經常餵母乳也可幫助您更快有乳汁。
- 不要給寶寶喝水。水只會填滿寶寶的肚子，減少吃母乳，並且無助除去膽紅素。

關於黃疸和我的新生兒我須要知道什麼？

What do I need to know about jaundice and my newborn?

黃疸是什麼？

您可能看見寶寶的皮膚和眼白帶淡黃色，這稱為黃疸。出生後，寶寶有額外多的紅血球，這些額外多的紅血球會分解是正常的。當它們分解時，一種稱為膽紅素的黃色物質會形成。寶寶血液裏的額外多膽紅素使到皮膚和眼白呈現淡黃色。由於這些額外多的膽紅素，寶寶很多時想睡多點及不那麼經常吃奶。

有多少嬰兒有黃疸？

黃疸很常見。大約半數足月的嬰兒，以及大約四分三在懷孕37周之前出生的嬰兒(又稱為早產嬰兒)，會有黃疸。

在大部分嬰兒當中，黃疸是不嚴重的，只會持續幾日。黃疸在嬰兒出生後的四至五日達到最高峰，然後就慢慢消退。有些嬰兒體內有大量膽紅素，如不加以治療，這種情況可以引起危險。

如果您的寶寶是在懷孕37周之前出生、有瘀傷、或血型與母親不同，她或他有較大機會有黃疸。

我可以怎樣幫我的寶寶？

- 盡量配合寶寶想吃多少次奶和想吃多長時間。您的乳汁會讓寶寶得到分解膽紅素所需的精力。
- 黃疸很多時使寶寶有點兒更想睡，以及吃奶較慢。您可能要弄醒寶寶，以確保她或他在24小時內吃奶8次或以上。您最初分泌的乳汁(稱為初乳)有助寶寶大便，而這種情況也有助寶寶除去膽紅素。經常餵母乳也可幫助您更快有乳汁。
- 不要給寶寶喝水。水只會填滿寶寶的肚子，減少吃母乳，並且無助除去膽紅素。

還有什麼可以有幫助？

寶寶的膽紅素水平可以由醫護人員用針刺寶寶的腳後跟，取少許血液來加以檢驗。在抽血期間抱著和給寶寶餵母乳，可減低痛楚，對寶寶有幫助。

如果膽紅素的數量上升，醫生或助產士可能決定將寶寶放在特殊的藍色燈下，這稱為光照療法。光照療法把膽紅素改變成無害形態。這種療法可用兩種方式進行：

- 高架藍色燈
- Wallaby® 光照治療系統。

高架藍色燈只會在醫院裏使用。Wallaby® 系統是一種來自葉片的特別的光。這葉片是放在寶寶的背部。這種治療可以在醫院或家裏進行。請與醫生或助產士商談哪種治療對寶寶最適合。

請與醫院職員商談這方面以及寶寶在接受光照治療期間有什麼其他特殊需要。醫院或社區裏的護士可幫助您解答餵母乳方面的問題。

回到家裏時，如有以下情況，**致電**醫生、助產士或社區衛生護士：

- 您認為寶寶有黃疸。
- 寶寶過了一星期大之後仍有黃疸。
- 寶寶皮膚上的黃色增加，或者如果您看見寶寶的身體、手臂或大腿有黃色。
- 寶寶是異常睏倦及沒有醒過來一日吃奶8次或以上。

回到家裏時，記住…

還有什麼可以有幫助？

寶寶的膽紅素水平可以由醫護人員用針刺寶寶的腳後跟，取少許血液來加以檢驗。在抽血期間抱著和給寶寶餵母乳，可減低痛楚，對寶寶有幫助。

如果膽紅素的數量上升，醫生或助產士可能決定將寶寶放在特殊的藍色燈下，這稱為光照療法。光照療法把膽紅素改變成無害形態。這種療法可用兩種方式進行：

- 高架藍色燈
- Wallaby® 光照治療系統。

高架藍色燈只會在醫院裏使用。Wallaby® 系統是一種來自葉片的特別的光。這葉片是放在寶寶的背部。這種治療可以在醫院或家裏進行。請與醫生或助產士商談哪種治療對寶寶最適合。

請與醫院職員商談這方面以及寶寶在接受光照治療期間有什麼其他特殊需要。醫院或社區裏的護士可幫助您解答餵母乳方面的問題。

回到家裏時，如有以下情況，**致電**醫生、助產士或社區衛生護士：

- 您認為寶寶有黃疸。
- 寶寶過了一星期大之後仍有黃疸。
- 寶寶皮膚上的黃色增加，或者如果您看見寶寶的身體、手臂或大腿有黃色。
- 寶寶是異常睏倦及沒有醒過來一日吃奶8次或以上。

回到家裏時，記住…

© 2010 BC Women's Hospital & Health Centre BCW662 [Chinese]