文章

早產兒知識 ： 未滿37周出生為早產兒，瞭解早產兒照顧與長大後遺症

十月 6, 2022

1 MIN

早產兒的定義是指媽媽妊娠週數滿 20 周但未滿 37 週就出生的嬰兒，而根據嬰兒體重又能夠分為低體重兒、極低體重兒與超低體重兒。本文有請義大醫院兒童醫學部副部長吳建儀，針對早產兒常見問題，來為早產兒爸媽們一一解答。

Author(s): 受訪人 – 吳建儀醫師

何謂早產兒？醫生來說明！早產兒定義與類型

早產兒的定義是什麼？吳建儀醫生指出，**早產兒的定義是以媽媽的妊娠週數來看，只要媽媽妊娠週數未滿37週就出生，寶寶就會被判定成早產兒。**而根據妊娠週數，又分為極早期早產兒、早期早產兒、中期早產兒以及晚期早產兒；此外，醫師也會依據不同的胎兒體重來分成低體重兒、極低體重兒與超低體重兒 3 大類，以下是早產兒的區分標準。

早產兒分類標準1：妊娠週數

媽媽妊娠週數未滿37週，寶寶就屬於早產兒。

- 極早期早產兒：未滿28週
  特徵：身體瘦小，還不會哭鬧，動作幅度極小。
    - 寶寶生理功能發展尚不成熟，需透過靜脈注射攝取營養。
    - 未滿28周的早產兒會交由新生兒加護病房（NICU）接受專業醫療照護。

- 早期早產兒：28~32週
  特徵：開始會哭、有較多動作，能夠短暫清醒、睜開眼睛。
    - 攝取營養方式：靜脈注射、鼻胃管。
    - 28週後新生兒存活率超過九成，明顯提升。

- 中期早產兒：32~34週
  特徵：部分中期早產兒可以自行呼吸、有調節體溫能力；有些中期早產兒也可以開始讓媽媽親餵或瓶餵。
    - 相對極早期、早期早產兒健康風險較低，但學習、行為問題發生風險仍較足月寶寶高。

- 晚期早產兒：34~37週
  特徵：寶寶動作較為流暢；部分可以親餵與瓶餵。
    - 新生兒發育狀況相對完整成熟，較少長期後遺症，但與足月新生兒仍有差異，不可忽視可能的健康問題。

以下表格為不同週數早產兒的平均發育生長數據：

妊娠週數	體重	身長	頭圍
極早期早產兒（未滿28週）	800~1000公克	33~36公分	23~25.5公分
早期早產兒（28~32週）	1000~1700公克	36~42公分	25~29公分
中期早產兒（32~34週）	1700~2000公克	41~44.5公分	29~31公分
晚期早產兒（34~37週）	2000~3000公克	44~48公分	31~33公分

延伸閱讀：寶寶34週就出生如何照顧？醫生帶你了解早產兒照護方式

早產兒分類標準2：新生兒體重

早產兒時常伴隨著低體重的狀況，依出生體重公克數又分為：

- 低體重兒：出生體重1500~2500公克
- 極低體重兒：出生體重1000~1500公克
- 超低體重兒：出生體重1000公克以下

根據衛生福利部統計，在台灣每 10 位就有 1 位為出生體重低於2500公克的低體重兒，其中若有出生體重低於 1500 公克的新生兒，在他的長期發育與神經發展狀況上，會更需要家長持續關注。同時也需要注意早產兒成長，通常會以矯正年齡來看寶寶的生長曲線，才能夠正確評估寶寶的成長狀況。

延伸閱讀：早產兒體重多少算過輕？了解「低出生體重兒」照顧重點



▲依據妊娠週數以及新生兒體重來為早產寶寶做分類，可以更好地評估寶寶成長狀態

早產兒照護該注意什麼？醫生建議掌握4大面向

若真的早產產下早產兒寶寶，各位家長也不用太擔心。只要細心照顧，用對方法照顧早產新生兒，早產寶寶也能健健康康長大。吳建儀醫生建議爸媽可以從4大面向，來打理早產兒的照顧。

早產兒照護技巧1：補充母乳營養

由於早產兒的身體，相較足月出生的寶寶來說相對未發育完全，故需要的營養也比較多。在熱量及蛋白質得補充上，都需比足月出生的寶寶多一至兩成。
針對補充營養這部份，吳建儀醫生指出，**母乳是嬰兒最好的營養攝取來源，能提供寶寶各種所需的營養**，並提升嬰兒的免疫力，因此建議可以哺餵早產寶寶母乳。若媽媽因其他因素，無法親餵母乳，建議可以諮詢醫師適合自己寶寶補充熱量及營養的方式。

早產兒照護技巧2：常量體溫

早產兒的體溫調節系統尚未發育完全，調節體溫能力不佳，可能會有低體溫的狀況，需要家長照顧。早產寶寶經過評估出了保溫箱後，爸媽需隨時注意照顧寶寶體溫狀況，透過早晚量體溫來確認寶寶的體溫變化，確認體溫是否有維持在正常範圍內。

早產兒照護技巧3：減少感染源

因為早產兒生理免疫機能還不成熟，寶寶自體免疫力較差，較容易有感染症狀。家長要注意生活的環境是否有感染源，如：接觸寶寶前應清洗雙手、避免帶寶寶去公共場所、會入口的器具皆須消毒等。為了避免寶寶被病毒侵害，也建議可以詢問醫生，寶寶是否有施打疫苗的必要。

早產兒照護技巧4：感官刺激

除了外顯的生理發展之外，家長也要**多注意早產兒的心智發展**。可以多跟寶寶互動、說話、遊玩，讓寶寶對外在世界有更多認識，刺激腦部以及其他感官的發展。也可以常常抱著寶寶，讓他感受家長心跳和呼吸，讓寶寶獲得彷彿回到媽媽子宮的安全感。



▲早產寶寶應給予更多的照護，幫助寶寶健康成長。

照顧早產兒，的確會比照顧普通的新生兒花上更多心力，需要家長花費更多時間來照顧。但每個寶寶出生都是父母的寶貝，說什麼也要陪著他度過重重難關，照顧他健康長大。但吳建儀醫生強調，一旦早產兒有任何狀況，建議直接前往醫院接受醫生評估治療，寶寶才能獲得最佳的保障，並及早發現是否有後遺症。在早產兒出生及成長的過程中，儘管很辛苦，卻是家長心中最甜蜜的負擔。

早產兒併發症及後遺症有哪些？常見症狀一覽

吳建儀醫生特別指出，早產兒因為器官尚未發展成熟，就迫不及待出來看看世界；所以相較於一般新生兒，早產兒併發症會比較多，並伴隨長期後遺症的風險。越早出生或體重越輕的新生兒，發生併發症和後遺症的機率越大。

以下是早產兒有可能出現的併發症及後遺症：

- **神經系統**

早產兒因為血管脆弱，導致大腦容易出血，引發病症。

- 併發症：周腦室及腦室內出血、水腦、缺血性腦病變
- 後遺症：若傷到腦神經，可能導致腦性麻痺

- **呼吸系統**
  因為早產兒的呼吸系統發育不完全，會需要透過設定為最高吸氣壓力的 PLV 呼吸器和高濃度氧氣來輔助呼吸，因此有機會造成早產兒出現呼吸系統相關症狀疾病。
  - 併發症：呼吸窘迫症、呼吸暫停、氣胸
  - 後遺症：慢性肺病

- **腸胃系統**
  因早產兒的消化道尚未發展完全，會使早產兒更易受感染。
  - 併發症：腸胃感染、壞死性腸炎
  - 後遺症：臍疝氣、腹股溝疝氣

- **循環系統**
  早產兒可能會有血液循環上的問題，像是**一般寶寶的動脈導管會在出生後 1 星期至 1 個月後自行關閉，而早產兒有可能無法自行關閉**，而若動脈導管未自行閉合，可能會導致寶寶呼吸急促、餵食困難與活力不佳等症狀。
  - 併發症：開放性動脈導管、心雜音

- **心智發展**
  早產兒因腦部發育不全相關症狀，可能影響心智發展。家長可依矯正年齡追蹤觀察成長狀況，若有狀況應及時提供支持、進行治療。

    - 後遺症：語言發展遲緩、過動、發展性協調障礙

早產兒在各方面都比較脆弱，除了以上的併發症、後遺症之外，不論在醫院內或出院之後，也都要注意早產兒是否細菌感染的症狀，讓早產新生兒能安全、健康地生活。

延伸閱讀：早產兒後遺症與發展有關，醫生解析常見後遺症與併發症



▲媽媽更應該隨時追蹤寶寶的身體狀況，及早發現寶寶是否存在早產兒後遺症。

早產原因是什麼？早產高風險因子要注意！

造成媽媽早產的原因很多，早產高風險因子主要可分為 3 面向，包含孕婦的身體狀況、孕前生理狀態及生活習慣等。吳建儀醫生提醒，有以下高危險因子的孕婦，就需要多注意自己身體。

1. **孕婦身體狀況**
    - 懷孕年齡**低於18歲或高於35歲。**
    - **妊娠糖尿病患者**
      指懷孕前未有糖尿病史，而在懷孕期間發現患有糖尿病，並又於產後血糖恢復至正常範圍的患者。
    - **多胞胎妊娠**
      長庚醫院發現：多胞胎有較高機率出現早產現象，在所有早產病例中，多胞胎妊娠約佔 12.7%。

2. **孕前生理狀態**
    - 子宮頸閉鎖不全。
    - 曾經發生過早產、早產陣痛者，或曾多次流產。

3. **生活習慣與環境**
    - 不良生活習慣（**抽菸、喝酒、濫用藥物**）
    - 長期身處高壓環境。

雖然並非有上述高危險因子的孕婦就一定會早產，但還是需要多多注意、維持良好的生活習慣，防範於未然。

早產徵兆有哪些？醫生呼籲有症狀盡速就醫最安全

媽媽們除了平時就要觀察自己的身體情況，吳建儀醫生呼籲媽媽們要定時回診產檢。若孕婦自身發現有以下的早產徵兆時，建議盡早就醫。

- 持續頻繁的宮縮（陣痛時間約5-6小時，約10分鐘宮縮一次）
- 陰道分泌物增加，且為咖啡色或帶血絲
- 下腹部疼痛，且有持續的腰酸背痛
- 陰道有壓迫感
- 早期破水
- 胎動明顯變多或變少
- 持續腹瀉或脹痛

孕媽媽們有以上早產徵兆時，也不用過於緊張，盡早就醫、讓醫生做出正確的判斷和處置即可。孕媽媽過於緊張，負面情緒反而會影響寶寶出生與自己的生理狀況。若能夠早點發現、早點治療，大部分新生兒都不會有大礙。



▲懷孕媽媽需要注意自己的身體狀況，觀察身體是否有出現早產徵兆。

重點摘要：

- 妊娠週數介在20～37週，判定為早產兒
- 早產高風險因子：懷孕年齡過高及過低、曾多次流產、子宮頸閉鎖不全
- 早產徵兆：持續宮縮、陰道分泌物增加、早期破水、腹部疼痛
- 早產兒併發症與後遺症，有呼吸道、腸胃、神經、體循環等各方面後遺症
- 早產兒照護：補充母乳營養 、觀察體溫、減少感染源、感官刺激



參考資料：

1. 早產兒出院照護與長期追蹤：馬偕紀念醫院（link)
2. 早產兒常見的合併症：中國醫藥大學附設醫院（link)
3. Premature babies' survival rates and health outcomes (link)
4. Premature labour, birth and babies (link)
5. Premature baby (link)
6. Premature birth (link)

立即分享