文章

矯正年齡是什麼？怎麼算？醫生教你算早產兒矯正年齡

十月 6, 2022

2 MINS

早產兒的養育會比一般寶寶辛苦，需要時常根據寶寶週數、幾個月大，來評估寶寶的生長狀況。而早產兒的成長評估方式，在年齡計算上跟一般寶寶有所不同，因為早產兒的發育，無法與正常足月寶寶相提並論，因此需要採用「矯正年齡」來評估寶寶成長。

Author(s): 受訪人 - 翁逸豪醫師

由於早產兒的發育仍與足月出生的寶寶有一段差距，所以在計算年齡上，需要採用「矯正年齡」，來有效追蹤早產寶寶的發育情形。

長庚兒童醫學中心台北兒科教授級主治醫生翁逸豪表示，使用早產兒矯正年齡，才能用正確的年齡來對照寶寶的發展，家長不會因為寶寶發育不如一般寶寶而過度擔心。

何謂矯正年齡？為何早產兒需要看矯正年齡？醫生告訴你

早產兒矯正年齡怎麼計算呢？翁醫生指出**矯正年齡算法其實很簡單：從預產期（嬰兒原本預計出生的時間）開始計算年齡就對了。**「舉例來說假設寶寶的預產期在6月1日，提早約兩個月於3月1日出生，懷孕週數29週，因此在9月1日時，寶寶出生後年齡為6個月大，**矯正年齡計算公式=現在日期-預產日期**(9月1日-6月1日），矯正年齡為3個月大。」

由於早產兒的肌肉骨骼及其他各方面的發育，相較於足月寶寶都比較慢，因此**透過矯正年齡，才能正確評估寶寶應該有的發展，也能更精確知道寶寶現在成長的情況是否落後。**因此，看矯正年齡對未來不管是做檢查，或是調整副食品都很實用。

早產兒哪些項目要用矯正年齡？

- **評估發育情況**
  早產兒生長曲線圖會運用到矯正年齡來計算，且醫生評估發育狀況，也須依據矯正後的年齡來評估。

- **規劃副食品**
  規劃副食品的進程也需要使用矯正年齡，大約在寶寶矯正年齡4-6個月大時，可以開始添加副食品。

- **其他檢查和評估**
  寶寶出生後需要做身體的各項檢查，而這些檢查也會持續跟著寶寶，不會只做一次，需要持續追蹤，各檢查所配合的年齡也不盡相同，早產兒常見的檢查包含如視力檢查、聽力檢查、心智發展評估與肌肉評估……等。

照顧早產寶寶，醫生提醒應留意這三個面向

- **補充母乳營養**

  針對營養部分，翁醫生指出，由於早產兒的成長相較於其他足月寶寶尚未成熟，還需要更多時間來長大，所以需要的營養自然也比其他寶寶還要多。母乳能讓寶寶好吸收消化，對早產兒增加體重有幫助，**因此建議可以給早產兒喝母乳，獲得來自母乳的營養加持，刺激早產兒成長，提升保護力。**

  延伸閱讀：擁抱母乳的美好！讓哺乳成為妳最美的時刻 ｜ 惠氏illuma啟賦3

- **預防感染**

  因為早產寶寶自身保護力尚未成熟，所以比足月出生的寶寶更容易生病感染，家長需要注意家中是否有感染源，在這個疫情時代，也盡量少帶寶寶出門，也可與醫生討論，是否有需要為寶寶注射疫苗。

- **互動刺激**

  為了兼顧早產寶寶的生理與心理發展，翁醫生建議家長可以多與早產寶寶互動，或是透過各式的益智玩具，或是童書等各種方式，對寶寶大腦產生刺激，讓寶寶感官及大腦發展有幫助。

有家長細心照料，早產兒也能健康長大

家長的陪伴照料，是寶寶成長的最大助力，早產兒更是如此。無微不至的細心呵護、給予寶貝充足的營養，將能讓早產寶寶逐漸追上正常寶寶的發展，使往後的生活不會因為早產有所影響。

翁醫生分享，每個寶寶都是獨一無二的，沒有一套公式能夠套用在任何寶寶上，在早產兒成長過程中，需要的就是恆心與耐心，慢慢一步一腳印的陪伴，是寶寶最需要的溫暖力量。

矯正年齡相關Q&A

Q1矯正年齡是什麼？

矯正年齡是幫助更準確評估，早產兒的成長狀況，所衍生出為早產兒的月齡計算方式。是以預產期做為基準，來計算寶寶的月齡，不管寶寶實際是哪天出生。

Q2早產兒矯正年齡要算到幾歲？

一般來說，早產兒矯正年齡適用到2歲，2歲之後，早產兒的成長狀況大多與足月寶寶差異不大。

重點摘要：

- 矯正年齡簡單來說就是從原本預產期開始計算寶寶年齡
- 矯正年齡用途：了解發育狀況、副食品的規劃、檢查與評估的安排
- 照顧早產寶寶注意事項：補充母乳營養、預防感染、互動刺激
- 家長的陪伴是幫助早產寶寶發展最重要的力量



參考資料:

1. 漫談早產兒的照顧（link)
2. 早產兒1/3有發展遲緩許瓊心醫師：他們要矯正年齡（link)
3. 早產兒居家照護錦囊（link)

立即分享