



本手冊資料旨在描述極早產嬰兒的常見呼吸方式。

何謂呼吸暫停？

早產兒會出現無規律的呼吸方式，經常出現呼吸短暫停滯的現象。呼吸暫停有別於正常的呼吸方式，這是因為：

- 持續時間長達20秒以上
- 可能會伴有嬰兒臉色蒼白、發紫或變藍現象
- 可能伴有心率緩慢或**心動過緩**。

何謂心動過緩？

嬰兒的心率遠遠高於成年人。早產兒心率每分鐘可高達120-180次。

心動過緩是指心率降至每分鐘不足100次。這種情況經常是在呼吸暫停或極淺呼吸之後出現。

早產兒為何會出現呼吸暫停？

嬰兒的器官每天都在生長發育。嬰兒大腦裡的呼吸中樞也在日益成熟。大腦裡控制呼吸的器官發育成熟前，嬰兒都有可能出現早產呼吸暫停現象。早產兒在深長呼吸後，一般會出現淺呼吸或呼吸停滯。此外，早產兒的呼吸道也相當鬆軟，有時會梗阻嬰兒呼吸，引發呼吸暫停。呼吸暫停最常發生在嬰兒睡眠時。

呼吸暫停都是早產引起的嗎？

不是，目前為止，早產呼吸暫停是早產兒出現呼吸暫停的最常見起因。但是，還有很多問題會增加呼吸暫停的次數，如感染、低血糖、癲癇、體溫高或體溫低、腦損傷或腦缺氧。醫生會綜合考慮所有這些因素後才做出診斷結果。

如何治療呼吸暫停？

呼吸暫停有多種治療手段。醫生可能會對嬰兒實施如下一種或多種治療措施：

- 出現呼吸暫停時，溫和地進行刺激，提醒嬰兒呼吸
- 刺激呼吸的藥物。我們女子醫院採用的是枸橼酸咖啡因
- 持續氣道正壓通氣治療，或簡稱CPAP。這種方法是用壓力將空氣或氧氣從小導管送入嬰兒鼻子裡
- 通過鼻管低流量給氧
- 機械通氣（呼吸器）。若呼吸暫停情況嚴重，則嬰兒可能需要借助呼吸機的幫助。

我該如何察覺寶寶是否呼吸暫停？

若存在呼吸暫停風險，應不間斷監聽嬰兒的呼吸。若在預設秒數時間裡沒有呼吸，監聽器就會報警。

監聽器報警怎麼辦？

- 錯誤報警經常會出現；因此護士會觀察嬰兒的呼吸情況，查看嬰兒臉色及監聽嬰兒的心跳。
- 若嬰兒需要提示才會呼吸，護士就會刺激嬰兒呼吸。嬰兒會自行矯正多數呼吸暫停或心動過緩現象，或只需簡單刺激嬰兒就會做出回應。
- 若臉色發生變化，則護士會給嬰兒額外供氧。
- 若嬰兒仍沒有呼吸，則護士會採用氣袋和面罩來輔助呼吸，或用機械呼吸機來加強呼吸。

早產呼吸暫停會消失嗎？

隨著嬰兒年齡的增長，呼吸也會日益正常。每個嬰兒恢復正常呼吸的時間各不一樣。一般來說，早產呼吸暫停現象都會在嬰兒預定出院日期前得到改善或消失。嬰兒出院回家前，一般都可停用治療呼吸暫停的咖啡因。

我的寶寶是否要住院到呼吸暫停完全消失？

多數嬰幼兒在出院回家前就不再出現呼吸暫停現象了。呼吸暫停消失前，寶寶應繼續住院治療。

呼吸暫停消失後是否會復發？

早產呼吸暫停是發育不成熟的結果。隨著嬰兒的生長發育，呼吸暫停問題就會解決，不會復發。呼吸暫停現象消失後，若嬰兒仍存在嚴重的呼吸停滯現象，這不是早產呼吸暫停引起的。所有嬰兒都會有呼吸不規律的現象，嬰兒睡覺時停止呼吸幾秒鐘屬正常現象，這種現象很正常。若呼吸暫停症狀復發，則是其他問題引發的，需要與嬰兒的醫生討論病情。這種情況並不多見。

早產呼吸暫停是否與Sudden Infant Death Syndrome (SIDS)相關？

不是，這是兩個完全不同的問題。多數死於SIDS的嬰兒都很小，且都通過正常分娩過程足月出生。需要新生兒加重監護的嬰兒，無論出於什麼原因，其SIDS風險都略高於其他嬰兒。早產呼吸暫停不會增加嬰兒的SIDS風險。嬰兒出院回家前，請確保您瞭解並詳細閱讀相關資料，瞭解該如何降低嬰兒的SIDS風險。

欲知詳情

嬰兒的醫生、護士或護理經理隨時都可解答您的問題。

The Royal Women's Hospital

Newborn Intensive & Special Care
Cnr Flemington Rd and Grattan St街角
Parkville VIC 3052

電話：(03) 8345-3400

網址：www.thewomens.org.au

Women's是無煙醫院。欲知詳情和尋求幫助，請瀏覽www.quit.org.au

Disclaimer The Royal Women's Hospital does not accept any liability to any person for the information or advice (or use of such information or advice) which is provided in this fact sheet or incorporated into it by reference. We provide this information on the understanding that all persons accessing it take responsibility for assessing its relevance and accuracy. Women are encouraged to discuss their health needs with a health practitioner. If you have concerns about your health, you should seek advice from your health care provider or if you require urgent care you should go to the nearest hospital Emergency Department. © The Royal Women's Hospital, December 2010