

在新生儿重症监护室内 帮助你早产宝宝发育



每个婴儿都是单独的个体，他们有各自独特的需求。当你宝宝在新生儿重症监护室 (NICU) 时，在感官方面为他们提供些帮助，就可以让他们适应NICU的环境。父母可以在宝宝在生长发育的过程中做很多事情来支持宝宝的发展。

	典型发育	我们能做些什么来帮助自己的孩子
视觉	视觉系统是最后发育起来的感官系统。早期，你的宝宝的眼睛可能经常是闭着的，但当他们睁开时，眼睛可能很容易受到过度的强光刺激。	<ul style="list-style-type: none"> • 尽可能遮盖保育箱。 • 用你的手、软眼罩或毯子遮盖保护他们的眼睛免受强光伤害。 • 限制视觉刺激，因为在早期婴儿需要能量来促进生长。
听觉	怀孕期间胎儿的听力发育较早。你的宝宝能辨认你的声音，并由此获得安慰，而且宝宝很可能对大音量的噪音很敏感。	<ul style="list-style-type: none"> • 温柔地对你的宝宝说话。 • 避免大声喧哗或隔着房间喊话。 • 婴儿床套也有助于消音。
嗅觉	你的宝宝会识别你的气味，对刺激的气味很敏感。	<ul style="list-style-type: none"> • 避免浓烈的香水。 • 在保育箱内使用过消毒液后尽快清除残留和其他强烈气味。
动作和身体姿势	<p>由于你的宝宝是习惯蜷缩在子宫里的，所以有时候可以用这种姿势控制他们的动作。</p> <p>因为你的宝宝仍然在逐渐掌握如何控制他们的动作，所以有时他们的动作可能会有些不协调。</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 为你的宝宝打造一个睡窝，这样他们就可以贴着它蜷缩起来了（就像在子宫里一样）。 • 在照顾宝宝期间或如果宝宝情绪烦躁时，可以用抓住宝宝的胳膊和/或腿的方法限制他们的动作。 • 尝试将宝宝的双手放在中间或靠近他们脸的位置。
触摸和安抚	在这个年龄阶段，由于宝宝皮肤比较柔弱，可能对抚触比较敏感。突然的触摸可能会吓到你的宝宝。	<ul style="list-style-type: none"> • 触摸或移动婴儿之前，请轻声与他们交谈。 • 触摸要轻而稳固，以免让宝宝有被胳肢的感觉。 • 触摸前先暖手。 • 观察宝宝的反应，回应他们的需求。
沟通与行为	婴儿通过肢体语言，如动作、姿势和面部表情来表达他们的感受。早产或身体不适的婴儿可能会很难应对太多的外部刺激。随着宝宝逐渐长大，他们醒着的时间和保持安静的时间更长，这样他们就可以与他人有更多的互动。	<ul style="list-style-type: none"> • 用鼓励的态度对宝宝的面部表情和肢体语言给予回应。照料宝宝时动作要慢，在活动时经常暂停给予休息，或者伸出一根手指让他们抓住。 • 保证你的宝宝有长时间不受干扰的睡眠。这对他们的生长和大脑发育而言很重要。

更多信息和建议

如果你的宝宝是在Parkville皇家妇女医院，请让你的护士联系新生儿联合健康小组（Neonatal Allied Health Team）。