

寶寶的黃疸

資料來源/Mayo Clinic 編譯/金艷蓉

醫學上將出生在28天之內的嬰兒稱為新生兒（Infant），而新生兒若是在皮膚和眼睛出現黃色，醫學上則稱為新生兒黃疸（Infant Jaundice），這是因為新生兒血液中含有過量的膽紅素（Bilirubin，一種紅細胞的黃色色素）所致。新生兒黃疸是一種常見的現象，尤其是在孕期不足38週時出生的嬰兒發生率更高，以及一些母乳喂養的嬰兒。新生兒黃疸通常是因為嬰兒尚未成熟的肝臟不足以分解血液中的膽紅素，造成膽紅素的血液含量升高，出現黃疸。有些情況，可能還會有潛在疾病存在。

一般情況下，新生兒黃疸不需要治療，大部分需要治療的病例也對非侵入性的療法反應良好。儘管併發症很少，但嚴重黃疸的高膽紅素血症、或黃疸處理不當，都會對大腦造成損害。

症狀

新生兒皮膚和眼睛鞏膜（眼白部分）出現黃色，是新生兒在出生後第二至第四天最常出現的體徵。檢查新生兒是否有黃疸，可先把寶寶抱到光線好的地方，最好是自然光線條件下，然後輕輕按壓寶寶的額頭和鼻子，如果按壓處看上去黃黃的，那麼寶寶應該有輕度黃疸。如果寶寶沒有黃疸，按壓處皮膚的顏色應該看上去比正常時略微淡些。

大部分醫院在新生寶寶出院回家前，都有檢查新生兒黃疸的程序。

美國兒科學會（American Academy of Pediatrics）建議新生兒在醫院期間，每隔8到12小時，都要常規檢查一次是否有黃疸。寶寶出生之後的第三天至第七天，是膽紅素水平處於峰值的期間，這段時間都應該對寶寶進行黃疸檢查。如果您的寶寶出生後不到72小時就出院了，那麼出院後的兩天時間內，需要約好就診時間，以便跟進黃疸檢查。

下面這些情況說明新生兒黃疸情況嚴重，或者由於膽紅素水平超高造成併發症，這時應該立刻致電醫生。

- ◎ 寶寶的皮膚越來越黃。
- ◎ 寶寶腹部、手臂或大腿等皮膚看上去也很黃。
- ◎ 寶寶眼睛的眼白部分呈現黃色。
- ◎ 寶寶顯得無精打采，像生病的樣子，或者一直睡覺很難喚醒。
- ◎ 寶寶的胃口差，且體重沒有增加。
- ◎ 寶寶哭聲高亢。
- ◎ 寶寶出現任何讓您感到擔憂的症狀或體徵。
- ◎ 黃疸持續時間超過三週。

原因、風險和併發症

高膽紅素血症（Hyperbilirubinemia）是引起黃疸的主要原因。膽紅素，一種已經“用過”的紅細胞代謝分解之後的色素，是導致黃疸的“顏料”。

正常情況下，肝臟可以通過血流

過濾膽紅素，然後在腸道排出。但新生兒的肝功能尚未發育成熟，無法迅速有效地清除膽紅素，故引起血液中膽紅素水平積聚升高，這種正常情況下導致的黃疸，也稱為生理性黃疸，典型的情況就是出生後兩至三天出現。

有些黃疸的發生，可能是寶寶體內存在潛在的病患所致，在這部分病例，通常黃疸要比生理性黃疸出現得早或者更晚，下列這些情況或疾病可以引起黃疸：內出血；新生兒血液有感染，即膿血症（Sepsis）；其它病毒或細菌感染；母嬰之間的血型不相容；肝功能失常；酶缺乏；

新生兒的紅細胞異常而導致破裂。

引起新生兒黃疸的主要風險包括：

（1）早產，孕期不足38週的早產兒，要比足月出生的寶寶，更容易產生新生兒黃疸。早產兒因為吃得少，而且腸道蠕動也較少，導致膽紅素很少通過大便清除。

（2）如果新生兒在出生過程中有明顯的瘀傷，這樣會有更多紅細胞破裂，膽紅素就會相應增高。

（3）血型，如果母親血型和寶寶不同，寶寶可能通過胎盤獲得了抗體，引起自己的紅細胞快速分解。

（4）母乳喂養，母乳喂養的寶寶可能較難照顧，或者從母乳攝取的營養不夠，這也是黃疸的高風險因素。

脫水或低熱量攝入，都可能造成黃疸。儘管這樣，專家仍然建議母乳喂養，但要確保寶寶能夠攝入足夠的食量和水分。

如果新生兒黃疸沒有及時處理，那麼高膽紅素血症可以引起嚴重黃疸，進而導致一系列嚴重的併發症。

急性膽紅素腦病（Acute Bilirubin Encephalopathy），膽紅素對腦細胞來說就是一種毒素，若寶寶有黃疸，那麼膽紅素就有可能通過血流進入大腦的風險，一旦發生這種情況，就稱為急性膽紅素腦病，及時治療能夠預防嚴重的持久性腦損害。如果寶寶出現這些現象，可能已經發生了急性膽紅素腦病，包括：精神萎靡，或嗜睡不醒；哭聲高亢；喂養較困難；頸部和身體向後弓起（也稱為角弓反張）；發熱和嘔吐。

（2）核黃疸（Kernicterus）是急性膽紅素腦病對大腦造成持續性損害時出現的症狀，會引起：手足出現非自願和自主運動，即手足徐動型腦癱。雙眼持續向上凝視，聽力損失，牙釉質發育不良。

原因、風險和併發症

寶寶出生三至七天，是血中膽紅素水平處於高峰的時段。因此，這段時間內確保能讓醫生對寶寶進行黃疸的體檢是很重要的。寶寶出院時，醫生或護士會檢查一下寶寶是否有黃疸。如果寶寶有黃疸，那麼醫生會根據多種因素來評估黃疸是否嚴重。比如：血液膽紅素水平究竟有多高；寶寶是否早產；喂養情況如何；寶寶多大；寶寶出生時是否有瘀傷；如果寶寶有兄弟姐妹，那麼他們出生時是否有過新生兒黃疸等。

根據上述因素，醫生可能會建議早期隨訪。在您帶著寶寶到達醫生診所時，請準備好回答這些問題。◎寶寶的喂養怎樣？◎寶寶是母乳喂養還是奶粉喂養？◎一天喂奶幾次？◎寶寶的小便

情況，即尿布大概多久濕一次？◎寶寶大便一天幾次？◎寶寶睡覺是否容易醒來，等著喂奶？◎寶寶精神看上去是否萎靡，或比較虛弱？◎您有沒有注意到寶寶的皮膚和眼睛有變化？◎如果寶寶有黃疸，身上的黃顏色不僅僅出現在臉上，還可能在身體其它部位？◎寶寶的體溫是否穩定？

當然您也可以準備一些問題問醫生，包括：◎寶寶黃疸嚴重嗎？◎需要化驗嗎？◎寶寶的黃疸是否需要治療？◎寶寶是否需要重新入院治療？◎還需要隨訪看診嗎？◎醫生您有關於黃疸的宣傳資料嗎？◎還能像現在這樣繼續喂養寶寶嗎？

診斷和治療

醫生會根據寶寶的外觀來作一個黃疸的診斷，儘管這樣，醫生仍然需要知道寶寶的血液膽紅素水平究竟多少，從而可以判斷黃疸是否嚴重，以及決定治療的程序。

明確黃疸的檢驗包括：◎體檢。◎採取寶寶血液樣本做化驗。◎使用一種通過皮膚對特殊光反射來測試膽紅素水平的儀器。醫生懷疑黃疸是有潛在疾病引起的話，還可能會增加一些血液或尿液的化驗，從而能夠確定黃疸的真正原因。

輕度的新生兒黃疸通常在持續兩週到三週就會自行消失，中度到重度的黃疸，那麼寶寶出生後可能需要呆在新生兒護理室的時間更長，甚至再次入院。

降低血膽紅素的治療措施包括：
光療法（Light Therapy）

寶寶需要放置在一個有特殊光源（藍-綠光譜）的環境裏，這種光會改變膽紅素的分子結構，並通過尿液和糞便排出體外，達到降低膽紅素的目的。這種光線並非紫外線，這種裝置通過一個塑膠保護罩將紫外線過濾掉，才將這種特殊光譜的光線發射出來。治療期間，寶寶將只穿上紙尿

褲，並戴上一個保護眼罩。

靜脈注射免疫球蛋白（Intravenous Immunoglobulin）

如果黃疸是因為母子血型不同而造成的話，這種情況寶寶會從母體那兒攜帶一種抗體，使自己的紅細胞破裂。靜脈注射免疫球蛋白，可以降低這種抗體的水平，能夠減輕黃疸，減少換血的需要。

換血（Exchange Transfusion）

如果黃疸非常嚴重，寶寶可能需要換血，儘管這種情況比較少見。整個過程需要在嬰兒的重症監護室進行，不斷重復將少量的嬰兒血液吸出，稀釋膽紅素和母體帶來的抗體，然後再次輸回到寶寶的體內。

日常居家護理和預防

如果新生兒黃疸並不嚴重，醫生可能會建議您改變喂養習慣來降低膽紅素水平。您如果在這方面存在任何疑問，都可以向醫生詳細諮詢，如果您已經開始母乳喂養，應該向醫生問清楚每天喂奶的次數和每次喂奶的量。

下面這些步驟可以幫助減少黃疸發生：

（1）增加喂奶次數，使得寶寶吃更多的奶，腸道蠕動增加，膽紅素通過大便排出的量也會相應增多。母乳喂養的寶寶在最初出生的幾天，每天大概喂奶8到12次，奶粉喂養的寶寶，出生第一週，通常每隔2到3個小時，喂1到2盎司的奶。

（2）補充喂養，如果寶寶母乳喂養有麻煩，比如體重不增加反而掉磅，或者有脫水，醫生可能建議您改為奶粉喂養，或者母乳結合奶粉喂養。部分病例，醫生還會建議轉用奶粉喂養數天，然後再回到母乳喂養。

事實上，新生兒黃疸最好的預防措施就是充足的喂養，也就是說，讓寶寶吃多吃好。 ■