

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

10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。若孕婦自身發现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