從新生兒便便，瞭解寶寶常見的腸胃不適與腸胃發展狀況

寶寶0-1歲文章

文章

5 月 18, 2020

剛來到嶄新世界的寶寶，進食是他的首要工作，但由於嬰兒腸胃發展未完全，容易受到刺激而感到不適。基本上，小孩會有的腸胃問題，做媽的也都體會過，差別在於，成人脹氣和拉肚子的原因，大多來自吃壞肚子、感冒和壓力大；對寶寶來說，喝奶、哭泣時吸入過多空氣或排便不順，除了是脹氣和拉肚子的原因外，也可能造成嬰兒腸絞痛。媽媽們可以透過觀察新生兒便便的顏色，了解寶寶腸胃功能有無異狀。

Author(s): 審稿人 – 周彥怡醫師

飲食不同的孩子，所面臨的境遇不同，從大便的顏色和形狀便能體現出來。母奶寶寶的大便，會呈現芥末黃、稀稀糊糊狀、並帶點小顆粒；而其他飲食的寶寶大便，則為黃褐色中帶點綠色、形狀更偏固態，但仍有黏稠的感覺。

懷孕的過程是辛苦的、孩子生下來是喜悅的，但照顧新生兒的時候，這兩種情緒往往交織在一起，不管是上網查的、朋友說的，還是長輩叮嚀的，媽媽都會透過不同管道，主動或被動地了解各種關於新生兒的「眉角」。其中，嬰兒腸胃不適，可以讓安安靜靜的天使寶寶，轉眼間變成哭鬧不休的小惡魔。

常見的嬰兒腸胃問題包括：脹氣、拉肚子、腸絞痛等，而觀察新生兒便便，則是了解寶寶腸胃功能是否良好的重要一環。當然做媽的也不必像24孝裡黔婁一樣，用「味覺」了解寶寶身體的狀況，本文將告訴大家如何用肉眼一探寶寶便便中所隱含的訊息，以及腸絞痛發生的原因，讓媽媽在寶寶不舒服時，除了心裡苦，也能知道寶寶哭泣的原因與解決方式。

寶寶的大便能告訴我們什麼？

新生兒從媽媽肚子蹦出來後，通常在24小時內會經歷人生第一次便便的過程，這時寶寶所排出來的糞便，稱為胎糞(Meconium)，正常會呈現黑綠色，寶寶需要大約2~3天的時間，才會將胎糞完全排出。

而這時便是分歧點出現的時候，進食不同成分的奶，所面臨的境遇不同，從大便的顏色和

形狀便能體現出來，母奶寶寶的大便會呈現芥末黃、稀稀糊糊狀、並帶點小顆粒；而其他飲食的寶寶大便，則為黃褐色中帶點綠色、形狀更偏固態，但仍有黏稠的感覺。之後，大便的形狀會隨著寶寶開始接觸副食品後逐漸成形，變得更像一般成人所排出的糞便。但是當寶寶糞便出現下列3種顏色時，要注意是不是腸胃出問題：

1. **黑色：**胎糞顏色通常會偏深偏黑，但若寶寶已非剛出生，或是黑便情況持續數天，可能是寶寶的上消化道有出血的情況。
2. **紅色：**大便呈現紅色可能代表寶寶的肛門有裂傷，或是對牛奶過敏而導致血便。不過若是寶寶最近吃很多富含紅色素的食物，如火龍果、甜菜、胡蘿蔔，因為這些食物所含的甜菜紅素(Betalain)或β胡蘿蔔素(β-Carotene)會使大便顏色變橘甚至偏紅，建議觀察寶寶下一次大便顏色，若仍呈現紅色，再行就診。
3. **白色：**如果寶寶的肝臟沒有分泌足夠的膽汁，便可能排出白色或灰白色的大便，發現此狀況時請尋求醫師做進一步的檢查。

嬰兒腸絞痛是腸胃出問題嗎？瞭解嬰兒腸胃發展

嬰兒腸絞痛的原因不明，有說法認為是胃痙攣或脹氣所導致，但即便是用按摩的方式幫寶寶解除脹氣舒緩腸胃不適，都無法有效制止腸絞痛的症狀。另有說法則指出，腸絞痛只是寶寶來到這個世界的適應過程，有些寶寶的適應力較強，而有些則會透過哭泣來抒發面臨新環境的壓力，畢竟離開舒適圈(子宮)總是辛苦的，應該為寶寶的勇氣鼓掌。

腸絞痛通常會在寶寶3-4週大時發作，症狀會於寶寶3~4個月大時好轉。腸絞痛發作時，寶

寶會哭得聲嘶力竭又持久，好像來到世界上才沒幾週，便受盡風霜，將滿肚子委屈發洩出來的樣子。

腸絞痛一般不需要特別治療，但媽媽們若擔心寶寶是因其他身體症狀而哭個不停，也可以找小兒科醫師做進一步的了解。即便如此，媽媽們還是可以抱著寶寶、將寶寶用小毯子包裹住，讓他感受到媽媽的臂彎就是安全的避風港，或者也可以利用溫水澡，洗去寶寶的負面情緒。另外，讓寶寶喝奶或進食時坐直，也可以減少寶寶因腸胃不適脹氣而哭鬧的機會。

—Wyeth® 惠氏®—
母嬰專家

3種寶寶便便顏色要當心

黑色	上消化道出血
紅色	肛門裂傷、牛奶過敏
白色/灰白色	膽汁分泌不足

重點摘要：

- 寶寶常見的腸胃問題有脹氣、拉肚子、腸絞痛。
- 寶寶大便顏色以芥末色或黃綠色為正常，若呈現黑、紅、白則可能有腸胃問題，需要特別留意。
- 嬰兒腸絞痛不太需要治療，利用小毯子包裹寶寶或幫他洗溫水澡，就有助於平復寶寶哭鬧的情緒。
- 餵奶時別讓寶寶坐得東倒西歪，扶著寶寶的背，保持直挺的坐姿，可降低吸入過多空氣而導致脹氣的風險。

參考

- Baby's First Bowel Movements (link)
- Baby's First Days: Bowel Movements & Urination (link)
- What Does Your Baby’s Poop Color Say About Their Health? (link)
- What Your Newborn's Poop Tells You About Their Health (link)
- What Are the Causes of Orange Poop? (link)
- Everything you need to know about colic. (link)
- Gastrointestinal Problems (link)

立即分享