

## 五、出院照護

1. 依需要學習照護技巧，如：氧氣的使用、拍痰、嗆奶處理、嬰兒CPR。
2. 觀察呼吸與口鼻膚色。
3. **避免二手菸與三手菸的環境**、避免出入人多或密閉的場所，感冒者請戴口罩並與寶寶保持距離。
4. 按時施打疫苗與「呼吸道融合病毒單株抗體」。
5. 注意寶寶的生長與發育是否正常。
6. 依照醫師建議定期追蹤視網膜與聽力檢查。



### 自我評量(是非題)

- ( ) 1. 當寶寶呼吸時出現胸凹、鼻翼煽動等現象，應立即就醫。
- ( ) 2. 當寶寶呼吸出現短促的「嗯~ 嗯」呻吟聲時，表示要人抱抱的意思。

請寫下您的問題：

## 六、立即就醫警訊

1. **呼吸急促**：每分鐘超過60次、或出現短促的「嗯~」呻吟聲。
2. **呼吸費力**：吸氣時，胸骨上方或肋骨下方有明顯凹陷(胸凹)，或呼吸時鼻孔張大(鼻翼煽動)。
3. **發紺**：口鼻膚色呈現青紫色。
4. **活動力變差、嗜睡、餵食困難**。

參考資料：

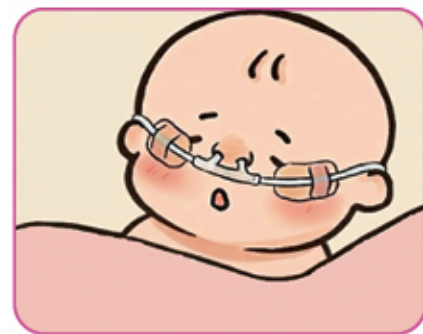
洪兆嘉(2023)·呼吸窘迫症候群·陳月枝總校閱，*實用兒科護理*(九版三刷，141-145頁)·華杏。

制定日期：2026年6月(第一版)

編碼：5736-單張-中文-500-01

X	O	昱樞
Z	↓	筠露

# 認識新生兒 呼吸窘迫症候群



護理部製作

諮詢專線：(04)7256652

諮詢專線服務時間：

週一到週六 上午08：00-12：00

週一到週五 下午01：30-05：30

讚美專線：(04)7238595轉3920

抱怨專線：(04)7238595轉3925

網址：<https://www.cch.org.tw/knowledge.aspx?pID=1>

衛教單張



彰化基督教醫療財團法人  
**彰化基督教兒童醫院**  
CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION  
CHANGHUA CHRISTIAN CHILDREN'S HOSPITAL

當您感到焦慮無助時，鼓勵您說出來，我們將陪伴您尋求相關支援及身心靈支持。

## 一、前言

寶寶的肺泡約在懷孕第22至24週開始製造「表面張力素」，直到35週分泌量才足以維持出生後順利呼吸。由於早產的關係，肺部尚未發育成熟，**肺泡內缺乏「表面張力素」導致肺泡在吐氣後容易塌陷**，就像氣球黏住吹不開一樣，為了讓肺泡重新張開，**寶寶每一次呼吸都需要耗費極大的體力。**



## 二、高風險因子

1. 早產：出生週數越小，發生率越高
2. 剖腹產：未經產道擠壓刺激
3. 男嬰
4. 糖尿病母親之嬰兒
5. 雙胞胎的第二胎
6. 產前窒息
7. 產前出血
8. 前一胎有呼吸窘迫症候群

## 三、症狀

症狀通常在出生數小時內出現

1. 呼吸急促，1分鐘超過60次
2. 吐氣時發出「嗯~嗯」的呻吟聲
3. 鼻翼煽動
4. 發紺：口鼻呈現青紫色
5. 胸凹現象：吸氣時，胸骨上方或肋骨間的皮膚明顯下陷
6. 嗜睡與活力低下
7. 餵食困難

## 四、治療與照護

1. 表面張力素補充療法
2. 呼吸輔助治療
3. 支持性照護：
  - 發展性照護：採集中照護、控制環境的噪音與光線，減少對寶寶的刺激。
  - 築巢照護：給寶寶像在子宮裡的安全感，減少不安的體力消耗，提升呼吸治療的品質。
  - 袋鼠式護理：病情穩定後，鼓勵家屬可與寶寶肌膚接觸，幫助維持心跳與呼吸的穩定。
- 4 提供急性期與恢復期所需的營養照護。
5. 鼓勵給寶寶喝母乳。