



好文分享

高需求寶寶大哭須小心！一定要提防引發嬰兒摒息症猝死

媽媽寶寶 文／游資芸 編輯／Vicky H 2024/03/16

115 年 8 月

高需求寶寶最要注意的是，因為哭得太強烈而引發「嬰兒摒息症」，如果哭得太久或太激烈千萬別置之不理，以免孩子哭到腦部缺氧猝死的遺憾。

文章目錄

- 高需求寶寶特性
- 患「嬰兒摒息症」的寶寶，不在少數

高需求寶寶極度黏人、反應強烈、容易激動、堅持度高，更要注意是否因哭得太強烈而引發「嬰兒摒息症」，若哭得太久或太激烈千萬別置之不理，以免孩子哭到病發，導致腦部缺氧猝死的遺憾。

高需求寶寶特性



妳家也有高需求寶寶嗎？極度黏人、反應激烈、堅持度高，更要小心不要哭過頭。根據美國兒科專家西爾斯博士所提出的 11 項高需求寶寶特質：

1. **反應強烈** 一不順他意就開始哭。
2. **容易激動** 遇到挫折非常激動。
3. **感覺敏感** 一定要固定的人陪伴或處於熟悉環境，對各種變化很敏感，不太能接受改變。

4. **需求很多** 尿布一濕就馬上要換，肚子一餓就馬上要吃，父母沒注意到寶寶給的訊號，就會大吵大鬧。

5. **堅持度高** 一定要有人抱才會安靜等。

6. **活動量大** 整天精力充沛。

7. **難入睡容易醒** 環境中出現小刺激，就容易醒了。

8. **難以預期** 今天安撫的方式有效，明天可能就失效，每天爸媽都要變化不同的招數。

9. **極度黏人** 無時無刻都要大人陪著。

10. **無法自我安撫** 訓練 3~6 個月大寶寶的睡眠規律時，高需求寶寶較難自我安撫，即使爸媽用了各種安撫方式如：奶嘴，可能還是沒用。

11. **嚴重分離焦慮** 他們的分離焦慮會比一般寶寶來得早、更晚消失，嚴重度比一般孩子更強烈。高需求寶寶極度黏人、反應強烈、容易激動、堅持度高，更要注意是否因哭得太強烈而

引發「嬰兒摒息症」，若哭得太久或太激烈千萬別置之不理，以免孩子哭到病發，導致腦部缺氧猝死的遺憾。

患「嬰兒摒息症」的寶寶，不在少數

「嬰兒摒息症」若嚴重發作起來可能造成腦部缺氧、缺血及循環衰竭的問題，過去也曾有少數因此猝死的例子，提醒家長要特別注意。

嬰幼兒抒發情緒、表達憤怒或難過最直接的方法就是哭泣，通常透過適當的安撫後，寶寶就會停止哭泣，但對於某些呼吸生理調節系統未健全的寶寶（以6個月到2歲為好發期）來說，大哭卻可能引發「嬰兒摒息症」發作。

哭到一半會突然變得較安靜，之後就出現呼吸中止、發紺或臉色蒼白甚至意識喪失的情形，通常維持約2~20秒，寶寶就會自己慢慢恢復過來。有「嬰兒摒息症」的寶寶不在少數，大部分的症狀輕微，5歲後呼吸調節系統發育完全就會自行痊癒，父母不用過度憂慮。

但是病情較嚴重或個性脾氣固執，容易生氣大哭的寶寶發作頻率和症狀可能會比較嚴重，過去甚至也曾有極少數寶寶大哭後病發，導致腦部缺氧猝死的可怕案例，因此需要家長特別注意，如果發現上述的情形最好儘快帶孩子到醫院接受檢查為佳。某些心臟或神經系統疾病及貧血問題等也可能有類似的症狀，但「嬰兒摒息症」只會在孩子大哭的時候發生。家長若發現寶寶大哭時有上述症狀發生，請不要過度慌亂，可透過適當的安撫或注意力的轉移讓寶寶停止哭泣平靜下來，若發生次數頻繁，可利用手邊的攝影機錄下孩子發作時的症狀，帶到小兒科請醫師鑑別診斷如果確定寶寶真的罹患「嬰兒摒息症」，透過定期的追蹤治療幾乎都會得到良好的改善。

