

# “十个婴儿九个黄”，及时干预早预防

## 冠聪娃娃

### 步源堂战略支持

1

## 为什么新生儿容易出现黄疸?

医学上把未满月(出生28天内)新生儿的黄疸称之为“新生儿黄疸”。“新生儿黄疸”是指婴儿在这一时期,由于胆红素代谢异常,引起血中胆红素水平升高,而出现于皮肤、黏膜及巩膜黄疸为特征的病症。大多数婴儿在出生后2~3天,由于大量的红细胞被破坏,肝脏来不及处理,便会在眼巩膜(眼白)和皮肤上出现黄染现象。这主要是由婴儿的肝脏功能发育不完善,胆红素代谢异常,血中的胆红素浓度升高而引起的。

2

## 怎样判断宝宝是否有黄疸?

判断宝宝是否有黄疸,通常有以下三种方式:

### 肉眼观察:

在光线充足的情况下,如日光或荧光灯下,观察婴儿皮肤是否有明显发黄,这一方法准确度较低,且肤色较深的婴儿可能难以观察到黄疸。

### 经皮测疸:

医务人员通常会在婴儿出生后的前两日,使用经皮黄疸测试仪检测,测量三个不同的地方取平均值。这是一种无创式的测量方式,对婴儿影响较小,准确度较高。

### 抽血检查:

通过抽血检测婴儿血液里胆红素水平,准确度最高。



“十个婴儿九个黄。”相信每个宝爸宝妈都听到过这句话,那新生儿黄疸真的都要住院照蓝光吗?黄疸真的有那么可怕吗?新生儿黄疸作为新生儿最常遇到的问题,具体应该怎么解决呢?接下来先为大家科普一下新生儿黄疸的相关知识。



3

## 新生儿黄疸的类型有哪些?

### 1.生理性黄疸:

指单纯因胆红素代谢异常引起的暂时性黄疸,在婴儿出生后2~3天出现,4~6天达到高峰,7~10天消退,早产儿持续时间较长,除有轻微食欲不振外,无其他临床症状。

### 2.病理性黄疸:

若婴儿出生后24小时即出现黄疸,每日血清胆红素升高超过5mg/dl或每小时>0.5mg/dl;持续时间长,足月儿>2周,早产儿>4周仍不退,甚至继续加深加重或消退后重复出现或出生后一周至数周内才开始出现黄疸,均为病理性黄疸。

### 3.母乳性黄疸:

母乳性黄疸可分为早发型和迟发型。早发型出现在婴儿出生后3~4天,黄疸高峰时间是出生后5~7天;迟发型出现在出生后6~8天,黄疸高峰时间是出生后2~3周。宝宝除了皮肤很黄以外,没有不舒服的表现,食欲好,哭声响亮,反应好,大小便正常,营养状况也都不错,生长发育不受影响。

母乳性黄疸的发病机制目前还不明确,但医学界大多认为这是多种因素作用引起新生儿胆红素肝肠循环增加所致,主要包括以下几个原因:喂奶延迟、吃奶量不

足或喂养次数少,造成宝宝肠蠕动减慢、肠道正常菌群建立延迟等,使肠道未结合胆红素吸收增加,造成早发型母乳性黄疸。

母乳中某些特殊的脂肪酸与胆固醇含量高,促进了未结合胆红素的再次吸收,导致迟发型母乳性黄疸的发生。母乳中还有一种因子,会影响婴儿肝脏代谢胆红素。

人的肠道中某些细菌可将肠道内的胆红素转化形成粪胆原,然后排出体外,以减少未结合胆红素的再次吸收。但是刚出生的婴儿肠道内缺乏转化胆红素的菌群,这也是造成母乳性黄疸的原因之一。

新生儿黄疸的正常值是以血清胆红素为参考指标的,只要足月儿不超过204μmol/L(12mg/dl),早产儿不超过255μmol/L(15mg/dl)即为正常。另外,生理性黄疸的婴儿除了皮肤黄染外,在食欲和精神方面都没有多大影响,而且一般在一个月内症状就会自动消除。

病理性黄疸的婴儿不但有皮肤变化,通常还又哭又闹又拒奶,这种情况下家长必须尽快带孩子到医院接受治疗,否则可能会引发核黄疸,后果严重。

血清胆红素测定在24小时内不能超过6mg/dl,2天内不能超过9mg/dl,3天内足月新生儿生理性黄疸血清胆红素值不超过12mg/dl,早产儿较足月儿为重,峰值可达10~12mg/dl,但不超过15mg/dl。足月出生婴儿黄疸值超出12mg/dl时和早产儿黄疸值超出15mg/dl时都需要医生介入治疗。

4

## 怎样才能促进黄疸排除?

### 1.母乳喂养

退黄应尽早母乳喂养。因为喂养越早,胎便就会越早排出;另外,也要给婴儿充足的水分,保证他一天排尿6~8次。

### 2.晒太阳

让太阳晒晒宝宝的皮肤,主要晒脑后部、背后和小屁屁,最好选择上午11点以前,一般晒10~20分钟左右;要用不透光的黑布遮盖婴儿的双眼,保护好眼睛,并注意保暖,且不要晒伤宝宝的皮肤。

### 3.光照疗法:

根据婴儿的黄疸程度,可能需要在医院采取光照疗法来退黄,即我们通常所说的“照蓝光”,需要在医院进行。

### 4.补充益生菌:

补充益生菌的最大作用就是能够帮婴儿快速建立起肠道正常菌群,增强肠道活力,促进肠胃蠕动,避免便秘的发生,从而减少肝肠循环对胆红素的重复吸收,增加胆红素排泄。同时,给婴儿服用益生菌后,其代谢产物能够降低肠道的PH值,使肠道内葡萄糖醛酸苷酶的活性降低,阻止结合胆红素分解为未结合胆红素,未结合胆红素数量减少,血清中的胆红素水平就会开始降低。双重作用可有效缩短新生儿黄疸治疗时间,加快婴儿黄疸消退的速度,促进康复。所以总体来说,胆红素是需要粪便、尿液排出去的,服用益生菌促代谢,服用益生菌排黄疸的同时尿会增加,而且也特别黄,便便也是金黄色的,这都属于正常的现象,是随着粪便和尿液在排胆红素。



平时检测可以采用经皮黄疸检测仪随时监测,及时处理。严重的黄疸可能会引起可怕的胆红素脑病,对婴儿健康造成永久性伤害。所以,妈妈们要及时发现婴儿的黄疸类型,然后采取相应的办法,给婴儿一个健康的未来。总而言之,只要家长做到小心观察+黄疸检测+对症护理+补充益生菌,婴儿就能摆脱变成“小黄人”的烦恼!

(中国优生科学协会“围产保健与优生基层行”项目组)

