

前一陣子電視媒體突然報導讓小寶貝坐學步車不安全！這是真的嗎？今年剛好又是龍年，生育人數增加，很多新手爸媽在門診常常都會問：「我的小孩什麼時候可以坐學步車？」、「坐學步車會不會造成 O 型腿？」，以下我們就來談談有關學步車迷思的醫學證據。

為什麼父母要讓小寶貝坐學步車？

根據美國調查，不同地區少則 55%，多則高達 92% 的介於 5~15 月齡的小朋友曾使用過學步車。針對父母所做的問卷調查顯示，學步車會廣受父母喜愛的主要原因是：學步車讓父母覺得小寶貝坐在裡面很快樂、也有父母認為學步車將寶寶框住所以很安全、也不乏認為坐學步車可以讓小寶貝學習走路，就如同其名「學步」車一樣。但是學步車真的安全嗎？真的可以幫助嬰幼兒走路嗎？

學步車最重要的就是「安全問題」

有一句話來形容學步車造成傷害的理由很貼切：「學步車所增加的可移動性遠遠超出小嬰兒當時擁有的自然能力。」因此從 1987 年起，美國小兒科醫學會就建議：「為了您小朋友的安全，…，丟棄您們的學步車吧！」

學步車會造成的傷害如下：

1. **高處墜落**：尤其是從樓梯摔落，造成骨折、頭部外傷、甚至死亡。據統計這佔所有學步車會造成傷害種類的四分之三以上，也是最具威脅性的傷害。筆者在住院醫師期間，就曾經照顧過一個 11 個月大的小孩坐著學步車自 2 樓摔到 1 樓，造成嚴重腦出血的個案。
2. **燙傷與中毒**：雖然讓小孩「坐」學步車，但觀察他們多是「站」著，他們因此可以搆到較高之處，如桌子邊緣的茶壺或藥物，而遭致意外。據統計，所有學步車造成的傷害中，這類意外佔約 2~5%。
3. **溺水、窒息**：跌入戶外水塘、水池；國內曾經發生一起因為學步車翻覆導致嬰兒頭部栽進廚餘桶中窒息死亡的案例。發生率雖然不高，但是一發生常常引起嚴重之後

果。美國登錄系統中發現，1989 年到 1993 年間，因為學步車造成之死亡有 11 起，其中有 4 起就是因為溺水、窒息而死。

4. **其他**：如手指夾傷、托盤小東西脫落而被吞入、支撐架不穩造成的下肢夾傷等。

美國官方登錄系統估計每年 1 歲以下小孩發生學步車相關傷害之發生率約為千分之八點九；而嚴重傷害的發生率則為千分之一點七。然而官方登錄系統的發生率其實是低估了實際發生率，因為發生學步車相關之傷害，不見得嚴重到送醫院；因此有人做問卷，詢問有讓小孩坐學步車的父母，發現 40% 左右發生過學步車相關之傷害。這樣的發生率到底顯著不顯著？有一份在多倫多做的研究，在 1984 年 1 年間因摔落樓梯後送到醫院急診的嬰幼兒中共 124 例，其中 123 例是坐在學步車上摔落。後來有另一統計，摔落樓梯的嬰幼兒中約有 40% 是從學步車上摔落。

一個小嬰兒坐在學步車上，其瞬間移動速率可以高達每秒 1 公尺，如果再加上衝力，動能其實是很大的。這樣的速度，即使大人在場，也常常會反應不及，可謂是生死一瞬間。另外想看看，一個小嬰兒坐在學步車上，暴露在外最多的部分就是頭部，頭部幾乎無保護裝置，這也可以解釋為什麼學步車相關之頭部傷害是最多的。

如果您還是決定要讓小寶貝坐學步車，請做到以下的防護措施

既然觀察到如此後果，美國政府便開始對學步車的製造做一些規範。這可以分成早期與後期的措施。**早期建議的預防措施**有：

1. 在學步車上增加警示標語與民眾教育、
2. 要求大人要在場看護、
3. 樓梯口要有阻擋物，如門等、
4. 改善學步車防跌落裝置與、
5. 明文禁止使用。

對於民眾教育上，有一研究指出，有 32% 的父母即使小孩曾經發生過學步車相關之傷害，仍然會讓他們繼續使用學步車。另外，有人統計約四分之三的意外發生時，是至少有 1 個大人在場，原因已如前述，其速度可達每秒 1 公尺，讓大人來不及應變。另外，發生摔落

樓梯事件時發現至少有一半以上，門是沒有被安全地關好的。而明文禁止使用在商業利益下則是不可能做到。由此可見，早期的預防措施成效不大。

後期的措施

自 1994 年起自願性的規範開始之後，成效很好。便在 1997 年 6 月以後，學步車的製造規定須符合至少下列兩項的其中一項。

1. 學步車的寬度至少要大於 36 英吋（大於一般門的寬度）；
2. 改善學步車的煞車系統，也就是當一輪懸空時，煞車系統就會啓動以免墜落。

2006 年根據新規範做出一篇文章，發現 1994 年以後，這樣的建議讓美國每年因為學步車相關的傷害顯著地降低 76%，尤其以頭部傷害減少最多。當然，他們自己有提到這研究本身的限制主要來自是不同時期之比較，這成效是否真的來自規範與建議導致的改變，當然是不能直接認定其因果關係。但如同趴睡與嬰兒猝死症的研究模式般，美國小兒科醫學會堅持他們的看法與建議。

再來看看學步車與嬰兒步行的研究

前面提過，有些父母認為坐學步車可以讓小寶貝學習走路！然而根據最近的研究指出，學步車非但無法有效的幫助嬰幼兒走路，反而可能讓嬰幼兒走路的時間晚上幾個星期。主要發現是，坐學步車的小孩在剛開始走路時期會有不正常的步態，所幸這不正常的步態對於正常發展的小孩似乎是暫時的。比較確定的是，腦性麻痺的小孩坐學步車會影響其學步。至於坐學步車會不會造成 O 型腿？目前則未有證據顯示有其相關性。倒是坐在上面，的確需要注意調整高度，讓小朋友的足部可以平放在地面上。

其實，門診中問到父母讓小寶貝坐學步車的理由，還有一項就是讓父母可以放下小寶貝，空出手來做其他事情，但是危險通常就發生在父母做其他事情的瞬間。請記得學步車的安全重要性是首要的考量！使用前請三思。

小兒部主治醫師 周弘傑