

## 「寶貝哭哭，眼淚是珍珠」，努力接住走在鋼索上的新手爸媽

臺大醫院兒少保護醫療中心(以下簡稱兒保中心)發現近三年因頭部外傷自行入院就診、或由相關網絡轉介至中心諮詢之個案，年齡層介於 0~2 歲約占收案的九成。一旦有因頭部外傷至本院治療的孩童，兒保中心社工師/個管師會立即介入並偕同各縣市政府家庭暴力暨性侵害防治中心確認照顧情形及可能之傷害機轉，擔任社政及衛政的橋樑、評估家庭狀況及需求，即時提供不同資源及服務。而 2 歲以下腦傷的病童，其照顧者最常表示不知道為甚麼受傷、安撫過程中可能不慎弄傷.....等，針對照顧者的說法，兒保中心亦會針對孩童傷勢成因召集相關專業團隊進行傷勢研判，然嚴重頭部外傷的受傷機轉不外乎因劇烈搖晃、撞擊所造成，而這個受傷機轉又多數發生於寶寶階段，如何有效減少此類傷害事件，相關性預防與積極宣導將會是更重要的環節。

新聞時有報導，家長或照顧者為了讓嬰幼兒停止哭鬧，會以加大力道的搖晃方式安撫，然這種劇烈搖晃導致的嬰兒受虐性腦傷死亡率

達 25%，而存活者有 80% 可能有失明、癱瘓、學習或語言障礙等終身失能的情況（衛生福利部，2023）。故兒保中心推動『寶貝哭哭我不慌』衛教專案，此專案由兒保中心的劉欣明醫師帶領團隊認識國外推行的《嬰兒哭泣高峰期》資訊，提供新手照顧者正確的安撫及陪伴方式，此衛教計畫不僅僅是為了減少重大兒虐案件，我們亦很在乎「家長」在面對嬰兒哭泣高峰期的心情。

「寶寶一直哭，到底怎麼了？」

「寶寶哭不停，做為家長/照顧者的我又該怎麼辦？」

「其他媽媽/爸爸，好像都可以做得很好，為何我做不到安撫好我的孩子，我是不是還不夠格當照顧者，但我也很努力了...。」

「我也好累、好累，但沒有人看到我的淚與累，只有看到寶寶的淚。」

以上皆是家長的心聲。

我們明白寶寶哭不停時，家長的無力與無助，希望透過正確的衛教資訊，幫彷彿走在鋼索上的新手爸媽們加一條安全繩索，在快要掉下時，可以拿起衛教文宣，看看還可以怎麼做。家長們須理解寶寶

的哭是正常發揮，不是任何人的錯，而針對『寶貝哭哭我不慌』衛教專案，中心亦製作酷卡、衛教摺頁、影片詳細說明，給予照顧者一些安心的指引，目前已於本院各處電視牆、兒保中心粉絲專頁播放相關衛教影片。紙本文宣由醫事人員協助提供，另透過外院相關單位協助發放，期待可以讓更多新手爸媽（和照顧者）得到正向且關懷的資訊。

兒少保護醫療中心長期協助受虐兒全面性醫療評估及治療服務，我們深知兒虐孩童及家庭的身心治療常是漫漫長路。我們誠摯盼望有兒少保護需求的家庭都可以在脆弱之時，能即時獲得援手；更期望『事前』積極的預防與宣導，減少或降低『事後』的不捨與懊悔。

### 臺大醫院兒少保護衛教資訊

#### 衛教影片

- 寶貝哭哭我不慌！認識嬰兒哭泣高峰期♪  
<https://www.youtube.com/watch?v=Al4ixhfhM9Y>
- 新生寶寶哭不停怎麼辦？什麼是嬰兒哭泣高峰期？  
<https://youtu.be/BxaRn2aXG24>
- 我也是這樣走過來的！與佩岑聊聊嬰兒哭泣高峰期  
<https://youtu.be/Adoc3Xa-Gul>

衛教文宣-酷卡

**寶貝哭泣高峯期**  
the period of PURPLE crying

**寶貝哭哭我不慌**

|                               |                               |                    |                  |                                |
|-------------------------------|-------------------------------|--------------------|------------------|--------------------------------|
| 寶貝哭鬧程度每週持續攀升，2個月大時達到頂峰，之後逐漸趨緩 | 哭鬧完全無跡可尋，沒來由地開始與結束，哭起來就完全無法安撫 | 我很擔心，因為寶貝的表情看起來很痛苦 | 不停地哭鬧可能每天哭鬧超過5小時 | 照顧者容易慌亂，因為白天都很乖巧的寶貝，卻常常在夜裡哭鬧不休 |
|-------------------------------|-------------------------------|--------------------|------------------|--------------------------------|

**認識「嬰兒哭泣高峯期」**

- 這是嬰兒成長所經歷的正常發展階段。
- 寶寶哭鬧的程度與時間約在2個月大時達到巔峰，約3-5個月大後逐漸趨緩。
- 這個時期的哭鬧與身體不適無關，不需吃藥。
- 若有擔心，可由醫師評估寶寶的生長發育是否一切正常。

**關於安撫寶寶?**

- 常見的安撫方式包括：餵奶、嬰兒按摩、洗溫水澡、搖籃曲、舒緩規律的白噪音、使用奶嘴等。
- 愛的抱抱好處多！請別擔心，寶寶不會被寵壞的。
- 當你試過所有的方法，寶寶還是哭不停，這是很常見的。
- 透過安撫的動作能增加寶寶的安全感。即使寶寶沒有在哭鬧，也可以安撫他喔！

**給媽咪爸比的小建議**

- 情緒壓力大的時候，偶爾跟家人換手照顧。
- 即使是短幾分鐘的休息，也很有幫助的！
- 多跟其他父母分享甘苦，你一點都不孤單喔！
- 請記得這只是一個時期，以後會慢慢改善的。
- 提醒自已避免情緒化的行為(包括怒罵、責打、甚至劇烈搖晃寶寶)。

台大醫院兒少心理醫學中心 合作 酷卡 KUTCH 合康 兒童心理衛生服務中心

衛教文宣-摺頁

**認識 寶貝哭泣高峯期**  
The period of PURPLE crying

**為什麼「嬰兒哭泣高峯期」?**

「嬰兒哭泣高峯期」(the period of purple crying)是每個嬰兒成長所經歷的正常發展階段。通常在2個月大時達到頂峰，約3-5個月大後逐漸趨緩。這個時期的哭鬧與身體不適無關，不需吃藥。若有擔心，可由醫師評估寶寶的生長發育是否一切正常。

**如何安撫寶寶?**

常見的安撫方式包括：餵奶、嬰兒按摩、洗溫水澡、搖籃曲、舒緩規律的白噪音、使用奶嘴等。

愛的抱抱好處多！請別擔心，寶寶不會被寵壞的。

當你試過所有的方法，寶寶還是哭不停，這是很常見的。

透過安撫的動作能增加寶寶的安全感。即使寶寶沒有在哭鬧，也可以安撫他喔！

**給媽咪爸比的小建議**

情緒壓力大的時候，偶爾跟家人換手照顧。

即使是短幾分鐘的休息，也很有幫助的！

多跟其他父母分享甘苦，你一點都不孤單喔！

請記得這只是一個時期，以後會慢慢改善的。

提醒自已避免情緒化的行為(包括怒罵、責打、甚至劇烈搖晃寶寶)。

**哭泣高峯期**

哭泣高峯期通常在2個月大時達到頂峰，約3-5個月大後逐漸趨緩。

哭泣高峯期的哭鬧與身體不適無關，不需吃藥。

若有擔心，可由醫師評估寶寶的生長發育是否一切正常。



### 參考資料

1. 衛生福利部國民健康署-劇烈搖晃嬰兒是種虐待!照顧寶寶小錦囊 「3不2要」放心上

<https://www.mohw.gov.tw/cp-6564-74773-1.html> , 上網日

期:2024.05.03

2. 臺大醫院兒少保護醫療中心

<https://www.ntuh.gov.tw/ntuch/Fpage.action?muid=6582&fid=7092>

社會工作室社會工作師 黃靖維