

# → 有关婴儿肠绞痛常见问题



## 什么是婴儿肠绞痛？

是指在没有明显原因的情况下突然、反复出现的强烈哭闹或易怒。通常发生在下午至晚上，持续时间从几分钟到几小时不等。从出生 15 天开始出现，到 4 个月大就会消失。这种病很常见，每 5 个婴儿中就有一个会发生。

## 为什么会这样？

具体原因尚不清楚，但有几种假说，如对某些刺激过敏、发育不成熟本身继发的消化系统原因或肠道细菌群的改变等。

## 如何识别？

之所以能检测到，是因为出现了突然的变化。婴儿之前一直好好地，突然开始大哭，甚至叫喊，脸变红，两腿伸缩，向后伸展。摸着肚子很硬，有时会排气。给人的感觉是他饿了，但进食时并不安静。

照料人觉得这个问题很严重，但这只是一个肠道逐渐适应和成熟的过程，在出生第三个月后会自行消失。这不是一种疾病。

## 我可以给一些治疗方法吗？



关于药物的使用、消化输液、顺势疗法、整骨疗法……没有足够的科学证据来支持它们，相反，根据具体情况，可能会造成伤害或中毒。

# ➔ 有关婴儿肠绞痛常见问题

## 我能做些什么？

虽然没有放之四海而皆准的解决方案，但以下措施可能会有所帮助：

- 尝试在日常生活中建立习惯或惯常行为，避免过度刺激。
- 抱着或推着婴儿来回走、坐摇篮、抓握、摇摆、温水浴、腹部轻柔按摩、伸屈双腿帮助排气；让婴儿趴在前臂上来回走，或者在母乳喂养建立后从胸部或奶嘴吸奶。
- 如果婴儿大口地喝奶，那么可能会吞下大量空气。进食后，用前臂竖抱着婴儿，或趴一会儿，轻轻按摩后背和腹部，有助于婴儿排气。
- 在母乳喂养过程中，确保先排空一侧乳房，然后再换另一侧。

这是一种会让人产生怀疑、痛苦和不安全感的情况。试着把它看成是一个过渡过程，在你休息的时候找到照顾宝宝所需的支持，并保持心态平和。

## 有利的练习



- 将婴儿面朝下靠在前臂上。



- 喂奶后，将其保持竖直位置。



- 按摩背部。