新生兒口腔按摩

新竹國泰綜合醫院　婦產科　護理科編印
著作權人：新竹國泰綜合醫院
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

■新生兒出現吸吮困難時

當新生兒肌肉張力不足時，會影響下顎、唇、頰、舌頭等口腔動作的協調性，所以母親在哺餵時，會發現新生兒出現無力的吸吮現象，因此會擔心與慌張。

■新生兒口腔按摩目的

研究發現，適當的口腔按摩，有利於增強新生兒口腔肌肉動作及吸吮技巧，也可促進嬰兒吸吮-吞嚥-呼吸的協調性，刺激舌頭活動度，有助於改善新生兒的進食表現，降低口腔清潔的排斥，同時讓副食品轉換過程順利；建議母親依以下方法，讓新生兒慢慢接受口腔刺激，促進口腔動作的發展。

■新生兒口腔按摩操作

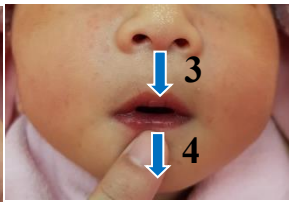
■時機：嬰兒出生後就可開始，在嬰兒安靜和餵奶前。

■頻率：每天早晚各一次。

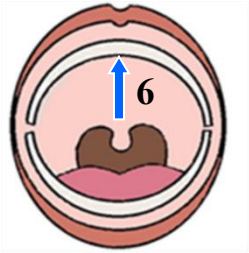
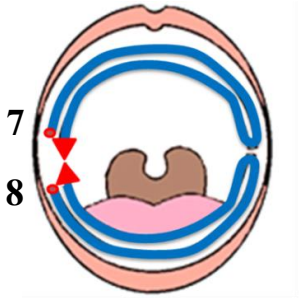
■方法：

1.環境安排與擺位：家長清潔雙手後，坐在有椅背且舒適的椅子，環抱嬰兒，新生兒頭部採半直立姿勢，輕輕撫摸喚醒寶寶。

2.口腔外部按摩：順著臉部肌肉方向按摩，口腔周圍採輕柔點狀按壓（如下圖 1~5 動作）。

口腔外部按摩(1~5 每個動作各按壓 30 秒)		
		
1.<u>左右兩側臉頰</u> 在耳垂前方以指腹環形按摩 5 下，再由耳垂往嘴角方向按摩。	2.<u>上下嘴唇</u> 由人中部位經上嘴唇、下嘴唇中線往下巴輕輕滑動，使寶寶放鬆張口。	3.<u>口輪匝肌</u> 用食指指腹，由右側嘴角延著口腔外部肌肉以順時針方向按壓一圈。

3.口腔內部按摩：以洗淨的食指或沾水棉棒，在口腔內輕柔按摩，須避免口腔黏膜受損（如下圖 6~10 動作）。

口腔內部按摩（6~10 每個動作各按壓 30 秒）	
	1.<u>上顎面</u> 食指指腹朝上，按壓上顎，由硬顎後緣向前，往上牙齦方向按摩。
	2.<u>上下牙齦面</u> 食指延嘴角滑入口中，用指腹由右側上牙齦，沿牙齦外側面，往左側上牙齦，來回雙向按壓。同步驟，由右側下牙齦往左側下牙齦外側面，來回雙向按壓。
	3.<u>舌頭面</u> 食指指腹朝舌頭面，由舌頭後端方向，向下往舌尖處單一方向按壓。
	4.將食指置入口腔中間，以食指輕柔旋轉刺激吸吮。 ◆若新生兒有吸吮反應，則食指不動，讓新生兒吸吮約 30 秒後，直接母乳哺餵。 ◆若新生兒無吸吮反應，則食指持續輕柔旋轉，刺激吸吮 30 秒。

4.整個口腔按摩（1~10 動作）共 5 分鐘。

5.按摩過程母親可以愉悅地和寶寶說話，保持眼神接觸，享受親子互動。

6.練習新生兒口腔按摩的過程，要隨時觀察新生兒的膚色、心跳與呼吸，若出現呼吸急促或膚色改變，則停止按摩，待新生兒狀況穩定後再進行。

結論

吸吮與吞嚥是十分複雜的生理功能，需要神經肌肉的協調控制。口腔按摩可促進新生兒口腔進食與吸吮能力，不僅是口慾與營養的滿足，母親也更有信心持續哺乳，提升母乳哺餵效能。

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院	(02)27082121	嬰兒室轉 3555-6
汐止國泰綜合醫院	(02)26482121	嬰兒室轉 2621-2
新竹國泰綜合醫院	(03)5278999	嬰兒室轉 2757-8

我們將竭誠為您服務！

國泰綜合醫院關心您！

CE100.510.2020.11 初訂

2023.01 審閱