



早產兒及新生兒感覺動作活動

■ 簡介

早產寶寶提早來到這個世界，許多因素(包括環境、生理器官的成熟度)會影響他們在知覺、動作及神經行為的發展，因此照顧者需要了解一些基本的方法，利用簡單的肢體活動、感知覺刺激，結合成為日常生活活動，促進早產寶寶各項發展。

■ 肢體活動

- 上肢動作: 目的在預防肩關節附近的軟組織緊繃，並促進大腦發展出手臂抗地心、朝向身體中線的動作，可以在叫寶寶起床、幫寶寶換衣服前後、或陪寶寶玩的時候進行

雙上臂向上舉高至耳朵旁，有節律的來回數次	雙手跨過身體中線觸摸至對邊肩膀，有節律的來回數次
	

- 下肢動作: 目的在預防髖關節附近的軟組織緊繃，並促進大腦發展出大腿曲屈、抗地心的及雙腿的交替性動作，可以在叫寶寶起床、幫寶寶換尿布前後、或陪寶寶玩的時候進行

大人抓握在寶寶的膝蓋處，避免膝關節彎曲，將雙腳舉高至與身體呈90度	抓握在寶寶的腳踝，彎屈膝蓋和大腿關節，讓寶寶的腿彎曲停留在腹部的位置	抓握寶寶的腳踝，雙腳交替做踩腳踏車的動作
		

■ 視覺、聽覺刺激活動

視覺是寶寶出生後仍在發展中，而聽覺則在懷孕週數約20周後即逐漸發展的能力，早產寶寶可能在出生後由於醫療的迫切性，可能接收到過量、或不足的視聽環境，影響了他們對於外在環境的覺察、自我調適的發展，因此給予適當、合宜的視覺、聽覺刺激，幫助早產寶寶發展出適當的視聽知覺功能。

- 視覺刺激：對於未足月的早產寶寶來說，黑白色卡可能太過於刺激(由於神經尚未成熟)，盡量提供的是短暫、立體的物體來當刺激物即可，例如照顧者的臉，或對比色明顯的搖鈴，可以在寶寶清醒的時候陪寶寶玩，此時對視覺的刺激的耐受度較低，當寶寶明顯不看或拒絕時即可停止。

- 視覺定位、追視
- 寶寶清醒時讓寶寶躺在可以看到大人走動的位置、或在床上懸掛音樂玲



- 聽覺刺激：讓寶寶藉由聲音判斷聲音的來源，學習眼球定位、或轉頭定位聲源的能力

- 聽覺定位、追蹤
- 寶寶清醒時跟寶寶說話、唱歌，或讓寶寶躺在可以聽到大人從事活動的位置(需注意音量，以不突然出現，驚嚇到寶寶為原則)、或在床上懸掛音樂玲



- 諮詢電話：(02)2737-2181 分機 1241 轉 14
- 制訂單位/日期：復健醫學部職能治療組/110.09.10
- F-4200-PA-041

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮