

mada090234 / March 06, 2015 04:54PM

[快樂森林托嬰中心教媽咪如何讓寶寶睡出好頭型](#)

[color=#FF0000]快樂森林托嬰中心教媽咪如何讓寶寶睡出好頭型[/color]

初為人母，在平常照顧寶寶的過程中，除了一般生活照護外，如何照顧好新生兒的頭型，也是許多媽咪十分關注的一件事，快樂森林托嬰中心主任指出，隨著寶寶的出生，頭骨的硬度也漸漸開始變大，當骨縫密合，頭型基本上就不會有太大的改變，因此當寶寶兩個月開始，便是調整寶寶頭型的最佳時間，建議媽咪留意寶寶的睡姿，便能讓寶寶從小就擁有好頭型。

一般而言，寶寶在出生時難免都會出現頭型不對稱的現象，由於在產道時受到不均勻受力的擠壓，或者是不同睡姿而造成此現象。快樂森林托嬰中心主任表示，新生兒出生時，頭骨依然相當柔軟，直到出生之後，頭骨才會漸漸硬化，以保護腦部的組織，因此，媽咪若要照顧寶寶的頭型，必須把握三個月的黃金關鍵期，藉由睡姿的調整，讓寶寶從小就擁有好頭型。

而要如何從寶寶的睡姿進行調整，快樂森林托嬰中心主任說明，在寶寶每天長達16-18小時的睡眠時間中，媽咪應要不斷地調整寶寶的睡姿，最好是平測臥姿交替，避免寶寶維持同一姿勢，否則容易讓寶寶頭骨長期承受同一壓力而影響到頭型的發展，除此之外，當寶寶醒著時，也可以利用玩具吸引寶寶的注意力，引導寶寶頭部往不同方向進行活動，就能避免長期使用同一姿勢的情形產生。

最後，若經過諸多調整之後，媽咪還是覺得寶寶的頭型有問題，快樂森林托嬰中心主任提醒，媽咪也可以及時向醫生做諮詢，並按照醫生的囑咐進行照護，千萬不要因為心急而亂尋偏方，唯有仔細觀察寶寶的狀況，做適當的處理，才能擁有好頭型，也能健康快樂地成長。

快樂森林托嬰中心 板橋 托嬰中心 寶寶 寶寶頭型

★快樂森林托嬰中心網站：<http://mvp091.104web.com.tw/cetacean/front/bin/home.phtml>

★快樂森林托嬰中心地址：新北市板橋區忠孝路28號2樓

★快樂森林托嬰中心電話：02-29633660

---