

shinyihuang00 / December 10, 2015 11:45AM

[寶寶便秘怎麼辦？ 汐止吳婦產科幫忙解決爸媽的煩惱](#)

便秘在嬰幼兒當中是常見的疾病，也常造成父母不少的煩惱，正常的嬰兒，一天大約排便1-2次，如果排便時間超過48小時，加上糞便又乾又硬，或有便意卻排不出大便，即稱為便秘。汐止吳婦產科附設小兒科醫生說明，喝配方奶的嬰兒較喝母乳的嬰兒容易便秘，硬的大便讓寶寶肚子很痛，排便很不舒服，也因此無法順利排便，這樣的結果會越來越惡化，嚴重的話還可能會造成直腸壁的裂傷，所以家長要經常注意寶寶排便的狀況。

汐止吳婦產科附設小兒科醫生表示，造成便秘的原因主要有兩種一種是器質性便秘，也就是器官有問題所造成的便秘，這類的便秘通常發生在新生兒時期，寶寶從出生開始就有排便不順，有延遲排出胎便（出生超過48小時）的情形，或是觸摸腹部常有腫塊等，常合併其他的症狀，包括嘔吐或是生長遲緩，其中又以「先天性巨結腸症」最為常見，因為某段腸子缺乏神經節，使腸子處於經常收縮的狀態，而失去腸道蠕動的功能。

另外一種則是功能性的便秘，主要造成的原因有飲食不當、排便習慣不佳及心理因素等，汐止吳婦產科附設小兒科醫師說明，寶寶若有功能性便秘的問題，可以先從平常生活習慣改變，例如排便前先按摩腹部或是補充水分，讓腸胃的蠕動更加的順利，此外均衡的飲食也相當的重要，媽媽要避免寶寶過度攝取高蛋白、高脂肪的食物，才能有效的避免便秘的問題。

以奶為主食的寶寶，因為纖維質攝取較為不足，加上飲食又沒有調配好，就有可能影響排便的次數及大便的硬度，變硬的大便不僅難以解出，摩擦肛門時的疼痛及出血症狀，更容易使寶寶對排便產生恐懼而導致惡性循環。因此，汐止吳婦產科附設小兒科醫師建議，當寶寶出現嚴重的便秘情況，切勿隨意服用一般的成藥，或是民間的療法，而是要趕緊就醫看診，確切的了解便秘的主因才能給予適當的治療。

---