

早产宝宝生长曲线使用方法与正常宝宝的不同。以体重曲线为例，每次记录时，需将测量值分别标注在宝宝实际胎龄和矫正胎龄两处，并用虚线连接两点。评估宝宝的生长发育情况时，分别连接所有虚线左侧的点和右侧的点，这样不但可以了解矫正胎龄下早产宝宝的生长发育情况，还可以知道早产宝宝出生后追赶生长的效果，以便更加准确地监测宝宝的生长情况。

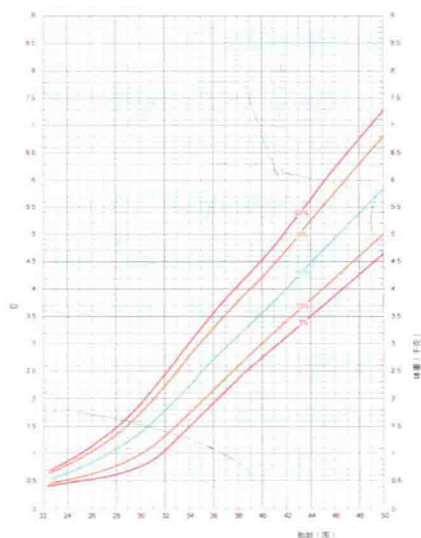


图 2-23-2 22~50 周早产男宝宝体重曲线图

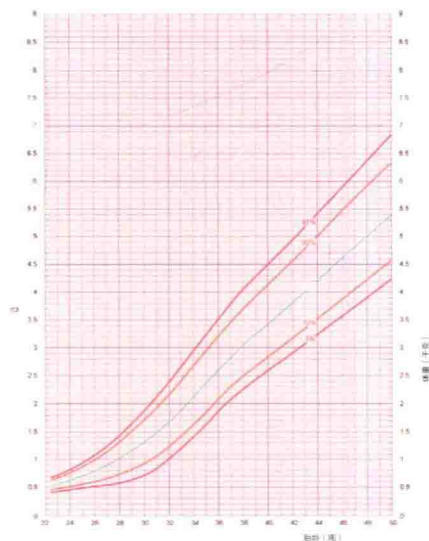


图 2-23-3 22~50 周早产女宝宝体重曲线图

早产宝宝生长迟缓

早产宝宝生长迟缓主要是指宝宝出生后的身长、体重或头围低于矫正月龄后同月龄宝宝生长平均水平的 10%。而导致早产宝宝出现生长迟缓很重要的一个原因，是出生后早期营养摄入不足。

早产宝宝生长迟缓，不仅对他的外貌有直接的不良影响，还可能对宝宝的发育产生阻碍，如神经系统发育迟缓、认知和学习能力低下等。虽然大多数的早产宝宝在医生和家长的精心护理下，身长、体重等与生长有关的指标可以在 1 ~ 2 年内追赶上正常宝宝

的生长水平，但是在发育方面，家长要特别注意，尤其是在日常生活中细心观察孩子的言行举止，来判断他是否存在发育迟缓的表现，以便早发现早干预，将早产给宝宝带来的负面影响降到最低。

家长可以参考下面的标准，自行评估早产宝宝是否存在发育迟缓的情况（涉及月龄均为矫正月龄）：

3个月：无法很好地抬头，且四肢僵硬，不能自如活动。

6个月：拉坐仍无法抬头；不会伸手够东西；双腿支撑力较弱。

9个月：爬行时发生倾斜，仅身体一侧会用力，另一侧呈拖行状态；双腿仍很难用力。

12个月：不会独自站立；坐时需要用手支撑保持稳定。

18个月：不会走路；虽会走路，但身体摇摇晃晃或一直踮脚走路。

需要提醒的是，虽然每个宝宝的发育速度有所差别，但是家长仍要细心观察，一旦发现宝宝在某种能力上明显滞后矫正月龄后其他同龄宝宝的发育水平，要及时带宝宝去医院，由医生检查和评估，并配合医生进行相应的康复训练。

早产宝宝的健康问题

● 早产宝宝的心脏问题

很多早产宝宝都存在不同程度的心脏问题，其中最为常见的是动脉导管未完全闭合。如果宝宝在妈妈孕30周之前出生，那么出现这种情况的风险更大。动脉导管连接了由心脏运送血液的两条主要动脉，一条为肺部运送血液，一条为全身运送血液。宝宝未出生时，因为不需要通过肺呼吸，所以这条导管会将心脏泵出的血液由肺动脉直接流入主动脉；当宝宝出生后，肺部开始进入空气，并行使呼吸功能，因此这条原可避免血液输入到肺部的导管便失去了作用。按照常理，动脉导管会在宝宝出生后的两三天内闭合，但是由于早产宝宝生理机能发育不成熟，动脉导管就可能无法按期闭合，导致血液过多地流过肺部，可能会引发心力衰竭等问题。

一般来说，如果动脉导管开口较小，大多数宝宝的心脏功能会随着发育逐渐完善，最终自行恢复正常。所以，针对早产宝宝的先天性心脏病，家长无须过于紧张，但应注意定期复查。如果经诊断动脉导管开口较大，或者最晚出生后1年，动脉导管还未闭合，医生就会采取药物或者手术方式帮助闭合。

出院提醒：

家长要按照医生建议，定期带宝宝复查，了解心脏的发育情况。除此之外，家长应多关注宝宝其他方面的问题，比如肺部疾病、贫血、视力或听力损伤。

早产宝宝的呼吸问题

因为提前降生，早产宝宝肺部没有发育成熟，缺乏可以使肺泡保持不萎缩的活性物质，所以有的宝宝可能无法像正常人一样顺畅地呼吸，甚至出现呼吸暂停，尤其是刚刚出生时，医生往往会为其提供呼吸辅助。

更严重的情况是，宝宝可能会出现呼吸过快、喘息、咳嗽、嘴唇和指甲发青等症状，这是支气管和肺发育不良的典型特征。针对这种情况，医生会根据宝宝的具体情况，决定是否需要长时间进行辅助呼吸，必要时会采取药物治疗。不过，家长不要过于焦虑，通常，经过一段时间的专业治疗及家长细致入微的照顾，绝大多数的宝宝是能够恢复正常的。要注意的是，不管是哪种呼吸问题，家长都要积极配合医生，以便医生根据宝宝的情况予以治疗。

出院提醒：

宝宝出院回家后，家长要密切关注宝宝的呼吸情况和日常进食情况，一旦出现异常，要立即做出反应，以免延误救治的最佳时机。另外，早产宝宝长大后患哮喘的可能性更高，因此家长要注意宝宝的生活环境。

● 早产宝宝的脑部和神经系统问题

如果宝宝出生时胎龄不足 28 周，或体重低于 1200 克，很可能会存在颅内出血的风险，大部分出血不是很严重，也很少会带来其他严重的问题。有的宝宝会出现脑积水，医生经过评估通常会建议手术治疗。早产宝宝也非常容易出现脑部发育问题，比如脑瘫，尤其是胎龄 28 ~ 34 周的早产宝宝，发生脑瘫的风险更高。

另外，早产宝宝还可能因脑部问题引发神经系统功能障碍，主要表现为运动发育落后、肌张力高、语言及认知发育落后。与足月同龄的健康宝宝相比，早产宝宝在运动发育上可能会出现明显的落后，不仅大运动，在精细运动发育上，很多早产宝宝也存在一定程度的滞后，抓、握能力远不及同龄的足月宝宝。肌张力是指肌肉在静止松弛状态下的紧张度，肌张力高会使宝宝表现出异常的姿势，比如仰卧时头一直向后背，胳膊一直保持弯曲，大拇指内扣且双手握拳很难张开，双脚长期处于伸直状态、足尖着地，更加严重的甚至全身僵硬、肢体运动很少。早产对宝宝以后的语言和认知能力也有一定程度的影响，如果家长没有及早干预，很可能会出现语言及认知发育滞后的情况。因此，家长应根据医生的建议和指导进行治疗，积极做康复训练，尽可能减少早产给宝宝脑部及神经系统发育带来的不良影响。

○ 出院提醒：

- 早产宝宝出院时，医生通常会根据宝宝的情况给出具体的护理建议，包括运动功能的训练及认知、语言能力的早期干预。
- 家长要按照医生制定的功能训练方案，积极给宝宝进行康复训练，包括小月龄早产宝宝的趴卧训练及锻炼手部精细运动的抓握训练。对于语言和认知能力训练，应坚持长期引导，尽可能多地与宝宝进行语言交流，促进宝宝语言和认知能力的发展。注重口腔功能的训练，尤其是当宝宝矫正月龄



到6个月时，及时添加辅食，并根据宝宝牙齿萌出情况，适当调整食物性状，给宝宝尝试一些较粗的食物，并示范如何咀嚼，锻炼宝宝的口周肌肉，为宝宝日后准确吐字发音打下基础。不过，一旦发现宝宝在某方面明显滞后矫正月龄后同龄宝宝的平均发育水平，要及时寻求医生帮助。

- 再次强调，出院后，家长一定要带宝宝按时复诊，以尽可能将出现各种生长发育问题的风险降到最低。

● 早产宝宝的视力问题

早产宝宝有很大的风险发生视网膜病变，其中胎龄不足30周的宝宝风险更高。这是因为宝宝早产后，视网膜血管尚未发育完全，如果长时间吸入高浓度的氧，可能会对视网膜造成威胁，导致不可逆的视力损害，甚至会有失明的风险。

不过家长不要过于担心。轻度视网膜病变，绝大多数宝宝能够自行好转，也不会有其他后续影响。病情比较严重的，需经医生诊断后，采取激光治疗。此外，早产宝宝出现斜视、近视的可能性也比较大。因此，早产宝宝出生后，医生会检查宝宝的眼睛，尤其是进行眼底筛查，家长一定要积极配合，以便早发现早治疗。



● 出院提醒：

- 一般情况下，早产宝宝需要定期进行眼睛检查，直到视网膜发育完全。当矫正月龄到满月后，可以每天用颜色对比强烈的玩具吸引宝宝的注意；如果宝宝对颜色有反应，可以用图片进行目光追随能力的训练。



- 当宝宝平躺时，将卡片置于宝宝面部正上方 20 ~ 40 厘米的位置，上、下、左、右缓慢地移动卡片，鼓励宝宝追随画面看，以促进视力发育。但要注意，训练一开始以每次几分钟为宜，一天 1 ~ 2 次，不宜太多、太久，以免对宝宝的视力造成不良的影响。

● 早产宝宝的听力问题

早产宝宝同样面临很高的听力损失风险，而且出生胎龄越小，风险越高。据统计，出生胎龄小于 32 周的早产宝宝，发生听力损失的概率高达 2% ~ 4%。宝宝过早出生，体内各器官及系统未发育成熟，听觉中枢神经和耳部组织等对缺氧、缺血、药物刺激非常敏感，再加上宝宝免疫力较低，很容易并发各种感染性疾病，导致不同程度的听力损失。

因此，家长必须重视宝宝的听力筛查，应积极与医生沟通，确定合适的筛查时间，以便及早排查。如果有问题，越早治疗对其以后语言发育产生的影响就越小。



○ 出院提醒：

- 一般来说，存在听力损失高危因素的婴幼儿，尤其是早产儿，即使通过了最初的听力筛查，至少在 3 岁前，也要每 6 个月进行 1 次听力随访，以便早发现、早干预、早治疗。
- 要关注宝宝听力训练。妈妈的声音是对宝宝最好的刺激，可以常为宝宝唱歌、读读书，听一听舒缓的音乐，或者从房间不同的地方对宝宝说话、摇铃铛，观察宝宝是否有反应，并用眼睛追寻声音的来源。通常到矫正月



龄4个月时，大多数宝宝就对声音有所反应了。

- 需要注意的是，如果宝宝在嘈杂环境中总是很安静，或者经常大声吵闹，频繁制造噪声，这很可能是宝宝听力异常的表现，应及时带宝宝就医。

● 早产宝宝的贫血问题

早产宝宝容易患上贫血症。因为提前离开妈妈的子宫，铁元素含量的储存会受到不同程度的影响，而且，出生时胎龄越小，获得的铁元素就越少，患上缺铁性贫血的可能性就越大。贫血情况较严重的宝宝会出现面色苍白、心率较快、血压低、呼吸困难等表现，需要及时治疗。贫血需要根据医生的专业判断，在检测血液的基础上进行诊断。一旦确诊，医生可能会根据宝宝的实际情况，采取相应措施比如输血、开补铁剂等进行对症治疗。



● 注意事项：

- 如果经医生检查，宝宝出院后仍需口服补铁剂纠正贫血，家长要谨遵医嘱按时给宝宝服用，并定期带他复查，了解宝宝的贫血是否改善，以便及时调整治疗方案。
- 当宝宝开始添加辅食时，家长要特别注意通过辅食给宝宝补铁，比如宝宝吃的第一口辅食，建议选择高铁的营养米粉；随着宝宝月龄的增加，可以在保证营养均衡的基础上，给他多吃一些含铁量高的绿叶菜和红肉。

● 早产宝宝的黄疸问题

与足月宝宝相比，早产宝宝更容易出现黄疸，且黄疸的程度更加严重。这是因为早

产宝宝肝脏发育不成熟，无法将体内产生的胆红素全部排出体外。胆红素是一种黄色色素样物质，胆红素过高会体现在宝宝的眼睛及皮肤上。

对早产宝宝来说，如果同时存在溶血、感染等危险因素，在胆红素水平低于健康足月宝宝相应参考值时，就要接受光疗。比如，同样是监测宝宝出生后48小时的胆红素水平，根据宝宝出生孕周和出生时身体状况的差异，大致可以分成以下三种情况：存在高危因素、

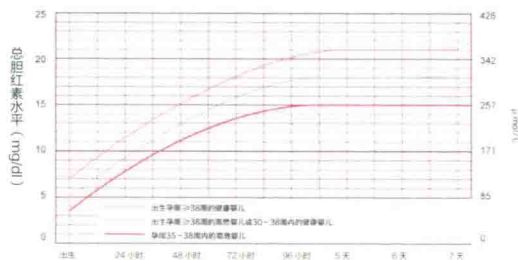
孕周35~38周内出生的早产宝宝，胆红素达到11mg/dl就需要进行光疗。存在高危因素、大于38周出生的足月宝宝，或是30~38周出生的健康早产儿，胆红素达到13mg/dl时再进行光疗就可以。如果是大于38周出生的足月健康宝宝，胆红素达到15mg/dl时才需要进行光疗。

早产宝宝的胃食管反流

胃食管反流在新生儿中比较常见，这是因为新生宝宝的胃肠发育还不健全。相较于足月出生的宝宝，早产宝宝发生胃食管反流的比例更高。

胃食管反流会使宝宝一天内多次呕吐，影响体重的增长，但这种情况在早产宝宝长到原来预产期的时候，会有明显的改善，且在矫正月龄12个月以后，反流的问题会逐渐消失。

不过，如果家长发现宝宝有明显的进食困难，发生反流后哭闹甚至呼吸暂停，严重时甚至出现



▲ 图 2-23-4 新生儿黄疸光疗标准图

崔医生特别提醒：

有些早产宝宝出现呕吐可能不是胃食管反流导致的，而是与坏死性小肠结肠炎有关。这是一种非常严重的肠道病变，甚至有肠道出血、坏死等风险。早产宝宝患有坏死性小肠结肠炎，吃奶后会出现呕吐、腹胀等情况。腹泻的大便可能会从水样便发展到带血便或者黑便，呕吐物中也会有血丝。同时，宝宝还会出现呼吸不规则、心率不正常、面色及精神状况差的情况。家长一旦发现这些症状，要带宝宝及时就医。医生会采取抗生素、静脉补充能量，甚至手术等方式治疗。

哮喘的症状，就要考虑宝宝患有胃食管反流病，要及时带宝宝就医。



● 出院提醒：

- 对胃食管反流的宝宝，家长应在医生指导下给予宝宝更多关注。哺喂宝宝时，尽可能少量多次喂食，以在一定程度上减少呕吐的次数，保证每天的奶量。
- 每次吃完奶后，家长要帮助宝宝打出奶嗝，以有效缓解反流现象。如果发生呛奶，要避免竖抱，正确做法是让宝宝侧卧，轻拍他的后背，帮助液体排出。
- 如果上面的方法无法改善宝宝胃食管反流的现象，且出现体重持续不增长、精神状况不好、吐奶呈喷射状、呕吐物里有黄绿色的液体、呕吐物或大便带血等情况，家长要带宝宝及时就医治疗。

● 早产宝宝的肠绞痛问题

肠绞痛是很多新生儿宝宝经常会遇到的一个问题，在早产宝宝身上更容易发生。早产宝宝肠绞痛的高峰通常出现在矫正月龄6周左右。一般在晚上6~8点发作，也有部分宝宝在半夜或清晨发作。发作时，宝宝可能会没有征兆地大哭，也可能在吃奶时突然用力，有时甚至会停下吃奶哭闹，同时还可能伴有腹胀、排气增多的问题，将气或大便排出后，哭闹会有所缓解。

宝宝出现肠绞痛的症状，家长不必过于担心，因为肠绞痛不是疾病，只是宝宝发育过程中的一种正常现象，随着消化系统的成熟，通常会在早产宝宝达到矫正月龄3~4个月的时候逐渐消失。



出院提醒：

目前没有治疗肠绞痛的特效药，大多药物只能在一定程度上缓解症状。最积极的应对方法，是为宝宝提供妥善的护理。关于缓解肠绞痛的方法，详见第141页。

早产宝宝的佝偻病问题

早产宝宝维生素D储备不足，很容易出现佝偻病，主要表现为头围异常增大、肋串珠、脊柱畸形，甚至会影响以后的走路姿势。人体内维生素D的含量不多，但它却能够促进和推动人体重要的化学反应，比如使钙元素通过血液到达并沉积在骨骼内，促进骨骼的生长。因此，如果早产宝宝体内维生素D含量低于标准水平，或者出生后维生素D摄入不足，最直接的影响就是无法使充足的钙进入骨骼，导致佝偻病。

通常医生会通过采取手指末梢血的方式，检测宝宝体内维生素D的水平。如果水平较低，医生会建议给宝宝服用维生素D，预防佝偻病。每天维生素D摄入多少，需要按照医生的建议进行补充。一般来说，早产宝宝出生后1周到3个月，每天要补充800国际单位(IU)的维生素D；3个月 after，补充量与足月宝宝相同，减至每天400国际单位(IU)。



出院提醒：

- 早产宝宝出院后，要继续按照医嘱每天补充维生素D，以免因为维生素D摄入不足而导致佝偻病。要注意不要补充过量，以免维生素D中毒。
- 对于母乳喂养的早产宝宝，由于母乳中维生素D含量较少，需每天遵医嘱补充；对于配方粉喂养的宝宝，则要根据配方粉中的维生素D含量及每天的喂养量，计算需要额外补充的维生素D。