

新手爸妈必知：新生儿低血糖的预防与应对

◎ 宜宾市第五人民医院妇产科 顾学华

在新生儿的健康问题里，低血糖就像个“隐形杀手”——早期没什么明显症状，很容易被忽略，可一旦放任不管，可能会对宝宝的大脑发育造成没法逆转的伤害。

新生儿也可能低血糖

要知道，血糖是人体重要的能量来源，尤其是大脑，几乎全靠葡萄糖供能。而新生儿的大脑正处在快速发育的关键期，对低血糖会更敏感，一点波动都可能有影响。新生儿低血糖，简单说就是新生儿的血糖浓度低于正常范围，属于一种代谢紊乱问题，其具体诊断标准要分情况看。

足月儿：出生后24小时内，血糖低于2.2mmol/L；出生24小时后，血糖低于2.8mmol/L，就算低血糖。

早产儿和低出生体重儿：不管出生多久，只要血糖低于2.2mmol/L，就能诊断为低血糖。

新生儿出现低血糖主要有两个因素——

母体因素：如果妈妈在孕期得了妊娠糖尿病、高血压等疾病，会影响胎儿在肚子里的血糖调节机制，增加宝宝出生后低血糖的风险。

胎盘因素：胎盘是胎儿获取营养的“桥梁”，如果出现胎盘早剥、胎盘老化等问题，胎儿能得到的营养就会不足，体内储存的糖原减少，出生后也容易低血糖。

3类宝宝是低血糖高发户

早产儿：早产儿的肝糖原储备不够多，而且把其他物质转化为糖原的能力（糖原异生能力）也比较差，很容易出现血糖偏低。

低出生体重儿：出生时体重低

于2500克的宝宝，体内储存的能量少，很难维持正常的血糖水平。

母亲患糖尿病的新生儿：这类宝宝在妈妈肚子里时，长期处于高血糖环境，身体会分泌更多胰岛素来调节。可出生后脱离了高血糖环境，胰岛素还在“努力工作”，就容易导致低血糖。

低血糖危害大

大脑是全身对葡萄糖需求最大的器官，新生儿如果低血糖持续时间长或血糖浓度特别低，会对大脑造成严重损伤：

短期影响：让宝宝出现嗜睡、不爱吃奶、哭声微弱、体温升不上去等症状，严重时还可能影响呼吸。

长期影响：会干扰神经系统发育，可能导致宝宝长大后智力低下、运动功能障碍，甚至引发癫痫等后遗症，极端情况下还会危及生命。

宝宝有这些“反常”要留意

新生儿低血糖的早期症状很不典型，特别容易被家长忽略。如果宝宝出现以下表现一定要警惕：

精神状态差：萎靡不振，对声音、光线等外界刺激没什么反应。

吃奶不正常：吸吮的时候没力气，甚至直接拒绝吃奶。

哭声不对劲：哭声低微、断断续续，不像正常新生儿那样响亮。

其他异常：有的宝宝会面色苍

白、四肢冰凉，还有的会出现呼吸急促的情况。

发现上述异常，可以做血糖检测查查宝宝是不是低血糖。

足跟血微量血糖检测：操作简单，创伤也小，主要用来做初步筛查。

静脉血血糖检测：检测结果更准确，是确诊低血糖的重要依据。如果足跟血筛查发现血糖低，通常会再抽静脉血确认。

特别提醒：早产儿、低出生体重儿、妈妈有糖尿病的宝宝，出生后一定要常规做血糖监测，这样才能尽早发现问题、及时处理。

3招帮宝宝远离低血糖

孕期管理：均衡饮食，控制高糖、高油摄入，降低妊娠糖尿病风险；定期产检，及时处理高血压、胎盘异常等问题。

产后喂养：出生半小时内开始母乳喂养，通过频繁吸吮促进乳汁分泌，保障能量摄入。

高危监测：针对低血糖高危宝宝，加强血糖监测与状态观察，异常情况及时就医。

宝宝低血糖要尽早处理

轻度低血糖：可以通过增加喂养次数、加强母乳喂养，或者在医生指导下补充葡萄糖水来提升血糖。喂完之后半小时，一定要再测一次血糖，看看有没有升上来。

重度低血糖：在医生的指导下，通过静脉输注葡萄糖溶液来快速提升血糖。期间还要密切监测血糖，直到血糖稳定。

另外，做好下面这4点，能助力宝宝恢复：保证宝宝充足睡眠；采用适宜喂养方式；密切关注宝宝精神、进食、啼哭、体温等状态，记录大小便情况，为诊断提供依据；严格遵医嘱定期复查血糖，直至指标稳定。◎