



宝宝为何变身“小黄人”

◎大竹县妇幼保健院 蒋春景

新生儿黄疸，是许多新手父母在迎接新生命时可能会遇到的一个常见现象。看着宝宝原本娇嫩的皮肤逐渐泛黄，不少父母会感到担忧和困惑。那么，新生儿黄疸究竟是什么？它为何会让宝宝变成“小黄人”？又该如何应对和护理呢？本文将详细解答这些问题，帮助父母们更好地理解 and 应对新生儿黄疸。

认识新生儿黄疸

新生儿黄疸，是指新生儿期（自胎儿娩出脐带结扎至生后28天内）由于胆红素代谢异常，引起血液中胆红素浓度升高，导致皮肤、黏膜及巩膜出现黄染的临床征象。胆红素是一种橙黄色的色素，是红细胞衰老破坏后的产物。在正常情况下，胆红素经过肝脏的代谢和转化后，会随着胆汁排出体外。然而，新生儿由于肝脏功能尚未发育成熟，对胆红素的代谢能力有限，因此容易出现黄疸现象。

根据黄疸发生与消退时间、胆红素水平，新生儿黄疸主要分为生理性黄疸和病理性黄疸两大类。生理性黄疸是新生儿期的一种正常生理现象，约60%的足月儿和80%的早产儿在出生后2~3天会出现黄疸，4~6天达到高峰，7~10天开始逐渐消退。足月儿一般在生后2周内消退，早产儿可能延迟到3~4周。生理性黄疸的宝宝一般情况良好，体温正常，食欲正常，大小便颜色正常，生长发育正常，无需特殊治疗，只需动态观察即可。病理性黄疸则属于异常现象，可能与多种因素有关，如细菌感染、新生儿败血症、病毒感染（如甲肝病毒、乙肝病毒、巨细胞病毒等）、新生儿溶血病、先天性胆道闭锁、胆总管囊

肿、母乳性黄疸等。病理性黄疸的宝宝黄疸出现时间过早（生后24小时内出现），程度重，进展快，持续时间长（足月儿超过2周，早产儿超过4周），或黄疸退而复现。病理性黄疸需要及时就医，找出病因并进行治疗，以防止胆红素脑病等严重并发症的发生。

正确对待新生儿黄疸

新生儿黄疸的主要症状是皮肤、黏膜及巩膜出现黄染。黄疸一般从头开始黄，从脚开始退，而眼睛是最早黄、最晚退的。黄疸的程度因个体差异而异，轻者仅局限于面部和上半身，重者可能波及全身，甚至伴有其他异常症状，如精神疲累、少哭、少动、少吃、体温不稳定、呕吐、腹泻、大便颜色发白等。

新生儿黄疸的检测主要通过观察宝宝的皮肤颜色、巩膜黄染程度以及进行血清胆红素测定。医生会根据宝宝的胎龄、日龄、黄疸出现的时间、程度、进展速度以及伴随症状等因素，综合判断宝宝是否患有病理性黄疸。对于疑似病理性黄疸的宝宝，还需要进行进一步的检查，如血常规、尿常规、肝功能、甲功等，以排除其他潜在疾病。

生理性黄疸无需特殊治疗，只

需加强喂养，多吃多排，促进胆红素从大便中排出。对于母乳性黄疸的宝宝，不建议停止母乳喂养，因为母乳性黄疸呈自限性过程，一般12周前会自然消退。但需要注意的是，如果母乳性黄疸持续时间较长或黄疸程度较重，也需要及时就医检查，以排除其他病理性因素。

病理性黄疸的治疗主要包括药物治疗、光疗和换血治疗等。药物治疗包括肝酶诱导剂（如苯巴比妥）、血浆或白蛋白、肾上腺皮质激素等，旨在促进胆红素的代谢和排泄。光疗是治疗新生儿黄疸的有效方法之一，通过照射蓝光或绿光，使胆红素分子结构发生改变，易于从尿液和胆汁中排出。换血治疗则适用于重度黄疸或胆红素脑病高风险的宝宝，通过置换部分血浆或全血，迅速降低血清胆红素水平。

在护理方面，家长应注意保持宝宝皮肤清洁干燥，避免感染；加强喂养，促进胆红素排出；密切观察宝宝的黄疸变化及伴随症状，如有异常应及时就医。此外，晒太阳也是辅助治疗新生儿黄疸的一种方法，但需注意避免阳光直射眼睛和晒伤皮肤。晒太阳的最佳时间是早上9:00-9:30和下午4:00-4:30，每次时间不宜过长，以20分钟左右为宜。

新生儿黄疸是新生儿期的一种常见现象，分为生理性黄疸和病理性黄疸两大类。生理性黄疸无需特殊治疗，只需加强喂养和动态观察；病理性黄疸则需要及时就医，找出病因并进行治疗。家长应密切关注宝宝的黄疸变化及伴随症状，如有异常应及时就医。通过科学的预防、护理和治疗措施，我们可以帮助宝宝顺利渡过黄疸期，健康成长。☺