

寶寶好像被整得有些慘，剛出世，臍帶就被剪斷；為了讓他「哇」地一聲哭出來，屁股還得挨上一記。寶寶的第一次哭聲非常重要，它使寶寶的肺部充滿空氣，讓新生兒從仰賴母親血液中的氧氣來維持生命的寄生體，變成一個有自己循環系統的獨立個體；有時看不出來他是否在呼吸，有時又突然發出好像嗆到、噎到的聲音，而且常打噴嚏清理鼻腔，嚇壞了新媽媽；但有經驗的醫生卻視為萬分正常。

剛升格為母親，常有無數的疑慮。孩子是否正常？自己是否能夠成為稱職的母親？以後行動的自由要被限制了，能適應嗎？已經有孩子的母親擔心哥哥姐姐與小寶寶是不是能互相接受，融洽共處？甚至對與大孩子建立的母子關係即將失去平衡而悵惘不已；這些內心的衝突都是很自然的。臺灣的育嬰室通常有一位專屬大夫，一天查看新生兒一兩次，產婦不妨與這位小兒科大夫好好談談，尤其是頭胎的產婦，對建立信心很有幫助。

美國一些比較先進的醫院裡，准許正常的初生兒在生命的最初兩小時與父母相聚，而不急著推到育嬰室去，這稱為「親情交流時間」，他們認為對以後的親子關係大有幫助；住院期間，產婦也可以隨時把孩子留在身邊。臺灣的醫院規矩森嚴，開始可能隔離一天，然後四小時推進來餵奶一次。那麼，你和寶寶就盡量利用餵奶的時間來互相認識吧！抱抱他，和他玩玩，跟他說說話，餵奶的時候眼睛看著他，你會發現，縱使他才這麼小，他哭的時候，如果你柔聲哄他或把手輕放到他身上，他會漸漸安靜下來，帶著滿懷的愛來欣賞他吧！如果他活動、掙扎得厲害，或許代表他是具有特立個性的壯寶寶，而不是故意要反抗你；如果他安安靜靜的，或許是在休息，而不是對你沒興趣。

### 生命的第—個星期並非全然混沌

這個大概重三點多公斤（七又二分之一磅），長二十吋，每分鐘心跳一百二十下，呼吸三十三次的小東西，並不像看起來那麼脆弱與無助。從生命的第一分鐘開始，他就能呼吸、吸吮、吞嚥、排泄與發出需要幫助的訊號。最新的嬰兒研究顯示，從出生他就能看、聽、嚥、聞、感覺與轉頭的跡象來看，推翻了以前初生兒什麼都不知道的混沌說法。因此，從出娘胎開始，他的周遭環境以及與他接觸的人都對他有深遠的影響。

反射作用主宰了新生兒的動作。遇到刺激，就自動作出反射動作，這是無法控制的。等他的神經系統漸漸成熟後，這些反射動作就會消失，代之以意志控制的行動。下面列出兩張表，一張即是上述的反射作用，另一張是小生命第一週心智、體格各方面的成長情形，作為你瞭解寶寶世界的第一步。

## 新生兒反射動作

### 媽媽的作法：

輕拍他的鼻樑，或突然有強光照到眼晴，在嬰兒頭部上方約四十五公分處拍手，或以棉花輕觸眼白。

### 寶寶的反應：

眼睛緊閉。

突然碰到他或突然發出聲音。

將嬰兒直立，腳觸到床。

頭後墜，頸子伸展，手腳快速外張後縮回（好像嚇一跳似的）。

雙腳行走（消失一年之後，這走路的藝術才會再度出現）。

用兩手緩緩將嬰兒拉到坐的姿勢。

眼睛睜大，肩膀緊縮，頭部試著直立但不成功。

將嬰兒俯臥於平坦的地方。

頭會抬起轉向兩邊，支起手臂、爬行。

讓嬰兒面朝下，抱其胸部，靠近水面。

手腳會「游泳」。

將嬰兒仰臥，頭轉向一邊。

身體轉向與臉相反的方向成弓形，與臉同

撫摸手背、腳背。

一邊的手臂伸展，腳彎起，另一手臂彎曲。

撫摸手掌或腳掌的趾頭根部。

四肢緊縮成弓形，手掌、腳掌握緊。

撫摸腳底外側。

手或腳向內握緊。

突然輕拍上唇。

嘴唇突出。

撫摸臉頰或嘴巴。

頭轉過來，嘴巴與舌頭尋找撫摸物；嘴吸吮。

撫摸臉頰或手掌心。

嘴巴尋找撫摸物，手臂放鬆，手抬至張開的嘴旁。

用東西蓋住鼻和嘴。

嘴巴用力扭動，頭也會扭動，雙臂於臉前急速擺動。

撫摸腿部、身體上部。

另一隻腿或另一側的手伸過來推開你的手；退縮。

將嬰兒的身體側轉。

頭也跟著轉，雙眼先看要轉的方向

將嬰兒雙腳提起懸空。

身體彎曲成球，雙腿伸直，雙臂成直線下吊，脖子向後彎。

\*此表僅供參考，請勿以此為唯一標準。寶寶的身心發展是難以預料的，有的快，有的慢，個別差異相當大。

## 第一個星期生長表

語言	動作
主動	大動作
發出如動物的聲音。	反射作用主宰了手臂、腿與手掌的動作。
會哭。	非反射的動作大而漫無目標。身體會緊縮、踢腿，手臂與腿會伸向四面八方，痙攣似地扭曲。
對環境突然的變化（如聲音、溫度），整個身體都會有反應。	對環境突然的變化（如聲音、溫度），整個身體都會有反應。
頭左右轉，可能可以由下往上動。	反射作用主宰了手臂、腿與手掌的動作。
如果直立趴俯於大人肩上，會抬頭及調整姿勢。	非反射的動作大而漫無目標。身體會緊縮、踢腿，手臂與腿會伸向四面八方，痙攣似地扭曲。

## 第二章 寶寶如何面對新奇的世界



\* 此表僅供參考，請勿以此為唯一標準。寶寶的身心發展是難以預料的，有的快，有的慢，個別差異相當大。

- 被抱起來就停止哭泣。  
尋找奶頭。  
舌頭能分辨味道。  
白天大約只有百分之三的時間清醒，注意力集中。  
手如果偶爾打到物品，會抓緊它，看人只能看很短的時間。  
注意看某物時會停止吸吮的動作。  
有自動關閉外界干擾刺激的能力（例如在吵嚷光亮的育嬰室中沉睡）。

日常生活  
餵七至八次奶。  
大便頻繁且不定時。  
一天的百分之八十都在睡覺，分為七或八次睡。