

## 宝宝一直哭，是不是生病了？

婴儿哭闹在日常生活中是很普遍的现象，多为非病理性，如饥饿、冷热不当、潮湿、体位不当、惊吓、衣服过紧、被褥过重、尿布潮湿、睡眠不足、养成爱抱和昼眠夜哭不良习惯等。少部分为病理性，如疼痛或疾病造成的其他不适引起婴儿哭闹。下面就来浅谈一下宝宝哭闹的几种情况。



### 一、非病理性哭闹

#### 1. 饥饿

饥饿是婴儿最常见的非病理性哭闹原因之一，常因喂养不当所致，如进食稀释奶（牛乳或奶粉稀释过淡），晚间限制食量，或机械教条的定时、定量喂养，或因母乳不足、吸吮困难等使婴儿经常处于半饥饿状态，因而反复哭闹、频繁觅食、吸吮手指和吸吮接触婴儿面部的衣被等物品。改善喂养、满足婴儿营养需要，哭闹即停止。

#### 2. 口渴

宝宝哭声沙哑，而且口唇看起来比较干燥，多发生于夏季炎热出汗过多后、秋季干燥的户外、冬季过多衣服被子的包裹导致出汗后。

#### 3. 寒冷或太热

宝宝的脸色微微发白，身体蜷缩，哭的时候喜欢往暖和的地方缩，脖子及后背温度低于我们成人的手掌温度，手臂及小腿冰凉，说明宝宝可能是受到寒冷刺激而哭闹，这时宝妈应注意给宝宝保暖。

宝宝脸色潮红，额头或者包被里明显有很多汗，手脚心可能会因为大量出汗而变凉，说明宝宝可能因过热出汗而感到不适，宝妈应及时更换衣物，保持宝宝皮肤干爽、清洁。

#### 4. 尿布（纸尿裤）潮湿

宝宝的哭声平稳而声调拉长，哭哭停停的，好像想起什么后又哭一样，可能是因为尿布（纸尿裤）潮湿让宝宝不舒服了，这是在提醒宝妈们该换尿片了。部分患儿因

腹泻导致肛周潮红甚至皮肤破溃，对于这类患儿宝妈应及时清洁臀部，防止局部感染。

## 二、病理性哭闹

以上讲述的情况比较简单，一般宝宝的需求被满足了，哭闹就会停止，而且哭闹的时间一般不会超过半小时。若尝试后仍不能缓解，需求助医生排除病理性哭闹。病理性哭闹的特征一般比较明显，哭声强度大，持续时间长，常常超过半个小时或反复哭闹，比如刚哭停不久又再次哭起来，甚至可能持续 2 小时以上。一般有以下几种原因，家长可以对照查看。

### 1. 婴儿肠痉挛

婴儿肠痉挛，又称肠绞痛，好发于 3 个月以下的婴儿，是婴儿哭闹最常见的原因之一。肠痉挛发作的典型症状是宝宝会突然性地大声哭叫，而且哭的时候，脸渐渐变红，嘴巴周围发白，肚子胀得发紧，双腿向上蜷起来，双脚发凉，双手紧握，家长的抱哄喂奶都不能缓解。宝宝哭起来可能会持续几小时，也可能是一阵一阵地发作，哭闹多发生在下午、夜间，同时还可能有溢奶、吐奶、屁少、腹胀等情况。

大部分非疾病因素引起的肠痉挛是可以自行缓解的，等宝宝排便、放屁了，或者宝宝自己哭到没力气了，就会停下来，这个过程一般要 20~30 分钟。如果宝宝哭闹的同时还有呕吐频繁、大便次数改变、大便性状改变、出现腹股沟包块、阴囊出现包块等情况，或者在半个小时都无法停止宝宝剧烈而持续的哭声（哭几分钟、停几分钟不算），那么就需要引起警惕肠道疾病因素，需要及时就医。

### 2. 呼吸道、泌尿道感染

宝宝哭闹的同时，往往还有伴有发热、拒食、精神差等表现，这种情况也需要及时就医。

### 3. 低钙血症

低钙婴儿的神经肌肉兴奋性增高。典型的患儿可有手足搐搦表现，即出现兴奋、烦躁、易激动、哭闹、惊吓、惊跳、睡眠不安，严重者甚至抽搐窒息。多由于未及时添加维生素 D、户外活动缺乏、甲状腺功能抑制、长期腹泻等病理性疾病所致。需按时添加维生素 D、合理喂养、加强户外晒太阳，建议在专科医生指导下查明病因，对症治疗。

### 4. 口腔疾病

由病毒、细菌、真菌所致的口腔炎、溃疡性口腔炎、疱疹性口腔炎、舌炎和咽炎等均可因疼痛引起婴儿哭闹，吸乳时疼痛加剧，甚至因此而拒食。检查可见口腔溃疡、流涎多，黏膜表面有不易擦掉的白膜即为鹅口疮。此外，小儿萌牙时也常有流涎多，乳牙萌出通过骨膜时也可引起疼痛感，因而导致婴儿哭闹。

#### 5. 耳朵疾病

宝宝哭闹时还会抓扯耳廓，这可能是外耳道湿疹、中耳炎、外耳道疖等疾病。

#### 6. 颅内疾病

宝宝哭闹的同时还有频繁呕吐、眼神突然固定不动、前囟膨出（宝宝的前囟门鼓起来）、抽搐、角弓反张（也就是头往背部弯曲），这可能是颅内感染、颅内出血、颅内肿瘤等疾病，需及时就医。

#### 7. 染色体异常或遗传性疾病

如果宝宝哭闹不止而且哭声像猫叫，可能是猫叫综合征，是一种染色体异常疾病。如果哭声像羊咩咩地叫，可能是德朗热综合征，即一种先天多发性发育异常综合征，也是一种常染色体显性遗传病。

### 宝宝哭闹不止，该怎么办呢？

家长在家缓解非病理性哭闹和非疾病因素导致的肠痉挛，可以参考以下办法。

#### 非病理性哭闹：及时满足宝宝的需求

1. 家长可以先检查宝宝的尿不湿需不需要更换；再摸一摸宝宝的后脖子或背心，看看温度是否合适。
2. 如果距离上一顿喂奶过了些时间，可以尝试给宝宝喂奶。
3. 另外，掌握宝宝的睡眠信号，就能知道宝宝是不是困了。
4. 如果宝宝是发脾气哭闹，这时候家长需要及时回应宝宝，抱抱他，安抚他的情绪，也可以用一些小玩具来吸引宝宝的注意力。



### **非疾病因素导致的肠痉挛：可尝试飞机抱、拍嗝、按摩和热敷**

如果以上都做了，宝宝还是哭闹不止，最常见的就是非疾病因素导致的肠痉挛引起的哭闹。目前没有明确的方法可以快速缓解这种肠痉挛导致的疼痛，家长可以尝试一下飞机抱、按摩等方法，看能否让宝宝腹部舒服点，缩短哭闹时间。如果宝宝很抵触的话，就不建议继续尝试了。

**飞机抱：**让宝宝趴在家长的手臂上，类似于下图这样。



**拍嗝：**家长先把宝宝竖抱起来，让宝宝的头靠在自己的肩膀上，同时轻拍宝宝的背部，排出胃里过多的空气。

**按摩：**让宝宝躺在床上，家长用手顺时针按摩宝宝的腹部，排出肠道积气。

**热敷：**家长用布包着热水袋，放在宝宝的小肚子上。注意温度不能太高，手摸起来稍微温热就好，以免烫伤宝宝。

### **什么情况下需要去医院？**

非病理性哭闹和非疾病因素导致的肠痉挛引起的哭闹比较常见，一般家长在家就可以帮助宝宝缓解。

而其他病理性哭闹虽然发生几率很低，但还是需要家长关注，一旦发生需要及时就医！典型的表现就是，家长无论做什么都无法缓解宝宝哭闹，剧烈哭闹持续半个小时以上，哭闹伴随以上非病理性哭闹部分提到的其他症状。

此外，建议家长可以把宝宝哭闹的情况录音或录像，并且同时检查记录宝宝其他的症状，这些资料能帮助医生判断宝宝的疾病。

作者：丁茸 医师

医学指导：陈华佳

总 监 督、总 审 核：彭 淑 梅

广东省妇幼保健院儿科（越秀）



**个人简介：**

陈华佳，男，副主任医师，从事儿科临床工作十余年，对儿科重症、感染性疾病、呼吸系统、消化系统疾病的诊断及治疗经验丰富。



彭淑梅，硕士研究生，主任医师，广州医科大学兼职教授，现任广东省妇幼保健院儿科副主任兼儿科二党支部书记。1995年硕士毕业于湖南医科大学，后一直在广东省妇幼保健院工

作，自 2006 年 11 月晋升为儿科主任医师以来，先后担任了越秀院区儿科主任、分院儿科主任、社区管理科主任、儿保科副主任、大儿科副主任及儿科二党支部书记等职务，带领全科认真落实党的方针政策，依法行政、依法行医，有丰富的临床和科室管理经验；主持了儿科呼吸专科、分院儿科、社区管理科等部门的开发创建工作及越秀儿科的持续改进工作，引进了支气管镜介入治疗及 CRRT 治疗新思路、投身于儿科重症医学建设，有着丰富的创建经验；坚持帮扶基层，实行“双向转诊”；积极投入科研及教学工作，主持广东省科技厅课题 1 项、广州市卫生厅课题 4 项，并参与多项课题研究，发表论文 60 多篇，有丰富的科研经验；对待病人，坚持以病人为中心的服务理念，对病人关心体贴；在科室同事面前，从来是吃苦在前、享乐在后，为此得到了院领导、同事及病人的普遍好评。

社会任职：广东省医疗事故鉴定专家，广东省高级职称评审专家，广东省手足口病专家，中国医师协会儿科急救专委会委员，中国优生优育协会儿童呼吸健康专委会委员，广东省防痨协会儿童感染与儿童结核专委会主任委员，广东省女医师协会儿科专业委员会副主任委员，广东省临床医学学会儿科呼吸专委会副主任委员，广东省儿童重症合理用药专业委员会副主任委员，广东省健康管理学会儿童重症医学专委会副主任委员，广东省妇幼保健院协会儿科与儿童保健专业委员会副主任委员，广东省基层医药学会儿科急救与儿童保健专业委员会副主任委员，中国医师协会儿科分会委员，广东省医学会儿科分会感染学组成员，中华医学会全科医学分会会员。

荣获：“广东省卫生厅直属单位优秀党员”、“广东省先进女职工”、“广东好人”、“首届南粤好医生及羊城好医生”、“全国卫生计生系统先进工作者”。

擅长：儿童重症、儿童呼吸、儿童过敏及体弱儿诊治，