



容器嬰兒 綜合症

解構

久坐BB車
致發展遲緩?

部分新一代父母或因為希望保護孩子，或是方便看管等原因，經常將初生嬰兒安置在嬰兒車、搖搖椅、跳跳椅等「嬰兒容器」上，惟嬰兒長期困在這些嬰兒用品中，有機會令他們有發展遲緩的問題，出現「容器嬰兒綜合症」的現象。

今期物理治療師將為大家拆解，甚麼是容器嬰兒綜合症、容器嬰兒綜合症包含哪些情況、以及如何預防及透過物理治療可減低容器嬰兒綜合症的負面影響。

撰文：梁仲泰 設計：鍾偉文

吳婷婷
養和醫院物理治療師



►嬰兒長期使用跳跳椅等「嬰兒容器」，有機會出現發展遲緩等現象。

部分嬰兒「容器」的種類



- ★嬰兒汽車座椅
- ★嬰兒車
- ★學坐椅
- ★搖搖椅
- ★餵哺枕
- ★跳跳椅
- ★學行車
- ★嬰兒餐椅

減少依賴嬰兒容器

容器嬰兒綜合症屬後天造成的問題，可透過減少依賴這類嬰兒用品，多讓嬰兒自由活動、玩耍等，來預防嬰孩出現相關問題。

吳婷婷說：「根據美國物理治療師協會建議，父母應盡量讓嬰兒在清醒時候，並在家長陪同的情況下，以趴地姿勢自由玩耍（Tummy time），令嬰兒可以多在地上自主活動，至少一日三次，並按年齡及能力，時間長短由一、兩分鐘至十五分鐘不等；期間父母應多與嬰兒進行各種互動遊戲，有利強化嬰兒的大肌肉，同時亦可以刺激前庭系統，增加身體協調性及提升專注力，對嬰兒往後的全方位發育十分重要。」



同時，家長應將使用這些用品的時間，限制在必要的情況下，例如在外出時才使用嬰兒汽車座椅及嬰兒車等，以免因過度使用導致問題。」

◀以趴地姿勢自由玩耍，有利嬰兒大肌肉發展。

透過物理治療矯正

如孩童出現容器嬰兒綜合症，透過物理治療可協助改善問題，一般而言需要父母協助進行，以提高互動性。

吳婷婷說：「如發現有大肌肉發展遲緩的情況，按每個孩童的評估及需要，物理治療師會跟孩童進行各組大肌肉運動鍛煉，加強姿勢轉換和活動能力，以及加強身體各部分的協調性，令其發展里程碑可以追上同齡嬰孩。物理治療師亦會指導家長如何在家中陪同孩童進行鍛煉頸部和軀幹的運動。如需要針對治療斜頸問題，會為孩童安排刺激前庭系統運動，以及頭頸對應的反射動作訓練，協助矯正頭頸至正常角度，改善其姿勢調節和平衡功能。」

吳婷婷提醒，對於容器嬰兒綜合症，不論預防抑或治療均是愈早進行愈好，一般治療黃金期為一歲前；但愈遲發現，治療所需的時間會更長，最嚴重的個案可能要由骨科專科醫生以手術方式介入治療。因此，父母應多陪伴玩耍、和孩童互動時留意其變化，以便及早發現並求醫。



▲進行頭身對應的反射動作訓練以矯正斜頸等問題。

◀幫助鍛煉嬰兒頸部和軀幹肌肉的運動。

造成大肌肉等發展遲緩

錯誤使用這些嬰兒用品，可以令嬰兒出現一系列大肌肉發展遲緩、協調問題等現象。

吳婷婷說：「初生嬰兒有一套發展里程碑，例如三個月大左右，頭可以自己抬高；六個月大左右可以靠自己坐直等，嬰兒需要藉着自由活動身體、探索身邊環境，自然地達成這些里程碑。」

照顧者若長時間錯誤使用這些嬰兒用品，會令嬰兒無法自由自在地玩耍和活動身體，容易局限嬰兒的大肌肉發展，有機會出現嬰兒平頭、顱骨長期傾側致臉部不對稱等問題。另外，長期困於狹窄的空間內，會令身體無法與四周環境進行互動，無法學習感官與四肢的協調，以致較容易出現身體及手眼等協調問題。」

另外，嬰兒需要與身邊環境的不同變化互動，從而刺激其感官，發展前庭系統，當長期處於這類用品中，身邊環境的變化有限，感官減少受到外界刺激，可能會令嬰兒的言語、智力、專注力等發展都出現問題。

過度使用礙發育

容器嬰兒綜合症（Container Baby Syndrome）並非醫學診斷，只是一種概括說明嬰兒因長期使用一些讓嬰兒安坐的「容器」，而令他們身體不同機能出現發展遲緩的現象。

養和醫院物理治療師吳婷婷說：「此症是指照顧者將本身健康的嬰兒，長時間放在如汽車座椅、搖搖椅等狹窄的嬰兒用品內，嬰兒會因為長期被困而阻礙其自由活動頭部、頸部、和身體各部位的機會，最終致肌肉發展遲緩、協調功能、社交障礙等各方面的問題。」

特別是三個月大或之前的嬰兒，由於其頸部、脊柱尚未完成發育，如果這時就讓嬰兒使用學坐椅等嬰兒用品，頸部和腰部未能承受由頭部向下壓的重量，因而會導致斜頸、脊柱側彎等問題，過早開始使用這類嬰兒用品或弊多於利。」

長期使用這些嬰兒用品的原因，不少家長是為保障嬰兒安全，免生意外；甚至是擔心新生兒意外趴睡或側睡，導致嬰兒猝死等嚴重後果。然而，亦有部分家長是為便於看管、透過用品的不同功能令嬰兒愉快等因素，而長時間使用這些用品。