

林同學	回饋建議
書審老師A	<ol style="list-style-type: none"> 1.學檔詳實呈現此科目的專業學習內涵，製作用心 2.不論筆記與育嬰要點，可以呈現學習的投入與熱忱 3.建議能將學習過程的困難點與如何解決的部分再別列說明
書審老師B	<p>內容份量有點太多，有些可歸類在一起的可以放在一起，寫作更加精簡。</p> <p>版面的分配上有點空白太多，可以結合同類主題再重新分配。看起來幾乎都是術科的內容，學科比例很少，可以將術科獨立成一份學檔即可。</p>
書審老師C	<p>課程內容紀錄詳細，但比較少提到個人在特定項目的學習。這樣紀錄容易變成流水帳。而且紅字太多、背景太花，不易閱讀。</p> <p>可以多紀錄一些個人印象深刻的事情。</p>



嬰幼兒發展照護實務

國立曾文高級家事商業職業學校

班系：幼保科

姓名：林同學

指導老師：翁鈺婷

摘要



在這門嬰幼兒發展照護實務裡，我學會了如何好好的照顧小孩，像是教導他們上廁所、泡牛奶，遇到突發狀況該如何應對，很詳細很具體的了解到，並且也在這之間學會了製作嬰幼兒所食用的副食品，這是我完全沒有碰過的領域，因此這是一門具有學術以及技術的專業課程，我覺得相當新奇有趣。



目錄

B

A

B

Y

- 一、 學科學習方式及省思.....1
- 二、 術科操作.....2
 - ☆ 新生兒抱法.....3
 - ☆ 換尿布.....4
 - ☆ 洗澡.....5-15
 - ☆ 口腔清潔.....16-18
 - ☆ 副食品.....19-23
 - ☆ 沖泡奶粉.....24-29
 - ☆ 如廁訓練.....30-31
 - ☆ 傷口處理.....32-34
 - ☆ 異物梗塞.....35-36
 - ☆ 心肺復甦術 CPR.....37
 - ☆ 學科心得.....38
 - ☆ 術科心得.....39



一、學科學習方式 及省思

(一)學習方式

- ▲小組討論
- ▲寫錯題本
- ▲作筆記



(二)省思

老師都會在上課的時候分配給我們時間做**小組討論**，他會出各種題型的題目，讓我們先討論完後再做**搶答**，競爭激烈的同時，我們也能**迅速地記住重點**，讓我在考試的時候都能回想起那些重點。

在考完試後，會發現自己總是錯了很多基本題，所以為了讓自己在大考時也能記住，有寫了**錯題記錄**，希望自己能對**類似題型**更加印象深刻。

筆記是我最能**記住重點**的一種方式，因為透過**簡潔明瞭、淺而易懂**的方式，能使我**一目了然**，記住重點。

二、術科操作



新生兒抱法



橄欖式

一手托住新生兒頭、頸和背部，一手把新生兒的臀部夾在照護者腰部。

可用於幫助新生兒洗臉、洗頭時。



搖籃式

先把新生兒頭、頸放置於照護者手掌上，另一手托住新生兒背部與臀部。

*切勿左右搖晃，可降低新生兒搖晃症候群。

可用於安撫新生兒，使他產生安全感。



直立式

先以橫抱式扶住頭頸部，再慢慢旋轉至正面朝向照護者，然後托住頸、臀部，把新生兒的臉靠在照護者肩膀附近。

可用於幫助新生兒排氣、打嗝時。

換尿布

換尿布要注意材質並定期更換，要保持乾爽，而且新生兒的大小便一定要確切的清理乾淨，可以使用溫和不刺激的溼紙巾把屁股上的尿液、糞便擦拭乾淨，如果新生兒常常動來動去的，可以用手抓住新生兒的腳，固定住會更有利清潔。



固定腳踝 去除
髒掉的尿布



擦拭臀部髒污



拆開尿布



固定腳踝 把新
的尿布放好



把該黏貼的地
方黏好

*女嬰的擦拭法是由前往後擦。

*男嬰的陰莖、陰囊兩側和下方處也要清潔乾淨。

*由於男女生生理構造不同，所以男嬰尿布的前面長度要留長一點，女嬰則是後面尿布要留長一點。



洗手

在做任何事情前務必先洗好手，再繼續後面的操作，不然容易將手上的細菌傳染給新生兒，後果會不堪設想。



搓肥皂 洗手心

洗手指甲縫

洗手背



洗手腕

用清水沖掉手
上的泡沫



洗眼睛、洗臉、洗耳朵



洗眼睛

用紗布巾的不同角由眼頭至眼尾確實擦拭，要兩邊眼睛都清潔到。



洗臉

要清潔臉上各部位，包括額頭、臉頰、鼻子、嘴巴、下巴。



洗耳朵

用紗布巾的不同角清理兩邊耳朵的耳廓和耳背。

- *以橄欖球式姿勢抱住新生兒。
- *用紗布巾時先確保紗布巾是濕的狀態。
- *水溫要約 $37 \sim 41^{\circ}\text{C}$ 較適當。

洗頭

清洗頭髮時，要特別**注意**新生兒的**眼睛**和**耳朵**，**照護者**可以**用手指**輕輕**摀住**，**以防**水或**泡沫**跑進去，而且清洗時，必須使用**掌心**和**指腹**輕揉頭皮，一定不能用指甲抓洗，這樣會使新生兒受傷，也不能只清洗頭頂。



沖濕頭髮



手搓肥皂用泡沫洗淨髒汗



用清水洗淨頭髮再擦乾



脫尿布

要**支撐**新生兒的**頭、頸、臀部**，將新生兒安全懷抱住，可**單手**或於**床**上將尿布褪下，但必須將**有排泄物的尿布包好丟進垃圾桶**或集中於袋子裡一起丟。



褪去髒污的尿布



入浴

用手托住新生兒，再用些微水拍在新生兒臀部或腹部，然後慢慢地將新生兒放入浴盆中。



將新生兒放入水中



清洗身體

清洗新生兒時，肥皂不可直接接觸新生兒，需要用手搓揉肥皂使產生泡泡在塗抹於新生兒身上每個部位，頸、胸腹、腋下、手(掌)、腹股溝、腳(底)、手指縫、腳趾縫，那些容易藏污納垢的地方都要特別注意並加以清洗。



手沾肥皂塗抹身體

用紗布巾和清水清洗

男嬰陰莖和陰囊洗淨



翻身洗腹股溝

用紗布巾清洗背部

*清洗男嬰時，要將陰莖和陰囊洗乾淨。

*清洗女嬰時，要將大、小陰唇洗乾淨。



抱起擦乾

讓新生兒**仰躺**在**照護者前臂**上，然後抱起，放到已鋪好的浴巾上，輕輕擦乾身體各個部位，尤其**頸部**、**腋下**、**腹股溝**及**生殖器**都要確實擦乾，但切記**不要讓浴巾蓋住新生兒口鼻**。



用浴巾擦乾新生兒身體

包尿布

由於男女生的生理構造不同，所以男嬰尿布的前面長度要留長一點，女嬰則是後面尿布要留長一點，但還是要以新生兒**舒適度**及是否**方便活動**為佳。



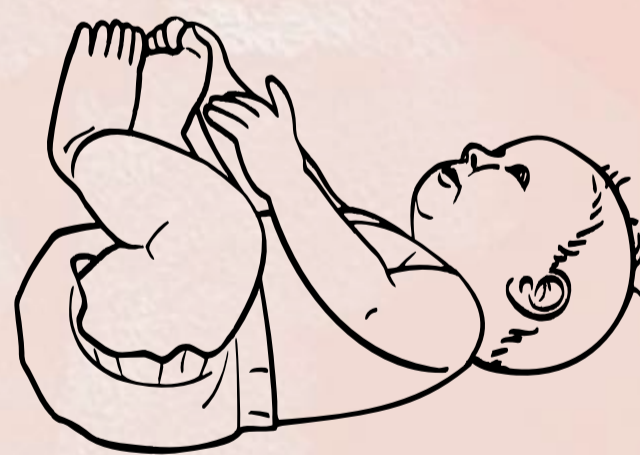
用手指順一下



留一指寬



黏貼膠處



穿衣服

穿衣服前要先抽出身下的浴巾，蓋住新生兒身體以**保持溫暖**，而穿衣服時務必將**衣袖捲起**，再**伸出三根手指拉住新生兒的手**，幫助穿衣方便性。



用浴巾蓋住身體



把手套入袖子

包包巾

將包巾平鋪於檯面，再將新生兒放上包巾，順便把新生兒手腳輕輕放直，將包巾一側包裹新生兒身體，再把下方多餘包巾向上摺，再將另一側包巾拉平塞到新生兒身後，全部都**要施點力氣包裹住新生兒**。



包巾平鋪將新生兒放上



把一邊包巾包裹新生兒



下方包巾向上摺



另一邊包巾拉平塞到身後

清潔耳朵及鼻子



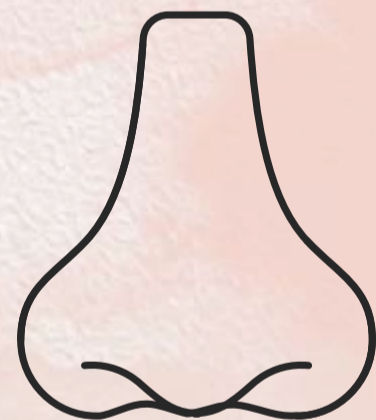
清潔耳朵

先輕輕固定住新生兒的頭，再取棉花棒，兩端各清潔一個耳朵，也要特別清理耳廓及耳背，勿過於深入。



清潔鼻子

先輕輕固定住新生兒的頭，取一支棉花棒，兩端各清潔一個鼻孔，勿過於深入。



清潔口腔 紗布巾

胎兒兩個月大時，牙胚母細胞就已開始發育，
新生兒雖還未長牙，但仍需悉心照護，**每天清潔舌面**以**避免長舌苔**。



紗布巾沾水



由右至左邊



清理牙床



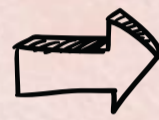
清理下排牙床



清理中間舌苔

清潔口腔 刷牙

刷牙時，刷毛和牙面要垂直，刷牙齒和牙齦交接處，每兩顆牙齒要左右擺動來回橫刷，各刷10次，先上排再下排，順序為：上排牙齒頰側面→臼齒咬合面→上排牙齒舌側牙面→臼齒咬合面→下排牙齒頰側面→臼齒咬合面→下排牙齒舌側牙面→臼齒咬合面。



準備兩杯溫開水

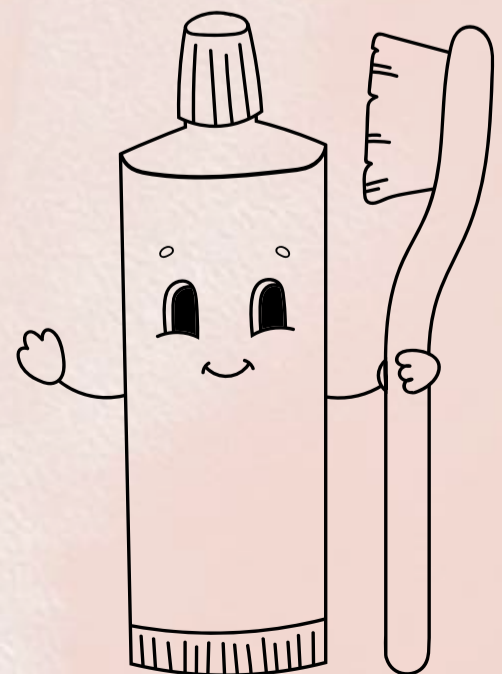
沾取一杯水

另一杯過濾再清洗一次



刷上排牙齒

刷下排牙齒



清潔口腔 牙線

牙線可將幼兒牙縫中殘留的食物殘渣剔除乾淨，用牙線時，要上下刮動，每個牙縫面都要刮三下。



取70公分的牙線



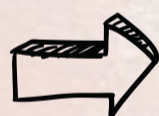
繞過兩手第二指節



兩手拇指相對呈七字形 中指間留10~15公分



先刮上排牙齒



再刮下排牙齒

副食品 蛋黃泥

將水煮蛋對半切開，將其蛋黃取出放入碗中，再用湯匙搗碎，然後加入少許的水，接著在另一個碗放上篩網，把剛剛碗裡的蛋黃倒進篩網以湯匙慢慢攪拌至過濾完，在把篩網拿起，將多餘卡在篩網下的刮下。



對半切開



取出蛋黃 搗碎



加水攪拌



過濾



刮下多餘蛋黃泥



副食品 全蛋丁

先剝開水煮蛋，以溫開水清洗表面，再對半切開，取一半一片片切下，寬度不超過0.5公分，接著將一片片的蛋整齊放好，再一塊塊切下。



剝蛋殼



用水清洗



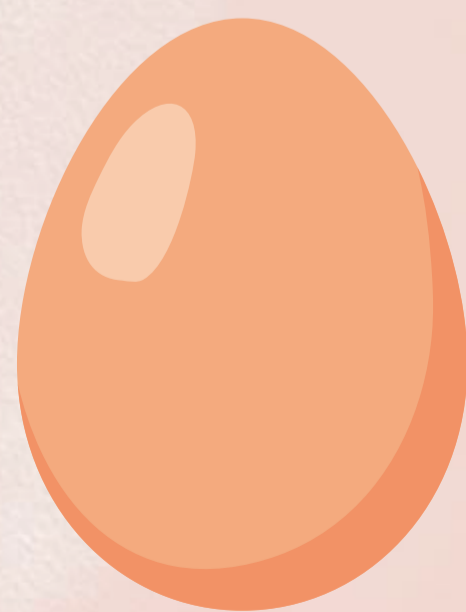
對半切開



切片



切塊



副食品 蘋果汁

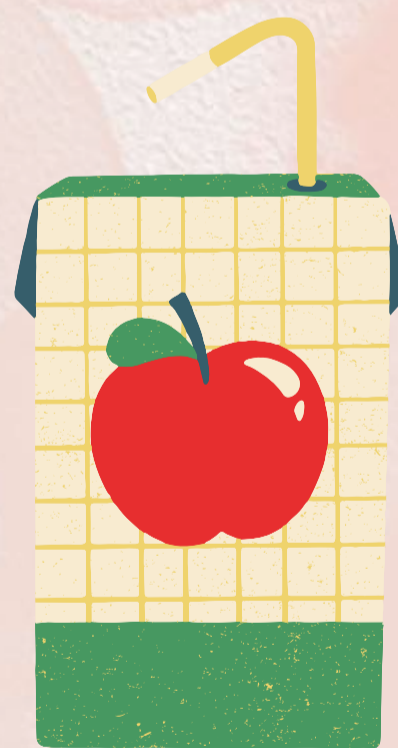
先把蘋果削皮，再對半切開，取一半再切塊，
接著研磨器底下要放碗盛接蘋果汁，然後將一
塊蘋果放上研磨器磨。



沖濕頭髮



用清水洗淨頭髮
再擦乾



副食品 蘋果丁

先把蘋果削完皮再對半切開，取一半一片片切下，寬度不超過0.5公分，接著將一片片的蘋果整齊放好，再一塊塊切下。



削皮



對半切開



切塊



副食品 胡蘿蔔丁

先把胡蘿蔔削完皮，一片片切下，寬度不超過0.5公分，接著將一片片的胡蘿蔔整齊放好，再一塊塊切下。



對半切開



切塊



組裝奶瓶、蓋

拿夾子將奶嘴安裝好，再蓋上蓋子。



拿夾子夾



安裝好



蓋好蓋子



沖泡

倒溫開水於奶瓶中，並與水平面平視，再加入奶粉錢必須認真熟讀有效期限或保存期限，然後加入適當的奶粉量，且將多餘的奶粉刮掉，使其平匙，接著把奶粉倒入奶瓶中，最後要雙手握瓶身輕輕地旋轉奶瓶，使奶粉融化，切勿上下搖晃，以免牛奶起泡，引發嬰兒腹脹。



倒入溫開水



與水平面平視



確認有效期限



把多餘奶粉刮掉



旋轉奶瓶



哺餵

把圍兜兜繫好在嬰兒脖子上，然后把嬰兒抱到腿上，一手扶住他，一手托著奶瓶餵他，餵完後用紗布巾或濕紙巾擦拭嬰兒嘴巴。



繫好圍兜兜



抱起嬰兒



餵牛奶



擦拭嘴巴



拍嗝

在拍嗝前要先在自己的**肩膀上放毛巾**，以防他吐奶，要先把手掌拱起來，然後**拍擊**他的**背部**直至他**打嗝**。



拱起手掌



拍擊背部



洗奶瓶

奶瓶先都用清水沖過，再加入洗碗精，然後拿刷子裡面、外面、旋轉處都要刷過，奶嘴裡面、外面都要刷過，蓋子裡面、外面也要刷過，每個地方都不要放過，才能讓嬰兒喝得健康。



奶瓶內外



奶瓶瓶口



蓋子內外



奶嘴環內外



奶嘴

沖奶瓶

在用清水沖洗的過程中也得搭配刷子刷過，將泡沫洗淨後，再放一旁晾乾。



沖奶瓶內外



沖奶嘴



沖奶嘴環內外



沖蓋子



如廁訓練 女生

首先要將馬桶坐圈放下，然後放好防滑椅以免幼兒不小心站不穩，接著再教他要用衛生紙擦拭馬桶坐墊，擦完後帶他站上防滑椅，而且要脫內褲前要先手比讚，再掀起裙子將內褲脫下，坐上馬桶坐墊後，要讓他看著一旁的卡通圖片小便，讓他覺得沒有壓力，然後要跟他強調，衛生紙要摺好，由前往後擦，再把用過的衛生紙丟進垃圾桶後，要扶著把手站起來穿內褲，接著到馬桶旁邊壓沖水鈕沖水。



馬桶坐圈放下



搬防滑椅



擦拭馬桶坐墊



手比讚



掀起裙子 脫下內褲



看卡通圖片



用衛生紙擦拭



把用過的衛生紙丟掉



穿起內褲



沖水

如廁訓練 男生

先掀起馬桶坐圈，再**放好防滑椅**，接著扶他站上防滑椅，然後告訴他**要手比讚**的**脫下褲子**跟**內褲**，要教導男孩子在**尿尿時要扶陰莖**，而在**尿完時要扶著陰莖甩乾**，再穿起內褲和褲子，最後要記得沖水。



掀起馬桶坐圈



站上防滑椅



手比讚



脫下褲子



脫下內褲



手扶陰莖



扶著陰莖甩乾



穿起內褲



穿上褲子



沖水

檢查期限

在使用每一項醫藥物前，都務必將有效期限詳讀，以免使用到過期的東西。



檢查碘酒



檢查棉花棒



檢查消毒水



檢查紗布



傷口處理

處理傷口前都要先用消毒水消毒兩次，把細菌都消毒後，在使用碘酒塗抹於傷口上，在蓋上紗布，用膠帶把紗布黏牢固，而且無論是消毒或塗抹藥物都必須超出傷口，且由內而外旋轉抹藥。



消毒傷口



塗抹碘酒



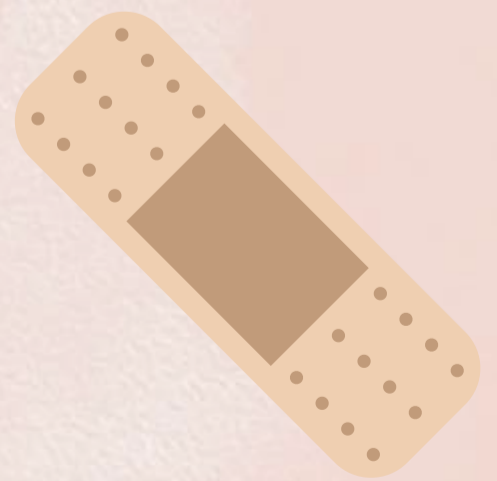
蓋上紗布



黏膠帶



確認是否牢固



整理醫藥箱

把藥物分類後或是拿完東西都必須歸位，也要整理整齊，以防下次找不到東西。



拿夾子夾



安裝好



蓋好蓋子



異物梗塞

要先輕拍嬰兒肩膀呼叫他，再抱起放到自己腿上，一手抓住嬰兒枕骨處，**固定頸部及脊椎**，另一手抓住嬰兒下顎**固定頸胸部**，並幫助他翻身夾在雙手和前臂，維持頭低於軀幹，傾斜約30°，用手掌處拍擊嬰兒背部兩肩胛骨中間部位5下，再翻成仰臥，維持頭低於軀幹，將兩指放置於嬰兒兩乳頭連線下方的胸骨處，以1下1秒鐘的速度壓擠胸部5下，再放置於堅硬的桌面，若嬰兒無反應，無呼吸4-6分鐘要及早救援，並高聲呼救，或取得AED進行去顫，而無人在場還是要先做CPR30:2，共5個循環，將嬰兒頭部轉向救護者，並用食指或小指伸入嬰兒口中，由上往下呈勾狀將口中異物清除，以壓額提下巴法打開呼吸道，用嘴巴封住嬰兒口、鼻，吹2口氣，眼角要觀察胸部有無起伏，再撥打119求救或有人接手。



拍嬰兒肩膀



抱起



抬起下巴



翻身用手掌拍擊背部



再翻身抬起下巴



兩乳頭間以食指和中指按壓



放置堅硬的桌面



高聲呼喊或打119



確認口中有無異物



抬起下巴



翻身扶住頸部



以食指或小拇指挖出口中異物



翻至正面抬下巴



吐氣查看胸部有無起伏

異物梗塞 補充

*在發現嬰兒呼吸道阻塞有噴、咳、呼吸很喘、唇邊發青或失去知覺等症狀，就要輕拍嬰兒肩膀並呼叫他。

*若他仍有意識但呼吸困難或無法咳嗽，應立即還抱起他並支撐頭、頸、臀部。



心肺復甦術 CPR

先輕拍嬰兒確認是否有意識，再高聲呼救，接著抱起嬰兒放置堅硬的桌面上，確認胸部有無起伏，然後用手量兩乳頭連線下方胸骨處按壓30次，再施以人工呼吸，要吹兩口氣，進行5個循環。



輕拍嬰兒肩膀



高聲呼救



抱起



查看胸部有無起伏



兩乳頭連線下方



按壓



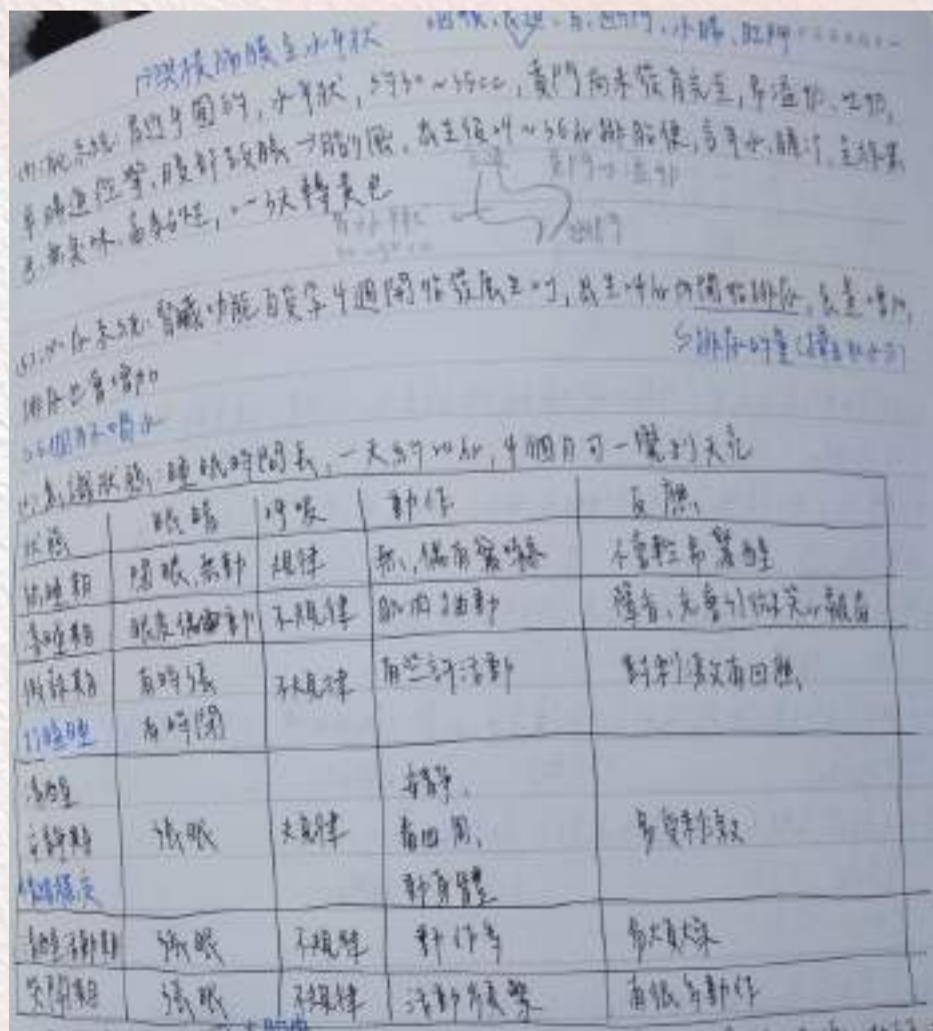
人工呼吸

學科省思&心得

在這門課裡，有很多都值得我們學習的，不管是精神或者是知識，像是**飲食**方面，幼兒需要什麼東西、注意些什麼事情，我們都必須得要清楚知道，在打疫苗跟泡牛奶時**該留意**什麼也有很多都需要我們知道的，只要我們把這些背下來，並自行消化，**運用在生活當中**，這樣我們在對於照顧幼兒這方面，也能更**安全、健康、營養**。

另外，老師要我們寫的筆記，我也覺得相當有用，因為我在寫得當下會**把重點記在腦袋裡**，除了會加深印象外，還能更快了解到課本繁雜的文字堆裡想傳達的重點是什麼，然後**簡化成我所知道的内容**。

NOTES



The image shows a page of handwritten notes in Chinese. At the top, there are several lines of text. Below that is a table with five columns. The first column lists various states of sleep (e.g., 清醒期, 淺睡期, 深睡期, 快速動眼期, 安靜動眼期). The second column lists eye movements (e.g., 睜眼, 閉眼, 睜眼). The third column lists breathing patterns (e.g., 規律, 不規律). The fourth column lists body movements (e.g., 無, 偶爾發聲, 肌肉抽動, 有些許活動, 抽搐, 翻身, 翻身, 活動). The fifth column lists reactions (e.g., 反應, 不會輕易驚醒, 聲音, 哭聲, 叫聲, 哭聲, 哭聲, 哭聲). The handwriting is in blue ink on lined paper.

狀態	睜眼	呼吸	動作	反應
清醒期	睜眼, 睜眼	規律	無, 偶爾發聲	不會輕易驚醒
淺睡期	睜眼, 閉眼	不規律	肌肉抽動	聲音, 哭聲, 叫聲, 哭聲
深睡期	有呼吸	不規律	有些許活動	對刺激沒有反應
快速動眼期	有呼吸		抽搐	
安靜動眼期	閉眼	規律	翻身, 翻身	翻身, 翻身
快速動眼期	閉眼	不規律	翻身, 翻身	翻身, 翻身
安靜動眼期	閉眼	不規律	活動, 活動	翻身, 翻身



術科省思&心得

我認為照顧一個嬰兒並不是件簡單的事，因為得要時時刻刻注意很多小細節，確保嬰兒是安全的、健康的、營養的。

尤其是洗澡的時候有很多小細節都要時刻留意，還要好好抓住嬰兒以免發生意外，在不管是穿衣服還是包包巾時，也有很多細節，比如說：前後順序、留意是否有蓋住身體讓其保暖...等的。

在刷牙方面也是，因為要記住刷牙順序，還有幾歲時應該使用怎樣的刷牙工具，牙線的使用方法...等的，也別有一番困難度的。

沖泡牛奶的過程中，讓我意識到，為了嬰兒的安全與健康，任何食用的東西都必須要先檢查確認有效期限，否則吃到過期的，可能會引發一些不必要的麻煩，餵食嬰兒時，也要慢慢地餵食，如果太快的話他們可能會嗆到，而且在拍嗝時一定要記得放毛巾在自己肩膀上，以免他們吐奶在自己身上。

如廁訓練時，令我印象深刻的地方是要教導孩子手比讚脫下內褲以及褲子，那個地方其實有一點困難，因為會卡住，不過多試幾次之後就沒有這個問題了。

處理傷口的步驟其實只要記得塗抹藥的時候，都是由內塗至外面，並且動作要輕柔，免得使幼兒感到疼痛。

實作裡，我認為最為繁雜困難的是異物梗塞及心肺復甦術，因為這兩個的步驟很冗長，記不太起來，而且也有很多細節之處，很容易一個不小心就忽視掉或做錯一些步驟，所以要再加強這兩個的練習！

但即使如此，照顧他們不受傷，本就是我們的職責，應予以更加倍的練習、熟練度以及精熟程度，也要讓失誤的機率沒有，逐漸降低為零失誤才行。