嬰兒突夭徵狀

給哀傷的家庭及朋友

CALIFORNIA
SIDS
PROGRAM
SUDDEN INFANT
DEATH SYNDROME
CALIFORNIA DEPARTMENT
OF HEALTH SERVICES MCAH

數千年來均有嬰兒在睡眠的時候突然死亡。

當嬰兒突然於睡眠中，沒有任何起因而夭亡的時候，我們稱之「嬰兒突夭徵狀」。全世界每年有數以千計的嬰兒死於「嬰兒突夭徵狀」。

何謂嬰兒突夭徵狀？

雖然並沒有人眞正曉得嬰兒突夭徵狀的狀況及確實起因，對於這種徵狀我們也有一些認識：

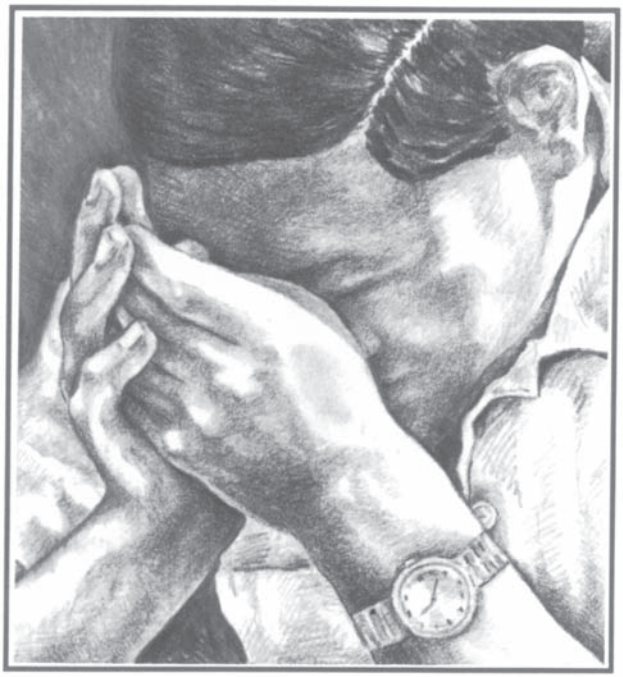
- 死於突夭徵狀的嬰兒大部份都是在睡眠中夭亡。
- 嬰兒突夭徵狀可以在任何地點發生，例如在床上，在車座中，甚至在懷抱中。
- 突然夭折的嬰兒可能死於任何姿勢，例如仰睡、側臥或俯睡。
- 突夭徵狀發生得太快，嬰兒不會受到痛楚也來不及發出喊聲。

我們知道許多與嬰兒突夭徵狀無關的情形。

我們知道以下的情況不會引致嬰兒突夭徵狀:

- 轉身時壓到嬰兒
- 窒息或悶死
- 嘔吐或嗆到
- 受傷或被虐待
- 感染性疾病
- 敏感症
- 肺炎

這些情況均不會導致嬰兒突夭徵狀。



嬰兒突夭症不是人爲，不應責怪任何人。

您一定要知道：

- 嬰兒突夭徵狀何時會發生是沒辦法預知。
- 沒有人能防止嬰兒突夭徵狀。
- 不應將嬰兒突夭徵狀的責任歸於任何人身上。當嬰兒突然夭亡時，切勿責怪其母親。

一個健康的嬰兒怎會夭亡？

一個看來健康的嬰兒會夭亡確是令人難以置信。

有些嬰兒在夭亡前剛巧有傷風，但這些嬰兒並非因爲傷風而死亡。即使醫生也不能確定是什麼導致嬰兒死亡。

在這種情形之下，通常會進行驗屍。在加州，任何人無故突然死亡時即會進行驗屍檢查。驗屍過程能顯示到底什麼才是或不是嬰兒的死因。嬰兒的父母通常表示，他們知道愈多有關嬰兒死亡的情況，就愈覺釋懷。

研究嬰兒突夭徵狀的人有不同見解。有些人認爲這些嬰兒或者有些連醫生都不能發覺的毛病，而這些毛病引致嬰兒死亡。其他的人則認爲嬰兒突夭徵狀與嬰兒們睡眠時候的呼吸方式有關。

但沒有人能確實眞正的起因。

嬰兒的死亡對家庭來說是很大的打擊。

每個人都用自己的方法哀悼死去的嬰兒。某一個可能很憤怒，另一個人則可能沉默地悲傷。其他的人或者不會表達他們的情緒，外表看來，他們漠不關心。他們可能不想講及嬰兒的事情。每個人的表現都不相同。

面對死亡有許多方式。

每個人都有自己的方式接受嬰兒死亡的事實。家庭的傳統習慣及信仰在這時候最有幫助。您可以向您信賴的人傾訴，例如牧師、法師等等。有時候人必須找出自己的途徑面對死亡。

沒有人眞正明白死亡。

但向別人傾訴您的感受通常會有幫助。或者一同哭泣，或是互相擁抱安慰。這是家庭中各人彼此需要及表示彼此關心的時候。

小孩們會有疑問。

他們會想:

「發生了什麼事？」

「嬰兒到那兒去了？」

「是我的錯嗎？」

「我也會死嗎？」

如果您對小孩說嬰兒「睡了」或是「去了長途旅行」你的小孩可能會害怕睡覺及旅行。

應該讓小孩子知道事情的眞相。

小孩常有恐懼感。他們可能擔心自己也會死。告訴小孩子嬰兒的死因只發生在幼嬰當中。讓小孩子知道嬰兒突夭徵狀不會發生在他們或在您身上。

有時小孩會爲了嬰兒的死而自責。要告訴他們絕對不是他們的錯。

幫助他們認識嬰兒突夭症，讓他們減少恐懼感。

朋友及鄰居有時未能了解。

他們會問些難以回答的問題。您可以將您所知道的告訴他們或把這本手冊給他們看。

您可能考慮要另一個嬰兒

或者您會害怕這個念頭。您可能擔心:「嬰兒突夭徵會再次發生嗎？」

多數不會，但要作出決定的確不容易。或者您該和其他有同樣經歷的父母傾談。

每個嬰兒都是獨特的。

您會在您將來的嬰兒身上發現他可愛之處。您也會常記得您與死去的嬰兒曾共渡的好時光。

您可以繼續得到需要的協助…

如果您住在加州，請電:

加州嬰兒突夭徵狀計劃:
(800) 369-7437

加州嬰兒突夭徵狀計劃能:

- 爲您聯絡您當地的嬰兒突夭徵狀支持小組或當地的公共衞生護士。
- 解答您的疑問。
- 寄上有幫助的手冊及刊物。

您想更瞭解「嬰兒突夭症」嗎？

請聯絡加州嬰兒突夭症計劃

電話：(800) 369-7437

本手冊由原著「搖籃死亡：嬰兒突夭症」改編。
原著由佛羅里達州（Florida）嬰兒突夭症
資詢及輔導計劃的 Kristen Brett 與
Kathy McKnight 撰寫。
由美國健康及人群服務處製作。

插圖：Sue Parkinson
中文撰譯：Grace Lam

Chinese

This is copyrighted, but may be reproduced without permission.
We request that proper credit be given to:
California Department of Health Services/California SIDS Program

Produced by the California SIDS Program under funding
by the California Department of Health Services,
Maternal, Child and Adolescent Health Branch © 1999

California Sudden Infant Death Syndrome Program
800-369-SIDS (7437) • www.californiasids.com