

兒童發育檢測 DIY

[發表醫師] :護理指導 醫師(復健科)

[發布日期] :2005/6/6

對所有父母而言,寶寶成長過程中的每個”第一次”,總是讓人又期待,又興奮,例如:第一次會翻身,搖搖擺擺地跨出第一步,第一次叫爸爸媽媽...等,隨著生活水準的提高,資訊的發達,父母親肩負的責任不只是提供孩子溫飽,還要了解孩子的生長發育狀況,而進一步提供適當的教養方針。

兒童的成長發育可分兩部份:生理上的生長和心智動作的發展;首先就第一部份來看,所謂生長就是生理上的成長,包括身高,體重,頭圍,胸圍等的發育,屬於身體結構的生長。有些父母常擔心自己的小孩長不高,或是否過胖,頭太大..等問題,目前最常用的正常指標就是生長曲線表,家長可參考”兒童健康手冊”中的生長曲線表,以小孩的性別,年齡為參數,找出小孩的身高,體重,胸圍,頭圍,在同年齡,同性別的小孩中的指標範圍。一般而言,生長介於第三和第九十七個百分位之間都屬於正常範圍,對於孩子生長的正常與其變異狀況,需要以生長曲線做一段時間的追蹤。

除了生長的評估之外,心智動作的發展的檢測也很重要。門診中常遇到家長問:「我的小孩已經兩歲了,還不會叫爸爸媽媽,是不是有問題。」「隔壁的小朋友才一歲,就能到處走動,我家的小寶已經一歲半了,還不會走路,是不是發展遲緩。」,對於兒童的發展,一般

可從四方面來評估:粗動作,精細動作,語言,和身體處理及社會性發展四方面來評估。以下列出幾個較常用的發展指標供家長參考:

(1) 粗動作發展

4 個月頭部控制好

4-5 個月會翻身

7 個月會坐

6-9 個月會爬

9-18 個月會走路

18-24 個月會跑步

3-4 歲會單腳站,單腳跳,騎三輪腳踏車

5-6 歲會走窄直線,會騎雙輪腳踏車

(2) 精細動作發展

5 個月可以手伸向物體

6-8 個月可握緊奶瓶

10 個月會拍手

1 歲半可疊二至四塊積木

2 歲可畫直線可疊三至八塊積木

3 歲會畫圓圈

5 歲可畫出人形

(3) 語言發展

6-9 個月發聲遊戲

9-18 個月口語開始形成,會說爸爸,媽媽等簡單字彙

2-3 歲有句子的簡單雛形

3-6 歲句子的結構變化增加,語彙部分增加了顏色,空間等抽象概念

(4) 身邊處理及社會性發展

2 個月會對人微笑

6 個月會自己拿玩具玩

6-8 個月會怕生人

10 個月會玩躲貓貓

1-1.5 歲會拿湯匙,會學刷牙

2 歲會洗手

3 歲會脫鞋

4 歲會自己穿衣服,扣鈕扣,刷牙

生長與發展受年齡,性別,文化種族,和社經狀況的影響很大,因此並不能以單一的數值來判斷是否有異常,而是要整體的考慮其發展史和評量週遭的影響因素。如果懷疑自己的小孩有生長發育的問題,應該請教小兒科,復健科或兒童心智科做進一步的評估和治療。

註：本篇文章已經發表於 奇摩網站衛教文章上

!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼,但不可取代實際的醫療行為,所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。

| [返回衛教文章](#) |