

嬰兒啼哭與猝死綜合症

資料來源：《我們為什麼生病》，R. M. 尼斯 & G. C. 威廉斯著，

易凡、禹寬平譯，湖南科技出版社，2018。

不管白天或夜晚，嬰兒總是不時會啼哭。啼哭對嬰兒的好處是很容易理解的，當他飢餓、口渴、太熱、太涼、驚嚇，或者哪裡疼痛，嬰兒便啼哭使父母感到不安，隨即會滿足他的要求，不啼哭的嬰兒有可能被危險地忽視。

產生啼哭的基因令父母感到不安，但嬰兒可得益於父母的不安隨即得到幫助。父母雖然受累，但他們在孩子中的基因是受益的，這正是親屬選擇作用很好的例子。

如果嬰兒啼哭的理由正當，那當然是有益的。但是所有的啼哭都是為了得到幫助嗎？都有必要嗎？父母也會碰到找不到任何原因的啼哭，無論用什麼方法都止不住，只好帶寶寶去看醫生，看看是不是消化道問題造成的肚子痛。

加拿大麥吉爾大學的兒科醫生 Bars 曾經深入研究過嬰兒的啼哭。他發現所謂肚子痛的嬰兒，並不是哭的次數多或者在特定的時間哭，只是每次哭的時間比較長，他認為這種啼哭是正常的，原因是現代生活使餵奶的時間間隔太長而已。他說非洲肯亞的婦女一直帶著她的嬰兒，一哭就餵，每小時至少 1 次，多的時候甚至 3~4 次，而每次不過 2 分鐘。反之，在現代新的社會環境中，美國母親大約一天餵她的嬰兒 7 次，平均每 3 小時 1 次。在實驗研究中，Bars 要求一組母親每天至少抱嬰兒 3 小時，這一組的母親報告她們的嬰兒哭的時間比沒有抱的母親那組少了一半。Bars 認為嬰兒通過頻繁啼哭，以促進與母親的結合和鼓勵頻繁哺乳來增加適應性，如此可以維持泌乳，並防止另一次競爭性的妊娠。這樣的解釋再次說明了親子之間利益的矛盾，通過吵鬧讓媽媽為自己的利益製造更多的奶水。或者，吵鬧是因為對不符自然的、次數不多的、量太大的餵奶！如以此觀點來看，或許啼哭是嬰兒對還無法適應新環境的抗議！

另一個問題是嬰兒猝死綜合症(SIDS)，在美國是除了意外事故以外的最高死因，死亡率高達千分之一點五。為什麼會猝死，至今原因仍不明。人類學家 Mckenna 從進化和比較文化學的觀點研究了嬰兒猝死症，發現在現代社會猝死率要比游牧社會高出若干倍。

猝死率在嬰兒與母親分開睡或不在同一床睡時特別高，甚至高出 10 倍。她在一系列的研究中，同時測量睡眠中的母親和嬰兒的腦波，發現睡在一起母嬰的睡眠周期之間有一定的關係。她認為這種一致性，導致間歇性的喚醒而維持

了易受猝死傷害的嬰兒，不致停止呼吸。為什麼呼吸會停止這個根本性的問題，可能與人類嬰兒神經系統的尚不成熟有關，是防止頭顱太大難以通過骨盆腔的代價。請不要把它解讀為嬰兒猝死是正常現象，只是說這種傾向使某些嬰兒易受傷，而這在原來的自然環境中危險性並不大，因為母親總是與新生兒睡在一起的。

心得：

本文與傳統醫學觀點不同，是以進化角度來解釋嬰兒啼哭和猝死現象。由於思路是不同的，所以該採取什麼措施來應對，做法也完全不同。這讓人不禁想到中西醫的差別，不也是對人體運作的基本觀點不同，所以發展出了完全不同的治療方式。我們也不要將這之間的差異看成誰對誰錯，或許它們並不是互斥的，也是可以相輔相成的，對於急性的病症，西醫的處理方式比較能及時挽回生命，可是對於慢性的症狀，或許中醫的處理方式更適合。

針對嬰兒啼哭和猝死症的應對，看來用照顧方式的改變要比吃藥打針好
喔！