

該不該讓寶寶坐學步車？

「學步車」又稱「螃蟹車」，在寶寶學走路的過程，有些家長會面臨該不該讓孩子坐學步車的問題，家中長輩總會說：「你小時候不也是坐螃蟹車長大的?!」該不該購買使用？站在孩子身體發展和安全維護等角度來看，以下的問題提供父母思考的方向。



圖片來源：<http://www.norbelbaby.com.tw/TinTin/ECproductInfoAction.do?code=7104937>

問題一：坐學步車有什麼好處？

馬偕紀念醫院骨科主任劉士嘉醫師與國泰綜合醫院復健科治療師認為，坐學步車的功能僅止於玩樂，提供小孩自由移動探看四周環境的機會；劉醫師更直言：「學步車唯一的優點是替父母分憂解勞，不必一直看顧著小孩。」(註2)；至於其他的優點則是，以直立的方式去感覺這個世界讓寶寶感到新奇，所以當他坐在學步車裡，也經常會表現出很高興的樣子。

問題二：坐學步車有什麼壞處？

1. 坐學步車可能發生的危險：
 - A. 學步車安全設計不佳：車輪外緣和底盤間隙太小會夾住嬰兒的腳趾，托盤上玩具反而成為嬰兒異物梗塞來源，此外，座墊太緊會壓傷嬰兒的生殖器。
 - B. 高處摔落：另一個較大的傷害則是小孩從樓梯上連人帶車摔下來則在社會新聞時有所聞，一份來自國外的統計：摔落樓梯的嬰幼兒中約有40%是從學步車上摔落(註1)。
2. 坐學步車可能阻礙由爬行到走路的發展過程(註2)
 - A. 平衡移動的發展：如果寶寶很依賴坐學步車的話，走路都靠學步車來維持平衡，就沒有辦法從由爬行到站立的轉位經驗中發展較好的平衡和自我保護反應，也就是說孩子並沒有學會正確移動身體的方式。
 - B. 協調與肌力的發展：此外，爬行對寶寶的兩側協調發展幫助很大，因為爬行時，寶寶整個身體要因應重心轉變搭配做反應，在這個過程中，身體兩側協調做出不一樣的動作來保持平衡，並完成往前爬的任務，另外，他上肢必須出力去撐起來，而不常爬的寶寶，未來在書寫能力可能因手的肌耐力不足而會有問題。
 - C. 觸覺發展：寶寶的手也可以藉由爬行深壓在不同材質的地面上，可以增加他不同於抓握玩具的觸覺經驗。
3. 會剝奪會走路前幼兒的各項學習發展：一項來自兒童發展與行為雜誌的文獻針對109位嬰兒，區分為有使用學步車及不用等兩組，以比較其動作及心智發展情形(在6~15個月之間)。結果發現，使用學步車組的嬰兒，有較慢的坐、爬及走路表現，並且在貝氏量表的動作發展(PDI)，及心智發展(MDI)兩項指標中，都得分低於未使用學步車組嬰兒；並且這些延遲的效應，與學步車種類、使用時間與頻率，都有關連性存在(註3)。

問題三：哪些類型的寶寶不太適合坐學步車？（註2）

1. 肌張力過高（腦性麻痺）或過低的（全身軟綿綿的）寶寶：肌張力過高寶寶，讓他坐學步車等於協助他完成墊腳走的動作，導致後來無法學習正常走路方式；而肌張力過低的（全身軟綿綿的）寶寶，應該訓練他全身出力，而不是軟綿綿的靠在學步車裡，因此該類型的寶寶並不適合坐學步車。
2. 本來就不太愛爬的小孩：遇上這類型的寶寶，家長就更不能讓他直接跳過爬行的階段，反而應該設計更有趣的活動，或藉由環境的設計，誘導孩子多多爬行。

問題四：太早讓寶寶坐學步車可能導致哪些問題？（註2）

1. **0型腿**：若寶寶的骨骼肌肉力量還無法支撐身體的話，最直接影響則是可能造成寶寶0型腿。
2. **扁平足**：孩子的腳一開始都是扁平的，漸漸地腳的肌肉力量慢慢出來的話，足弓就會出現，但太小就讓寶寶去撐那個力量的話，容易揠苗助長，他的足弓較無法自然發展出來，極有可能導致扁平足。
3. **墊腳尖走路**：若坐太高的學步車時，可能導致寶寶後來習慣墊著腳走路。

結語

學走路的過程是一種身體多重的功能發展的訓練養成，身體功能的協調發展循序漸進的成熟，孩子自然會自己站立，接著開始平穩的走路，但過程中每一項進程都是不斷刺激、失敗、學習而來，因此就發展學的角度來看，「學步車」並沒有學步的效果，似乎沒有使用的必要，因為人從爬到會走路本來就是一件自然而然的事。

參考文獻

註1. 前車之鑑：嬰兒學步車的迷思—台大醫院新生兒科主治周弘傑醫師

<https://www.ntuh.gov.tw/Ped/health/DocLib3/%E5%AC%B0%E5%85%92%E5%AD%B8%E6%AD%A5%E8%BB%8A%E7%9A%84%E8%BF%B7%E6%80%9D.aspx>

註2. 9大疑問·該不該給寶寶坐學步車？—馬偕紀念醫院骨科主任劉士嘉·醫師國泰綜合醫院復健科職能治療組職能治療師李國鳳 2012-02-07 媽媽寶寶雜誌 第289期

註3. 寶寶走路太晚了嗎？—長庚兒童醫院新生兒主任周怡宏醫師

<http://www.dadupo.com.tw/m-u/2005-4/link-1.htm>

物理治療師 林哲民 電話:(04)24614546 轉 88879

澄清醫院兒童發展中心 關心您與您的孩子