



# 提B手臂學行 礙協調力發展？



每個寶寶都會經歷蹣跚學步的階段。有指，若爸媽提起寶寶的手臂來教他們走路，會影響其協調力發展。此說法是否屬實？此外，寶寶學行時，有何需要注意？使用學行車又有沒有幫助？

骨科專科醫生廖敬樂指，此說法為過份推論，適量的攙扶並不會對寶寶學行構成不良影響，而且此行為包含愛和關懷，毋須刻意避免。

## 發展有快慢

有些爸媽為了令寶寶盡快學會行路，會給予很多輔助，例如扶他們走、讓他們使用學行車等，其實大部份都沒有必要。廖醫生表示，寶寶由不懂走路到學會走路，其間會經歷多個階段，包括翻身、爬行、嘗試扶物件站立，再自行行走，是為漸進式進展。另外，寶寶的肌肉力量及身體協調能力，亦應發展至一定程度，例如頭、頸、軀幹能控制自如，下肢能夠承托身體，才能行得穩。每個寶寶的發展速度都不同，沒有必要與人比較。一般而言，寶寶於10至18個月內能夠自行走路，均屬正常。如超過18個月仍未學會自行走路，應向小兒骨科醫生查詢。

## 學行小貼士

「自古成功在嘗試」，要學會走路，定要勇敢踏出第一步。廖醫生提供了3個寶寶學行貼士，以供爸媽參考：

- ① 讓寶寶在安全的環境下自行探索，不用怕他們跌倒，只要肌肉訓練足夠，假以時日便會成功。
- ② 爸媽應鼓勵寶寶不扶物件行走，讓他們有足夠的肌肉訓練。當他們學行時，可讓他們以雙手拿玩具，促使他們以自己的身軀承托重量，以訓練全身肌肉。
- ③ 鼓勵寶寶赤腳行走更見成效，這樣可令寶寶的腳部受到不同刺激，並促使他們多活動腳趾肌肉，有助將來發展。

## 學行車危機

廖醫生表示，寶寶要有足夠的肌肉力量及四肢協調性，才能學會步行。使用學行車反而令寶寶缺少肌肉訓練，但卻能快速亂竄。對於未學會行的寶寶，在學行車內高速移動是非常危險的，而且易生意外。外國曾經出現學行車滾落樓梯，令寶寶死亡的事件。使用學行車或存有潛在危機，故爸媽讓寶寶使用時，要多加留意。