

“優點” 哺餵母乳須知 “禁忌”

台北市家計中心／任宜蓀

雖然衛生單位一再強調，母乳是小寶寶的最佳食品，但是根據衛生署的調查顯示，台灣地區只有5.8%的媽媽在做月子期間，以母乳哺育寶寶，而以母乳混合哺育的比率也不過25%，換句話說，75%的寶寶從不識母乳滋味。

爲了提高國內母乳的哺育率，衛生署已經初步擬定六年計畫，將勸導醫院配合不要供應嬰兒配方奶粉及輕易爲產婦注射退奶針等方面來著手，預估在民國85年底，將國內母乳混合哺育率提高到40%。

母乳營養豐富吸收容易 初乳對嬰兒發育尤重要

母乳的營養成份豐富，最易嬰兒消化吸收，所含免疫物質也最能幫助嬰兒抵抗疾病，且哺餵母乳可增進母

子間的親密關係，醫學家也提出，母乳中所含的免疫球蛋白A等成份，能增加新生兒的抵抗力，而吃母乳的嬰孩生病率及死亡率亦較低，又可減少家庭負擔，因此母親有責任餵小孩母乳。

雖然目前市面上有仿母乳製造的嬰兒配方奶粉，但其營養價值仍無法與母乳相比擬，尤其產婦的初乳，其豐富的電解質、蛋白質、脂肪、維生素等成份，可增加

寶寶的免疫力。

母乳中的乳糖和脂肪是新生兒腦部發育的必要成分。嬰兒出生後的頭一兩個月的腦部發育非常重要，而這些養分扮演了關鍵性的角色。國外的研究指出，純母乳哺育的孩子長大後，平均智商高出用嬰兒奶粉等代用品的孩子。

初乳是母親生育後產婦乳房第一次分泌的黃色液體，其中含有珍貴的抗體，這

會昌
青維他

真正的植物用綜合維他命來了！

水溶性粉末，葉面噴灑，用量省，有奇效！
蔬果、花卉、茶和其他農園藝作物都適用。
提高品質和產量之最新選擇。

誠徵經銷商

總代理

會昌實業有限公司

台北市懷寧街92號五樓

郵寄：台北市郵政信箱第3398號

電話：(02)3822333-3821169

傳真：(02)3819187-3886655

是大自然巧妙的安排。因為新生兒的免疫系統在頭幾個月仍未發育完全，對疾病的抵抗力較弱，因此，初乳對新生兒來說十分重要。

如親自哺餵母乳 嬰兒母親皆受益

孩子依偎在母親懷中，傾聽著母親的心跳，吸吮令他成長、茁壯的母乳，能充分滿足孩子心理上的安全感、對外界的信任感與對社會的適應力。母親本身也可在授乳中享受極大的心理滿足與快樂，母子之間有一種無可言喻的心靈溝通。此外，親自哺育自己孩子的母親，罹患卵巢癌與乳癌的比率明顯地減少許多。

自1970年來，歐美先進國家的母乳哺育率，經過營養及衛生界大力宣導後已大幅回升，其中，荷蘭婦女在產後1個月混合母乳哺育率是72%，挪威更高達95%。反觀國內不但長年偏低，且逐年下降。母乳哺育率過低

的主要原因，是國內醫療院所婦產科內取得嬰兒配方奶粉過於方便，且在醫護人員有意無意的推波助瀾下，國內母乳哺育率一直偏低，而且是世界倒數第1位呢！

明瞭餵母乳的條件 以免造成不當影響

那麼在什麼狀況下不鼓勵哺餵母乳呢？包括肺炎、尿道炎、疱疹、水痘、敗血症、腎炎、乳癌、子癇症、出血疾病、結核病、傷寒、瘧疾、精神病等較嚴重的疾病。如果有心想餵母乳，仍然可以在疾病已控制，並證實已無感染危險後，才可開始再餵母乳。在暫停母乳期間，應以擠乳器擠奶，以免分泌減少。

過去有人認為母親得乳腺炎就要停餵母乳，事實上繼續餵母乳，使乳汁排出，並另外作熱敷，反而有助於乳腺炎恢復；剖腹生產仍可餵母乳，大約生產過後的12小時後，產婦清醒而且身體

狀況良好就可開始哺乳，並採半坐臥式；而慢性病如糖尿病、高血壓、甲狀腺疾病或癲癇，仍可餵母乳，但事先需經小兒科醫師或家庭醫師指導。

黃疸的新生兒並非不能餵母乳。台灣新生兒出生4、5天有黃疸情形的可能占一半以上，而此時間發生黃疸，主要原因是生理性，和吃母乳並無關連，只有部份長期持續黃疸的嬰兒，找不到其他病因，才有必要暫停餵母乳，不過也只要暫停4~5天即可；如與母乳有關，待黃疸消褪，可再吃母乳，如黃疸與母乳無關，則停止吃母乳也沒有用，必須另找原因。

過小的早產兒並非不能餵母乳，只是母乳中維生素和礦物質比例較低，可能無法滿足早產兒生長快速的需求，如維生素D、K、鈣、鐵等。因此建議體重小於1,500公克的早產兒，除了餵母乳外，還得注意增添營

MASK-280

**防塵
防毒
濾臭**

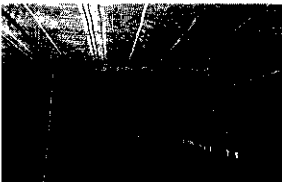


全功能最大透氣量實用設計

可自由拆裝組合 ■單缶雙排氣式
■雙缶單排氣式 ■雙缶雙排氣式

盛鼎有限公司 04-3335268
3327569

**宏鼎溫室工程企業有限公司**



銓管簡易溫室承造設計
銓管蔬果(花卉)防蟲遮陽網室
自動灌溉系統，活動遮陽網

材料供應：
PE防塵塑膠布、兼用PVC膠布、
塑膠夾、彈簧夾(白鐵夾)、
鍍鋅管、彎管、
尖端科技造微電腦溫濕
控制及防盜系統

歡迎來電諮詢：
新莊市民安西路212巷11之2號
TEL: (02) 2028278・9918125

行動電話090099109#：(06) 021196
黃舜屏先生洽

→ 養。

假如嬰兒有代謝性疾病，例如半乳糖血症、乳糖酶缺乏症與苯酮尿症，由於體內缺乏代謝半乳糖、乳糖及胺基酸之酵素，因此必須食用特殊奶粉。

由上述母乳不適用情形及注意事項，可以了解到大多數問題仍然可以預防和治療，只是必須常和醫師討論，才能得到適切的幫助。

哺餵母乳要掌握訣竅 使用配方奶粉有原則

有心餵母乳的產婦，應對自己有充分信心，現代人營養好，不可能出現古早人

「奶水不足」的情形。有信心能成功地餵好母乳之母親，往往就真能如其所願，當然在產前做好乳房護理之準備工作，是使餵乳成功的一大關鍵。

勿將母乳與牛奶（其實應該說是「嬰兒配方奶」才對）兩種奶同時餵食，因為會讓小嬰兒混淆，而且可能因奶瓶較好吸食，使嬰兒不願再吸母乳，乳房失掉了吸吮刺激，乳汁分泌就會減少，嬰兒吸不到就會排斥母乳，到最後就真的沒有奶水了。怕奶水不足，其實只要再多讓嬰兒吸吮，就能改善，而不是準備好配方奶粉在一

邊等待「上陣」。嬰兒吃母乳2、3個月後，才可用配方奶粉取代1、2次母乳。

吃完母乳後如能安睡2、3小時，體重照理想增加（但不必緊張地天天去量）

，即表示母乳哺餵足夠。如果每日排尿少於6次或呈深茶色、每次吸乳不肯安睡、生長有遲緩現象，則可在醫師指導下添加配方奶粉，不過此種情形並不多見。

乳婦生病，如有必要服藥時，仍可以吃藥，不過要告訴醫師，自己正在餵母乳，請醫師在開藥時注意一下。



農林漁牧

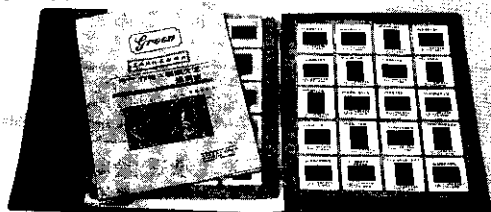
幻燈片教材

滿足您視訊教學的效果

No.131

作物之要素缺乏症
與過剩症

本幻燈片全套共 257 片立體片
夾，精裝本詳闡中文說明。



價格：新台幣8,775元（郵購請另加掛號郵資40元）

豐年社

郵政劃撥0005930-0

台北市溫州街14號

電話(02)3628148

傳真(02)3636724

蔬菜、花卉、水果等要素缺乏
與過剩症幻燈片的綜合輯錄。
除主要成份外，鐵、硼、鋅、
銅、鉬、硫、錳、鈷、鎂、鎳
等及包含接近續毒區之被害實
況。

訂國語日報

送國語兒童畫報

看
兩
份
報
紙

看國語日報
家長才放心

- 國語日報是一份「小型的大報」，內容純正高尚，消息迅速正確。
- 國語日報，每天發行報紙四張，共十六版。內容有新聞版、專欄、報導兒童青少年新聞。副刊版有兒童、少年、家庭、體育、科學常識、好老師介紹、謎語、學校介紹、少年習作、連環漫畫、圖文並茂，一份報，全家看。
- 訂報：(02)三四一二四四八

每逢周三、周六附贈字大內容有趣，印刷精美的「國語兒童畫報」二張八版。花一份報費，看兩份報紙，兩份報紙每月共收二四〇元。

