

文／洪建德 本刊特約健康顧問·陽明院區新陳代謝科主任

# 母乳

天色已晚，踏著疲憊的腳步，從辦公室走了下來，看到醫院大廳內的衛教海報，這個月的主題是「鼓勵母親用母乳哺育幼兒」，然而，鼓勵的促銷點居然是「便宜」。

這點使我想到目前的台北市年輕人，已漸漸的處於安逸的生活環境中，他們並不是以便宜與否來衡量一件事。哺育母乳最重要的觀點應不只是醫學上的問題，例如孩子的免疫力、孩子的營養、孩子與母親的關係等，能夠經過母乳哺育而使關係更自然而緊密，最重要的是對整個社會及牛奶產業的影響。

全世界的先進國家都有很高的母乳哺育率，10年前台灣為什麼母乳哺育率無法及時趕上？除了諸多商業因素之外，是否我們衛教推廣的觀念根本搔不著癢處？一個上班族的媽媽，不願以母乳哺育自己的孩子，有太多的因素，而不是便宜或昂貴的問題。

我們要效法國外先進的方法，可是又學不到別人真正的精髓。當先進國家愈來愈返璞歸真，愈來愈重視精神與社會的時候，我們卻愈來愈重視物質與金錢的數字。

哺育母乳對台灣大部分的年輕婦女上班族而言，是一件非常困難的事。另一方面，由於我們的社會福利並不像德國、北歐的周全，職

場上的婦女有很長的育嬰假，我想這也是台灣母乳哺育率低的因素之一。但近年來更慘的事發生了，薪資福利要求與大陸趨近的聲音，更使得婦女的福利下降。接著生育率下降馬上就發生了，過去都生2個以上的子女，而現在呢？

1980年代，我就發現先進國家在車站、飛機場等公共場所，都設有哺乳室，我們有這樣的想法嗎？有考慮到這樣的需求嗎？另一方面，年輕婦女的顧慮是否有社會學的專家做過研究，關心她們為什麼不哺育母乳？而不是到最後畫幾張海報交差了事。是因為她們怕哺乳後乳房下垂嗎？這是我聽到許多年輕婦女的說法，是否有此根據，醫學上應該用公正的立場做研究，並加以公布。

推廣母乳哺育，除了「便宜」之外，還要注意方便性。從台灣飲食的特色可以了解，工商社會男女皆為上班族的情形下，「方便」是非常重要的決定性因素之一。哺育孩子的配方一牛奶，還需要大大小小的量杯、奶粉及乾淨的空瓶子，消毒是不可避免的工作。若以母乳哺育，這些煩雜的工作都免去後，也許問題就迎刃而解。所以，考慮衛教時，不應只是為病人做醫學上、金錢上的考量，社會上人性的考量，應該也要加上去吧！

■

一本匯集了人類智慧與老祖先經驗的絕妙好書  
還有許多台灣近代客家生活史料與您分享

## 客家時空珍語

宋細福／編著

本書紀錄1937至1990年代台灣的社會現象，內容包含：客家族群農村生活與傳統家常美食、中西醫藥保健常識、宇宙宗教觀、人文社會和民間生活點滴……等。

作者活躍於食用菇發展史舞台近五十年，書中相關靈芝、香菇等各類菌種培製技術均極為精闢獨到，可作有意研究或生產薑類者重要參考依據。全書347頁，16開平裝。

定價：480元



豐年社 台北市溫州街14號 郵撥00059300 財團法人豐年社(郵購另加掛號郵資60元)  
電話：02-23628148分機30