
华西第二医院母乳喂养宣教



四川大学华西第二医院

WEST CHINA SECOND UNIV HOSPITAL, SU

我们的倡导

母乳喂养



自然分娩



West China
Second University Hospital

母乳喂养好处多（对婴儿）

营养丰富 全面

增强免疫力 抵抗疾病

利于情商、智力发育 促进母子感情

预防哮喘、湿疹等过敏性疾病

远期可预防肥胖症、高血压、

糖尿病等慢性病



West China
Second University Hospital

母乳喂养好处多 (对妈妈)

帮助子宫收缩 减少出血

预防乳腺癌 卵巢癌

恢复妈妈体型

预防骨质疏松

增进母子感情



West China
Second University Hospital

母乳喂养的好处



对家庭：安全、方便、经济
省心

对社会：家庭和睦
社会安定
提高人口素质



人工喂养的危害

较缺少情感互动

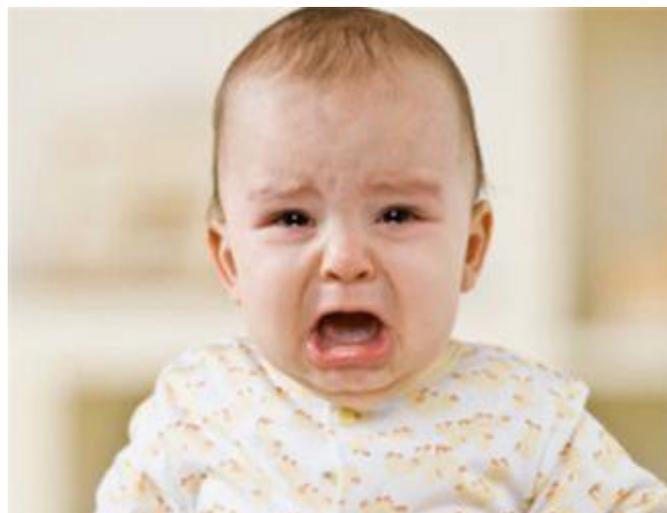
较容易感染

增加营养不良的风险

产生耐受不良或过敏

增加儿童期慢性疾病的风险

有受细菌污染的事件发生



纯母乳喂养

除母乳外不给孩子吃其他食品及饮料，包括水

(母乳含有87.5%水分)

避免三奶，不用奶嘴、奶瓶、奶粉



West China
Second University Hospital

纯母乳喂养到几个月？

2 4 6 8



在加辅食的基础上母乳喂养可坚持到 2 岁以上

不要过早地给孩子断奶



West China
Second University Hospital

早接触、早开奶？

出生后60分钟内进行母婴皮肤接触
并吸吮母乳，时间尽量大于60分钟



好处——

- 尽早得到第一次免疫，预防感染
- 尽早形成吸吮能力，奠定喂养基础
 - 维持稳定的体温、心肺功能
 - 促进母婴情感连接



West China
Second University Hospital

新生儿胃容量

宝宝出生第一天 胃容量/喂养量 5-7 ml (约. 1勺)

宝宝出生第二天 胃容量/喂养量 10-13 ml (约. 2勺)

宝宝出生第三天 胃容量/喂养量 22-27 ml

宝宝出生第四天 胃容量/喂养量 36-46 ml

宝宝出生第五天 胃容量/喂养量 43-57 ml

出生第**1**天,

宝宝胃容量相当于弹珠



出生第**3**天,

宝宝胃容量相当于乒乓球



出生第**5**天,

宝宝胃容量相当于鸡蛋



乳汁的产生（泌乳反射）

- 婴儿吸吮乳头产生刺激传到母亲脑垂体分泌泌乳素、催产素

- 频繁吸吮是最好最快的下奶方法
吸出的越多奶产得越多

（有加奶指针的可用喂杯、小勺及乳旁加奶器加奶）



母婴同室?

母亲和婴儿24小时在一个房间
每天分离不超过1小时

好处——

掌握宝宝的状况
能更好地实施母乳喂养
做到按需哺乳
提升育儿能力



West China
Second University Hospital

按需哺乳?

按照妈妈和婴儿的需要喂哺

婴儿饿了想吃就喂，妈妈奶胀也喂

不规定喂养时间和次数

坚持夜间哺乳



West China
Second University Hospital

按需哺乳的重要性

保持有足够的乳汁分泌

满足婴儿的全面营养需求

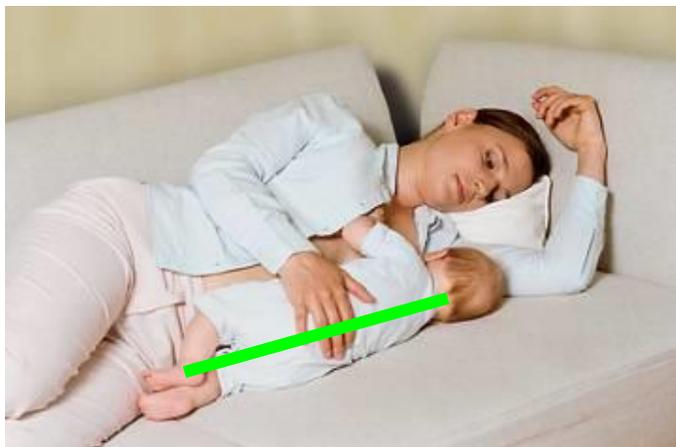
促进婴儿的生长发育

防止母亲乳胀



West China
Second University Hospital

常用的哺乳姿势



•摇篮式

•橄榄球式

•交叉式

侧卧式



West China
Second University Hospital

正确的哺乳姿势

母亲放松舒适

孩子身体贴近母亲，脸向着乳房

鼻子对着乳头

孩子头与身体呈一直线

下颌紧贴乳房

托住新生儿臀部



West China
Second University Hospital

正确的衔乳姿势

将乳头及大部分乳晕充分含到嘴里

婴儿嘴张大，下唇外翻

舌呈勺状环绕乳房

面颊鼓起呈圆形

可见到上方的乳晕比下方多

慢而深的吸吮有吞咽动作和声音



West China
Second University Hospital

如何判断婴儿吃到足够的奶水

体重：头几天减轻不超过7-10%，两周内恢复出生体重

前3-4月每周增加150-240g,每月增加至少0.5-1公斤

小便：前5天次数与出生天数相同

6天后通常排尿6-8次以上

大便：1-3天排墨绿色胎便

4-6天变黄，每天3-4次以上

可参考婴儿的生理状况、活动力、母亲的感觉



West China
Second University Hospital

如何保证充足的乳汁

早接触、早吸吮

勤吸吮、**按需哺乳**

正确吸吮

要有信心、**合理营养**

获得家人的支持帮助

心情愉快轻松、休息好

母婴分离下每天挤奶8-12次



West China
Second University Hospital

特殊情况的喂养

乙肝能母乳喂养吗？

——出生12小时内给予乙肝
免疫球蛋白及乙肝疫苗后可以

甲肝急性传染期暂不母乳，急性期后可以，丙肝可以母乳喂养

感冒、腹泻、甲亢、甲减能喂吗？

——在医生指导下用药可以母乳喂养

不能母乳喂养的有：母亲有严重的心脏病、艾滋病等



产妇上班后如何坚持母乳喂养

- **上班时定时挤奶（每2-3小时），回家亲喂**
 - 0-4 °C冷藏储存24-48小时
 - 16 — -18°C冷冻储存3月
 - 20 °C深度冷冻储存6-12月

提前放冷藏室解冻，再用温水温热
解冻后没有吃完的母乳不宜再冷藏冷冻





谢谢!



West China
Second University Hospital