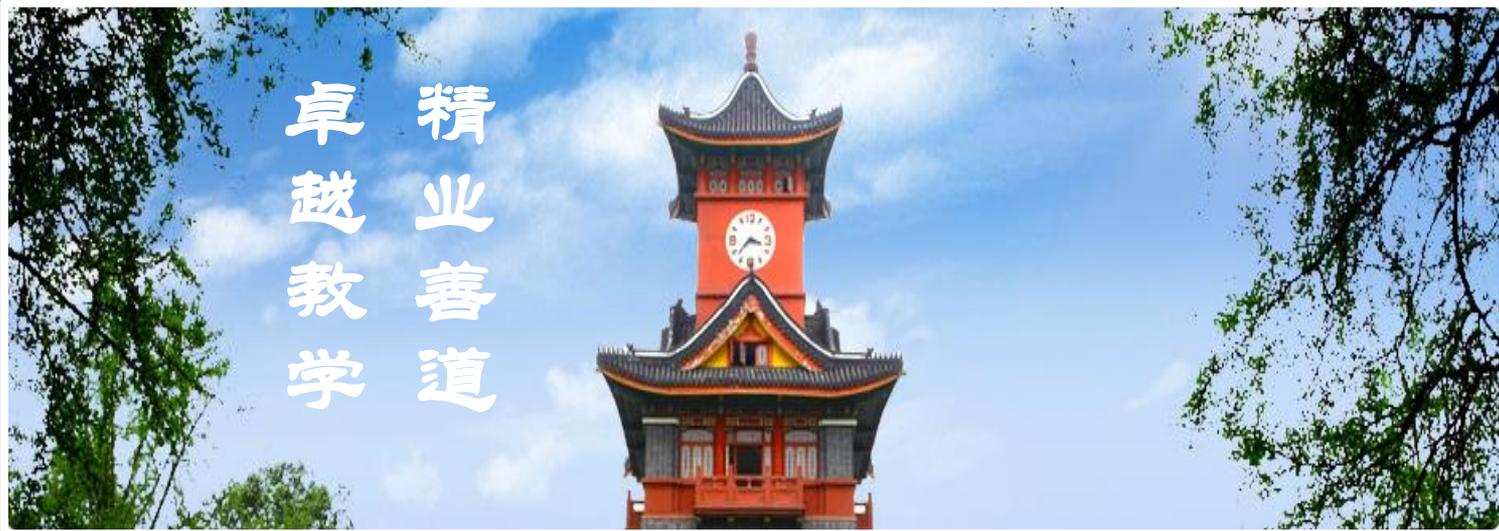




四川大学

华西第二医院 | 华西妇产儿童医院

West China Second University Hospital / West China Women's and Children's Hospital



精业善道
卓越教学

母乳喂养

产科



母乳—妈妈给宝宝最好的礼物



世界卫生组织 (WHO)
联合国儿童基金会 (UNICEF)
联合倡议

**每个孩子至少纯母乳喂养6个月，
并在添加辅食的基础上坚持哺乳24个月以上。**



目录页



1 母乳喂养

2 母乳的成分

3 母乳喂养的好处

4 母乳喂养操作流程

5 注意事项



第一部分

母乳喂养

母乳喂养

纯母乳喂养定义

除了吃自己妈妈的奶以外，不给婴儿吃任何液体和其它食物

人工喂养的定义

全部用母乳代用品喂养（包括葡萄糖水、果汁等），不论其喂养方式如何，如用胃管、匙或奶瓶。





第二部分

母乳的成分

- ◆初乳
- ◆成熟乳

母乳的成分

母乳

脂肪/蛋白质
乳糖/维生素
矿物质等

初乳

产后1-3天；
产量小，密度高，
富含各种营养成分
和免疫球蛋白。

过渡乳

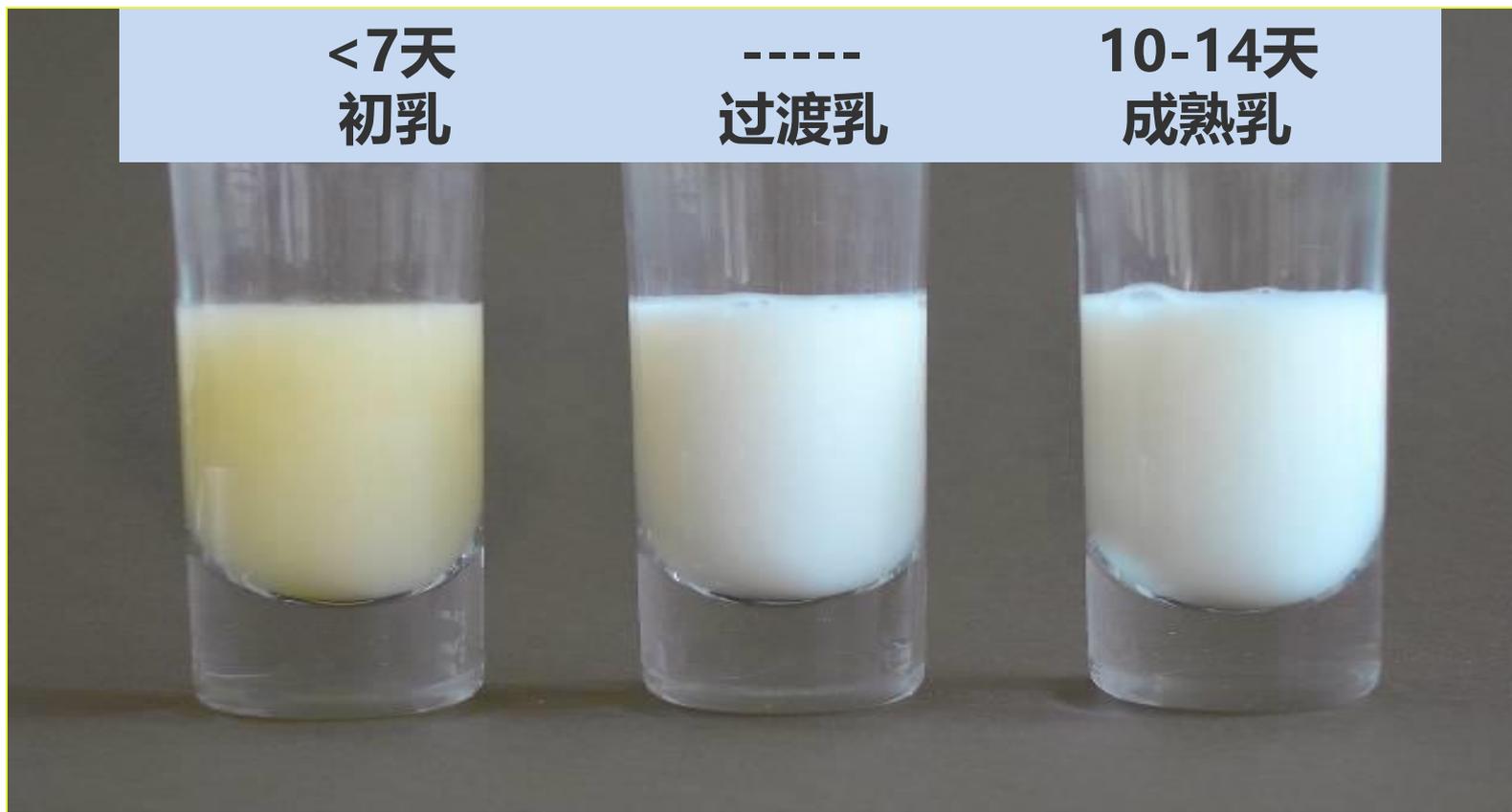
是初乳向成熟乳
的过渡。

成熟乳

大约10天后，产
量高密度低



母乳的成分



母乳的成分-初乳

初乳是乳房在孕7个月--分娩后几天产生的，外观浓稠、清透的黄色

- 对婴儿的肠道像一个保护层，防止病原体进入体内。
- 是婴儿对许多细菌和病毒的初次免疫。
- 有助于在婴儿的肠道建立有益菌群。
- 是初生婴儿最好的食物，有更多的蛋白质和维生素A。
- 有通便作用，预防黄疸。
- 量非常少，适合婴儿非常小的胃容量和不成熟的肾脏功能。

母乳喂养的婴儿，除非有医学指征，不应该给予水或葡萄糖水



母乳的成分-成熟乳

含有婴儿所需的足量的所有主要营养物质

- 蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素、矿物质和水。
成分随每天不同的时间、母乳喂养时间的长短、
- 婴儿的需求以及母亲患病情况而改变。

母乳中提供营养的成分和物质

- 可以帮助消化、促进生长发育，预防感染性疾病。
- 母乳中这些营养、保护和促进儿童生长的成分一直存在，这些成分不会在孩子到一定年龄后消失。



母乳的成分-成熟乳



配方奶没有变化，
易导致热量摄入
过多，引起青少年
肥胖

前奶

“开胃菜” “解渴”

含有大量的水和糖；安
慰性吸吮主要吃前奶，
避免摄入过多热量。

后奶

“正餐” “耐饿”

含有丰富而高热量的
脂肪；饥饿时大
量摄入后奶。





第三部分

母乳喂养的好处

- ◆ 婴儿
- ◆ 产妇
- ◆ 家庭
- ◆ 社会

母乳喂养的好处-婴儿



婴儿—促进发育:

- 促进脑细胞和智力的发育
- 吸吮运动可以促进语言能力的发育
- 对牙床及面部肌肉的发育也有好处



母乳喂养的好处-婴儿



婴儿—情感:

- 母乳喂养强化母婴情感纽带
- 为婴儿的情商培养奠定基础



母乳喂养的好处-产妇



产妇—健康:

- 促进子宫恢复
- 减少产后出血
- 降低妈妈患乳腺癌和卵巢癌的危险
- 每天消耗500卡路的热量, 帮助妈妈尽快恢复体型



母乳喂养的好处-产妇



母亲—情感:

- 母乳喂养的妈妈更自信
- 对妈妈与宝宝一生的交流起到重要的作用



母乳喂养的好处-家庭

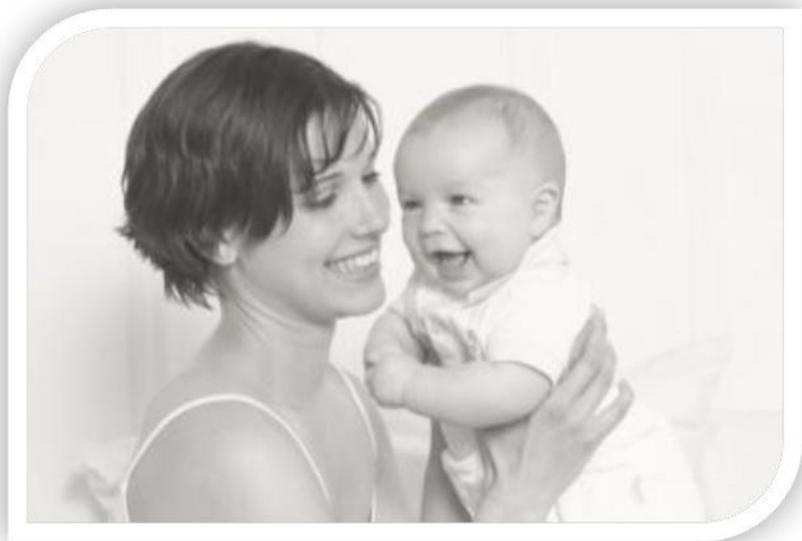


家庭

- 经济：
减少支出、降低浪费
- 方便：
随时供应，省时省力，减少污染
- 省心：
母乳喂养宝宝更健康，减少事假病假，父母有更充足的精力应付紧张的工作



母乳喂养的好处-社会



社会

- 母乳喂养的孩子身体素质好
有利于提高全民身体素质
- 母乳喂养的母亲对婴儿慈爱
有助于小儿智力、社交能力的发育，有助于家庭和睦、
社会安定。

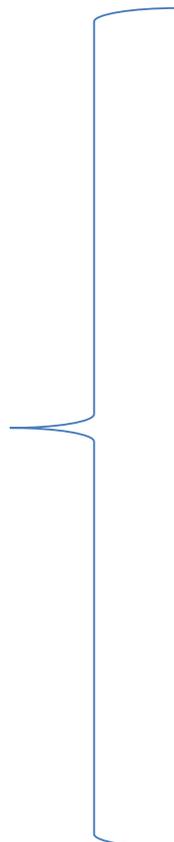




第四部分

母乳喂养操作流程

操作流程



环境

环境适宜，注意隐私保护

用物

毛巾、快速手消毒液

病人

- ✓ 评估病情、用药情况、乳房情况；
- ✓ 病人选择正确哺乳姿势，松解衣服纽扣，暴露胸部。



操作流程

操作流程

1. 哺乳前，洗净双手，清洁乳房及乳头。

2. 母亲选择舒适体位。

3. 母亲采取正确的哺乳姿势，将拇指放于乳房上方，其余四指放在乳房下方轻拖住乳房，将乳头和大部分乳晕放于新生儿口中。

4. 哺乳结束后，待新生儿停止吸吮在其张嘴时，轻轻抽出乳头。

5. 挤出少许乳汁涂在乳头及乳晕上，自然晾干





第五部分

注意事项

- ◆原则
- ◆正确的哺乳姿势
- ◆正确的衔乳姿势

哺乳原则



- 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，下颌紧贴乳房
- 托住新生儿臀部，让孩子头与身体呈一直线



正确的哺乳姿势



摇篮式

橄榄球式

交叉式

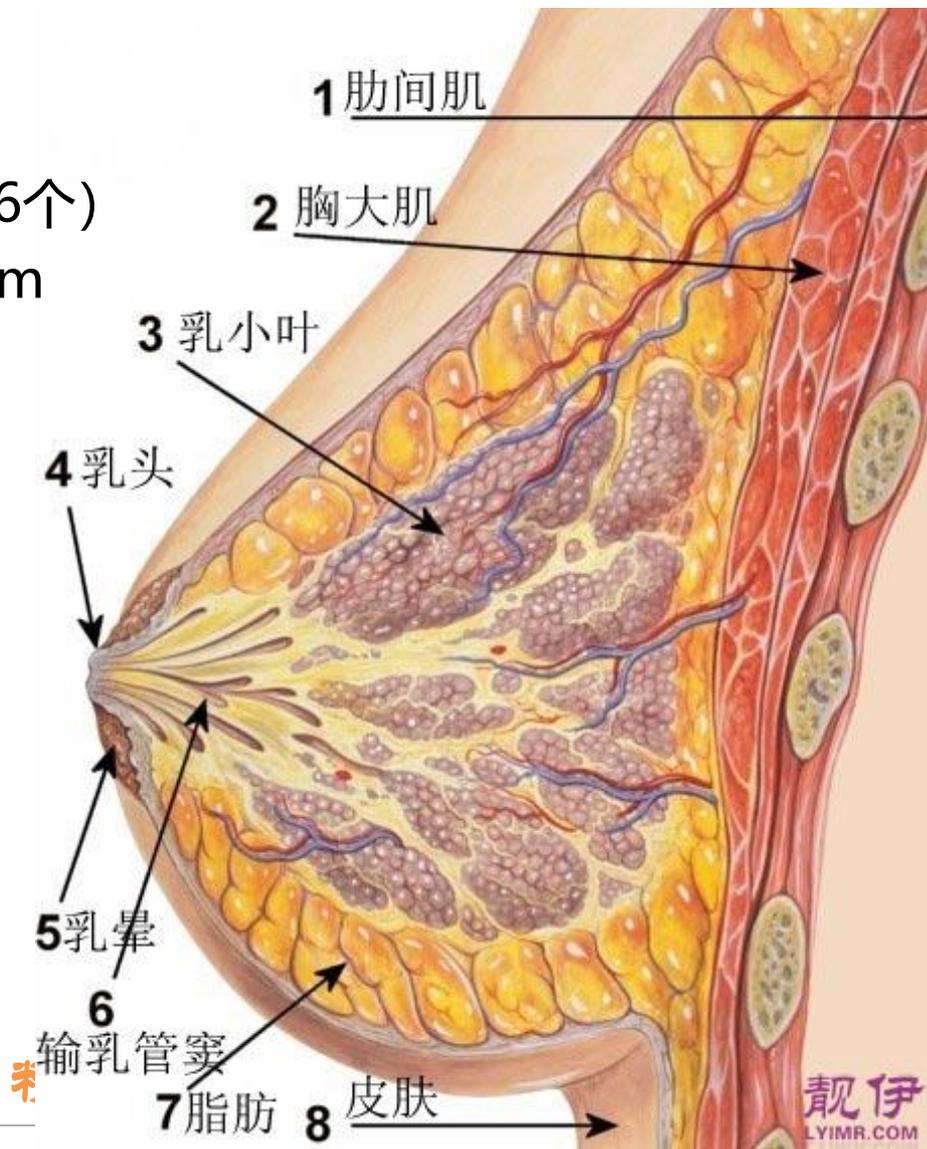
侧卧式

精业善道 卓越教学



乳房的解剖结构

- 乳腺腺体组织集中在乳晕后
- 乳腺小叶和开口 (平均9个, 4-16个)
- 乳晕后方的乳腺管平均直径 > 2mm
 喷乳反射时增粗
- 脂肪散布在乳腺导管周围



正确的衔乳姿势



正确的衔乳姿势

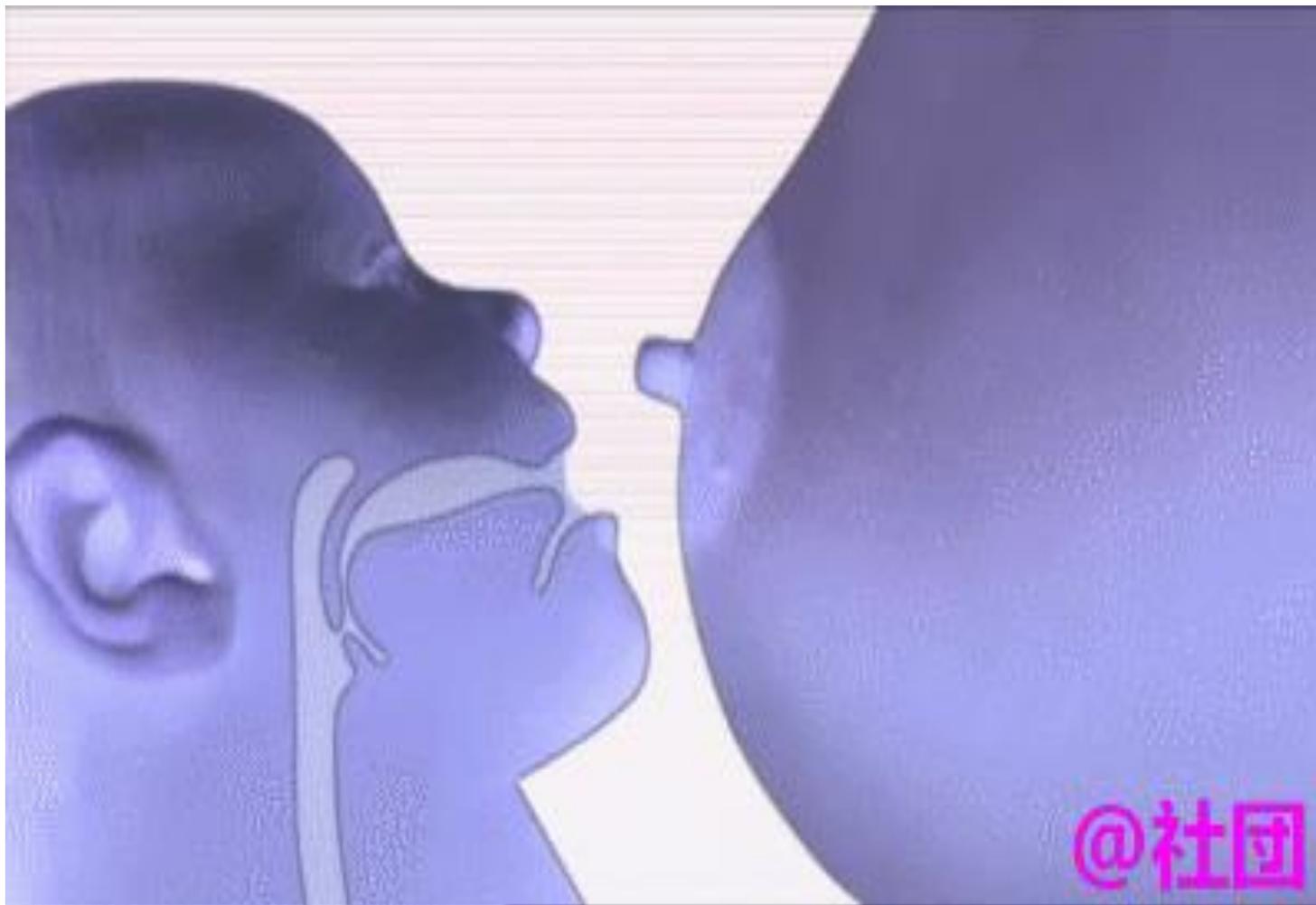
- 婴儿嘴张大，下唇外翻
- 舌呈勺状环绕乳头
- 面颊鼓起呈圆形
- 可见到上方的乳晕比下方多
- 慢而深的吸吮，有吞咽动作和声音



正确的衔乳姿势



正确的衔乳姿势



判断母乳摄入量是否足够的标准



判断母乳摄入量是否足够的标准

- 宝宝每周体重增加125-210克
- 母乳产量稳定后每24小时尿6次以上
- 最初几个月每24小时2-5次排便，6周后排便次数减少、便量增加
- 每天平均8-12次哺乳，可以听见宝宝吞咽的声音
- 宝宝精神好，皮肤紧绷



谢谢观看

