



- 大纲
- 母乳喂养产生背景
- 母乳喂养的好处
- 母乳喂养的现状
- 母乳喂养的BEST

- 为什么要开展母乳喂养?
- 母乳喂养在行动 (B-E-S-T) ?
-

《联合国儿童权利公约》

缔约国应致力实现这一权利..... 确保向社会各阶层、特别是向父母和儿童介绍有关儿童保健和营养、**母乳喂养**优点、个人卫生和环境卫生及防止意外事故的基本知识，使他们得到这方面的教育并帮助他们应用这种基本知识

《中华人民共和国母婴保健法》

医疗保健机构为产妇和婴儿提供科学育儿、合理营养和母乳喂养的指导。国家推行**母乳喂养**。医疗、保健机构应当为实施母乳喂养提供技术指导，为住院分娩的产妇提供必要的母乳喂养条件。

2001年5月
世界卫生大会向全球倡议

- 最初六个月纯母乳喂养
- 并坚持哺乳24个月以上

国际母乳喂养行动联盟 (WABA)

- 母乳喂养是妈妈和宝宝的权利!
- 母乳喂养对宝宝最健康!
- 母乳喂养让妈妈更强大!
- 母乳喂养是最好的投资!
- 母乳喂养是天然的方式!



母乳喂养有什么好处?



更多精力
专心工作

方便

帮助妈妈
尽快复原

经济



保护妈妈
减少疾病发生

增进母婴感情
促进情商发展

母乳

- 确切成分、比例尚未了解
- 母乳比例适宜, 为宝宝量身定做
- 母乳成分不断变化, 适应宝宝需求
- 母乳的免疫保护、促进发育等方面难以仿制

母乳VS奶粉

- 母乳是为婴儿大脑的发育做准备

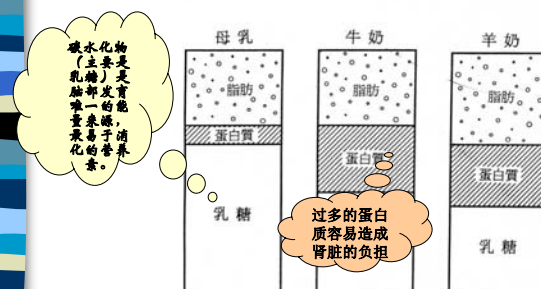


- 牛奶: 为小牛肌肉快速成长提供能量

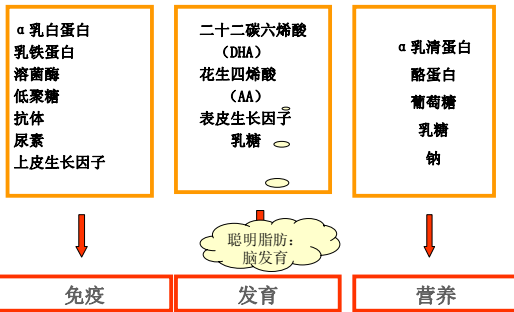


量身定制

这些奶水有什么不同?



量身定制



母乳：不断变化的，母乳会随着宝宝“长大”的！



初乳 产后第1-3天 产量低，密度高 营养丰富，并富含免疫球蛋白

过渡乳 第3-10天 颜色密度 逐渐变化

成熟乳 大约10天以后 产量高，密度低

“前奶”与“后奶”



前奶含水 and 糖多，解渴，后奶含脂肪多，热量高，容易吃饱。所以安眠性吮吸主要吃前奶，饥饿时大量摄入后奶。而且后奶摄入量少，有利于避免宝宝摄入过多热量。配方奶没有变化，容易导致热量摄入过多，引起儿童肥胖。

不进行母乳喂养的风险

医学研究发现，以配方奶取代母乳的结果为：

- 增加十倍因为肠胃道感染住院的危险性
- 增加六倍因呼吸道感染住院的危险性
- 造成儿童认知及智商缺陷
- 增加八倍孩子得儿童期淋巴瘤的几率
- 未曾哺乳的妇女得到停经前乳腺癌的机会增加
- 增加儿童期罹患糖尿病的几率
- 成年期得肠胃道疾病危险性增加

WHO 推荐

婴儿喂养的选择：

- 首选：母乳直接哺喂
- 第二：吸出的母乳
- 第三：他人的母乳
- 最后：配方奶



www.ourlogic.com.au

母乳喂养现状

- 院内母乳喂养
- 产科质量检查：医院提供的书面报告、现场查母乳喂养率全都达标。



- 院外母乳喂养调查：
- 不尽相同，与4~6个月母乳喂养率应达到85%的目标相比尚存在较大差距。

2004年中国居民营养与健康现状
我国的母乳喂养率大约是67%左右，城市低于农村

- 绵阳市1532名纯母乳喂养电话随访：

	纯母乳	人工喂养
1月	91%	5%
4月	46%	12%
6月	25%	20%

■ 摘自《重庆医学》2009年11月第38卷第22期

- 学历、收入与母乳喂养成反比
- 年龄与母乳喂养成正比

- 国际比较

- 母乳喂养率方面，瑞士排名仍超过其它发达国家。
- 德国人似乎更主动地采用母乳喂养，86%的新生儿母亲平均进行6个月母乳喂养。2003年由美国联邦药物管理局所做调查发现，新生儿母亲的母乳喂养率还不到75%，6个月后，该比例降至33%。

人类的宝宝还是牛的宝宝。。。还是

母乳喂养影响因素

- 社会因素
- 母乳喂养的宣传力度不够
- 人工喂养的意识日趋强烈
- 经济收入的增加
- 职业因素

■ 3/4浙江妈妈因工作放弃母乳喂养

■ 母亲因素

- 错误理解
- 缺乏自信
- 产后疲乏
- 乳房因素
- 分娩方式
- 特殊人群
- 家人不理解



■ 婴儿因素

- 早产儿和低体重儿
- 婴儿含接姿势不正确

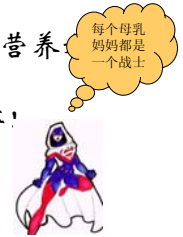
■ 医务人员

- 人力配置不足
- 宣教指导不到位

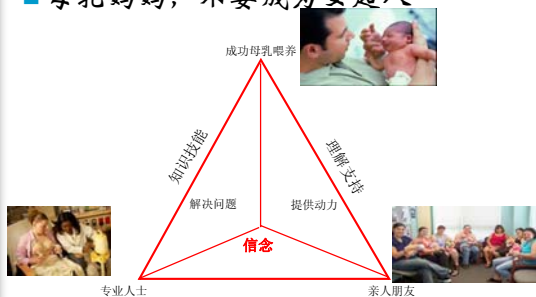
对策 (B-E-S-T)

■ 信念 (Belief)

- 母乳喂养是宝宝最佳营养
- 母乳喂养——不是妈妈一个人的事！



■ 母乳妈妈，不要成为女超人



教育 (Education)

孕产妇：

- 孕校准妈妈教育
- 产后在院教育
- 产后42天检查
- 母乳喂养热线

■ 医务人员

- 母乳喂养的知识
- 爱婴医院三十条
- 母乳喂养的好处

母乳喂养：
知识不断更新
技巧需要实践



新生儿胃容量



正常新生儿的反应

- 出生后20分钟 开始爬向乳房
- 出生后50分钟 寻乳反射开始明显
- 出生后50分钟 开始吸吮乳头

医护人员：
顺其自然，进行早接触早吸吮！

重返职场前的准备

如今很多女性一边当着妈妈，一边还要工作。重返职场不应该成为停止母乳喂养的原因。计划周详，你就可以兼顾母乳喂养和工作，无论你要工作多少时间。

工具和场所。。。.



舒适地吸乳

你需要。。。.

- 一张舒适的椅子
- 一张桌子
- 一件和宝宝相联系的物品
- 洗手/清洗水池
- 一款合适的吸乳器



■ 母乳的保存时间如下：

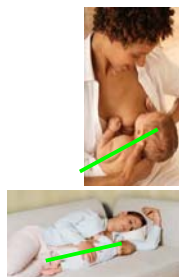
- 冰箱冷藏室 (4°C) 3-5天
- 冷冻室 (-16°C) 6个月
- 深冻冰柜 (-18°C) 12个月

■ 正确解冻和加热母乳

- 可以把乳汁放在室温条件下，或者37°C的温水里解冻。解冻了的母乳可以在冰箱里存放十个小时。

■ 婴儿护理

- 保障新生儿第一口奶
- 重视早产儿母乳喂养
- 指导正确的含接姿势
- 避免过早添加辅食



■ 促进母乳喂养3S原则

- 母乳喂养标准指南 (Standard) 统一标准
- 新技术和方法 (Skills) 仪器、设备
- 母乳喂养顾问 (Specialist) IBCLC (国际认证)

咨询门诊、热线电话



咨询门诊



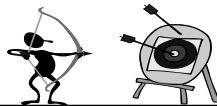
目标 (Target)

中国儿童发展纲要(2001~2010):

婴儿母乳喂养率达到85%

2004年中国居民营养与健康现状
我国的母乳喂养率大约是67%左右, 城市低于农村

➤ 距离2010年目标还有一定的差距



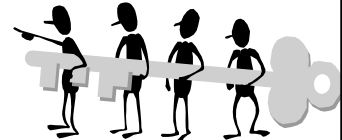
合作 (Teamwork)

奶粉广告禁用1岁内婴儿形象

- 政府组织
- 医院
- 非政府组织 (美德乐)



哺乳室



“就婴儿营养来说, 再高明的科学家的大脑半球, 都无法和普通妈妈的乳房相提并论。”



请让我们一起支持母乳喂养!

家人 支持
朋友 理解
公司 关爱
社会 加油



每一位母乳喂养的妈妈都是一名战士!
为坚持母乳喂养的妈妈加油!



谢谢

