

哺餵母乳問答篇

常見問題	解 答
生產後回病房，什麼時候開始餵寶寶母乳？	在產後8小時內。
應該何時哺乳？	只要寶寶想吃就餵或脹奶就餵。
如何知道寶寶想吃奶？	寶寶想吃的表現包括：尋乳反射、吸吮動作、舔嘴唇、吸手指（不是等寶寶哭才讓他吃奶）。
應該多久餵一次奶？一次應該餵多久？	依寶寶需求不定時哺乳。每次應該餵到寶寶自己鬆口。
如何抱寶寶哺乳？寶寶如何含到乳房可以吃到奶？	嬰兒的頭和身體成一直線、臉及身體面對母親乳房、身體緊貼母親、托住嬰兒臀部、另一隻手呈C型適當托住乳房。
如何知道這一餐寶寶有沒有吃到奶水？	能正確含住乳房，吸吮的速度慢且深（約一秒一次），有吸吮一暫停的動作，乳房吸至鬆軟。
回家後如何知道寶寶有沒有吃飽？	每天解尿6次以上、解便至少3-4次以上，體重於二週後回到出生體重，之後一週增加約150公克



常見問題	解 答
如何以手擠奶？	大拇指在乳暈上，其他手指在乳暈對側。先向內壓，手指不要滑動。壓放、壓放幾分鐘，刺激噴乳反射。繞著乳暈旋轉，壓到所有輸乳竇。
如果寶寶不在您身邊時，通常會在什麼情況下通知您餵奶？	寶寶想吃奶的時候，通常不會超過四小時。
母嬰同室時，如何注意寶寶的安全及避免感染？	<ol style="list-style-type: none"> 1.應讓寶寶在自己的視線範圍內(包括上洗手間時)，如需離開應將寶寶交給工作人員 2.碰觸寶寶前應洗手 3.應避免有呼吸道感染、腸胃道感染的訪客 4.當母嬰同室時應限制訪客兩人
餵母乳的寶寶，若需喝奶瓶的母乳，應如何哺餵？	需使用滴管或杯子餵食母乳，不給予安撫奶嘴，以避免乳頭混淆
出院後如何得知有關母乳諮詢的相關訊息？	<ol style="list-style-type: none"> 1.醫院提供母乳諮詢專線： 2738-7416，2737-2181 轉1993-4、1999、3316~8 2.醫院提供母乳志工諮詢名單 3.國民健康局母乳諮詢專線： 0800-870-870

祝您健康愉快！



北醫健康諮詢專線(02)2738-7416



臺北醫學大學附設醫院
TAIPEI MEDICAL UNIVERSITY HOSPITAL