

寶寶住院期間如何哺餵母乳

生命之泉—母乳

- 母乳中含有豐富的抗體、寡醣、乳清蛋白，可讓嬰兒得到免疫性的保護，亦可抑制細菌和病毒侵入，減少脹氣及壞死性腸炎的發生，對於促進嬰兒腦部發展、增加神經系統成熟有重要的幫助。
- 為讓寶寶得到最好的營養與增進親子關係的建立，寶寶住院期間，建議母親盡量到院哺育母乳。若無法親餵，可以定期將母乳擠出來送到醫院，由醫護人員代為餵食，促進寶寶的健康。

如何擠母乳及器具消毒？

- 以手擠奶：

- ① 大拇指及食指相對，放在乳頭上 2 ~ 4 公分處，往胸壁內壓、滾、推，手指不滑動，擠到流量變緩，再擠對側。



- 擠奶器：

- ① 使用前須消毒，吸奶器的瓶子於冷水時放入消毒鍋，水沸後再煮 10 ~ 15 分鐘。之後將吸奶器之喇叭罩放入消毒煮沸 3 ~ 5 分鐘，每次使用後應徹底清洗並晾乾。

母乳的儲存與運送

- 住院寶寶使用的母乳，首選容器是無菌密閉的收集瓶，容器要註明寶寶名字、母乳擠出日期。

- 因母乳冷凍後會膨脹，儲存時不可以將母乳裝到滿。若使用母乳袋，封口前請將空氣擠出。
- 應避免用手接觸母乳儲存容器的內緣及開口，減少細菌污染母奶的機會。
- 母乳袋封口時請將開口往內打折，避免開口朝外接觸到其它生冷的食物，建議用保鮮盒將母乳與其他食物隔絕，避免母乳吸收其他食物的味道。
- 同一天不同時段擠出之母乳，要放到同一個溫度才可以倒在一起保存，若 1 小時內不使用，應馬上放入冰箱；若 48 小時內不使用，應採冷凍處理。
- 母乳運送過程中，所有奶水應緊密放置於保冷容器內（可用布將其空間填滿），並放冰寶保持冷度。

母乳儲存時間

- 解凍後母乳不可再次冷凍，回溫過的母奶應當餐使用。
- 母乳儲存時間：

室溫 25 °C 以下	4 ~ 6 小時
冷藏室 0 ~ 4 °C	3 ~ 5 天
與冷藏室隔開之冷凍室	3 個月
攝氏 -20 °C 之冷凍室	6 ~ 12 個月

- 經冷藏或冷凍後再解凍的母乳：

冷藏室 0 ~ 4 °C	24 小時
室溫 25 °C 以下	4 小時

- 若有任何疑問，歡迎您與我們聯絡

24 小時母乳哺育諮詢專線：(02) 29829111?

112.01 60-C9-024



新北市立聯合醫院關心您
聯絡電話 (02) 2982 9111 分機 3200
若有任何疑問，歡迎您與我們聯絡