

# 신생아 중환자실에 있는 우리 아기에게 무엇을 먹일까

## Feeding your baby in the Neonatal Intensive Care Unit

### 결정에 도움이 되는 정보

#### Information to help with decisions

부모들은 아기 먹이기에 궁금한 점이 많습니다. 의료 제공자는 부모님들의 질문에 귀를 기울이고 정확하고 친절하게 답해 드립니다. 저희는 아기를 어떻게 먹일지 결정하는 데 도움이 되는 최근 연구 정보를 알려드립니다.

아기에게 모유를 먹이고 싶은 부모가 많지만, 개인적, 의료적 이유로 모유를 보충해야 하는 부모도 있습니다. 아기에게는, 특히 신생아 중환자실(Neonatal Intensive Care Unit, NICU)에 있는 아기에게는, 대개 모유가 가장 좋습니다. 모유에 영양소를 추가해야 할 때도 있고 보충제가 필요할 때도 있습니다. 분유나 (제공된 경우) 기증된 모유를 주기도 합니다.

#### 모유는 아기에게 어떻게 이로운가요?

모유를 조금이라도 먹는 아기는 다음에서 더 보호된다는 연구 결과가 있습니다.

- 설사와 구토
- 감기, 독감, 귀의 감염, 흉부 감염
- 당뇨병, 비만, 심장병, 뇌졸중
- 일부 소아암
- 장 질환
- 영아 돌연사 증후군

아기에게 젖을 직접 먹이거나 손이나 펌프로 짜낸 모유를 먹이는 산모는 다음에서 더욱 잘 보호됩니다.

- 당뇨병
- 출산 후 하혈 문제
- 폐경기 전 유방암
- 난소암

#### 미숙아나 아픈 아기에게 모유는 왜 중요한가요?

연구에 의하면 초유는 NICU 입원 아기에게 특히 중요하다고 합니다. 모유는 조산아가 걸릴 수 있는 중증 장 질환인 괴사성 소장결장염(necrotizing enterocolitis, NEC) 발병 위험을 줄이는 것으로 밝혀졌습니다. 초유와 모유는 아무리 적은 양이라도 미숙아의 성장과 감염 예방에 도움이 됩니다.

#### 아기가 엄마 젖을 빨지 못하면 어떻게 모유를 줄 수 있나요?

NICU에는 엄마 젖을 직접 빨지 못하는 아기가 많지만, 이 아기들도 여전히 모유를 먹을 수 있습니다. 처음에는 손으로 모유를 짜서 아기에게 먹이는 것이 가장 좋은 방법입니다. 장기간 모유를 짜야 한다면 유축기를 사용해도 됩니다. 간호사나 수유 컨설턴트는 손이나 유축기로 모유 짜는 방법과 아기가 나중에 젖을 빨 수 있게 되면 젖 물리는 방법도 가르쳐 드릴 수 있습니다. 아기가 매일 8회 정도 먹어야 하는 것과 같이 손이나 유축기로 같은 수만큼 모유를 짜서 공급하는 것도 중요합니다.

#### 피부 접촉

댁의 아기가 NICU에서 영양을 공급받는다고 해도, 아기와 매일 피부 접촉 시간을 가지셔야 함을 기억하십시오. 아기에게 기저귀만 채우고 가능한 한 피부 접촉을 많이 하십시오. 피부 접촉은 아기의 발달을 촉진하고, 유대감을 증진하며, 모유 형성을 돕습니다.

## 도움이 되는 기타 정보

### 웹사이트

프레이저 헬스(Fraser Health) 웹사이트: <http://www.fraserhealth.ca/nicu>

헬시 패밀리즈 BC(Healthy Families BC) 웹사이트: <https://www.healthyfamiliesbc.ca/parenting>

### 팸플릿과 도구

#### 모유 수유와 모유

프레이저 헬스 환자 교육 카탈로그에 수록:  
<https://patienteduc.fraserhealth.ca>

Feeding Your Baby(아기 모유 먹이기, 0~6개월). 제목별 검색 또는 ID #26058

Expressing Your Breast Milk(모유 유축): Getting Started When Your Baby is in the Hospital(아기가 병원에 있을 때 모유 수유 시작하기, 카탈로그 #37673)(영어)

다음 자료는 간호사에게 요청하십시오.

Breast milk Expression Log(모유 유축 일지)

프레이저 헬스 유축기 대여 목록(Pump Rental List)

#### 아기 분유

프레이저 헬스 환자 교육 카탈로그에 수록:  
<https://patienteduc.fraserhealth.ca>

Formula Feeding Your Baby(아기 분유 먹이기): Getting Started(시작하기) – HealthLinkBC 파일 69a(카탈로그 #9107)(영어)

Formula Feeding Your Baby(아기 분유 먹이기): Safely Preparing and Storing Formula(분유의 안전한 준비 및 보관) - HealthLinkBC 파일 69b(카탈로그 #9113)(영어)

Formula Feeding Your Baby-Birth to 6 months(아기 분유 먹이기: 출생~6개월)(카탈로그 #27978)(영어)