

# 在新生嬰兒深切治療部餵哺寶寶

## Feeding your baby in the Neonatal Intensive Care Unit

### 幫助作決定的資訊

#### Information to help with decisions

父母有很多關於餵哺寶寶的問題。您的醫護人員用心聽著，並會準確而又縝密地解答您的問題。我們為病人提供來自現行研究的資訊，這些研究可幫助他們作出有關如何餵哺寶寶的決定。

很多父母想以母乳餵哺寶寶，但有些就基於個人或醫療理由，需要加以補充。通常您自己的乳汁最適合寶寶，尤其是在新生嬰兒深切治療部[NICU]。有時可能會在您的母乳裏添加額外養分。有時會需要補充劑。可能會給寶寶吃配方奶或捐贈乳(如有的話)。

#### 嬰兒如何從母乳中得益？

研究顯示，接受母乳的嬰兒可得到更多保護，免於患上：

- 腹瀉和嘔吐
- 傷風、流感、耳部感染、胸部感染
- 糖尿病、肥胖症、心臟病及中風
- 某些兒童期癌症
- 腸病
- 嬰兒猝死綜合症

以母乳餵哺寶寶或用擠取和抽吸等方式提供母乳的母親可得到更大保護，免於：

- 患上糖尿病
- 在分娩後有出血問題
- 在更年期前患上乳癌
- 患上卵巢癌

#### 為何母乳對早產或生病的嬰兒是重要的？

研究告訴我們，初乳(英文叫做 colostrum)對在NICU裏的嬰兒尤其重要。有證據表明人乳可減低壞死性小腸結腸炎[NEC]的危險，這是一種可影響早產嬰兒的嚴重腸病。即使非常小量的初乳和人乳也有助這些嬰兒成長及保護他們免受感染。

#### 如果寶寶不能吸吮母乳，我可如何讓寶寶吃得到母乳？

在NICU裏很多嬰兒不能直接吃母乳，但他們或許仍然能夠接受母乳。用手擠取是起初為寶寶提供母乳的最佳方法。如果您需要長時間擠乳，也可能會用到吸乳器。您的護士或哺乳顧問可幫助您學習如何擠取乳汁、抽吸乳汁，以及稍後當寶寶能夠吃母乳時讓寶寶含上乳房。正如嬰兒每天會需要吃奶大約8次，擠取或抽吸相同次數的乳汁，使乳汁供應充足，這是很重要的。

#### 肌膚相貼

不管寶寶在NICU是接受什麼方式的餵哺，記住每天都要花時間和寶寶肌膚相貼(S2S)。寶寶應該是赤裸的，只穿尿片，讓你們盡可能有多些肌膚接觸。S2S可改善寶寶的發育，支持建立親密的關係及改善乳汁供應。

## 額外資源

### 網站

菲沙衛生局網站：<http://www.fraserhealth.ca/nicu>

Healthy Families BC(卑詩健康家庭)網站：<https://www.healthyfamiliesbc.ca/parenting>

### 小冊子和工具

#### 母乳餵哺及母乳

菲沙衛生局病人教育目錄(<https://patienteduc.fraserhealth.ca>)可提供：

Feeding Your Baby (0 - 6 months) (餵哺寶寶 (0 至 6 個月)) 以標題檢索，或識別號碼 26058

Expressing Your Breast Milk: Getting Started When Your Baby is in the Hospital (擠取母乳：在寶寶留院時踏出第一步) (目錄編號 37673) (只有英文版)

向護士索取一份：

Breast milk Expression Log (擠取母乳日誌)

Fraser Health Pump Rental List (菲沙衛生局吸奶器租借名單)

#### 嬰兒配方奶

菲沙衛生局病人教育目錄(<https://patienteduc.fraserhealth.ca>)可提供：

Formula Feeding Your Baby: Getting Started(以配方奶餵哺嬰兒：踏出第一步) – HealthLinkBC (卑詩健康結連)檔案 69a (目錄編號 9107) (只有英文版)

Formula Feeding Your Baby: Safely Preparing and Storing Formula (以配方奶餵哺嬰兒：安全調製和存放配方奶) – HealthLinkBC (卑詩健康結連) 檔案 69b (目錄編號 9113) (只有英文版)

Formula Feeding Your Baby - Birth to 6 months (以配方奶餵哺嬰兒 – 初生至 6 個月) (目錄編號 27978) (只有英文版)