文章

常用的餵哺姿勢

九月 15, 2022

1分鐘

透過餵哺母乳的肌膚相親，有助建立更親和的母子關係。學習合適的餵哺姿勢，除了能讓寶寶舒適，更可幫助預防媽媽肌肉勞損，有助母乳排出*。

常用的餵哺姿勢

橫臥式:

以手掌承托寶寶的頭和頸餵哺另一邊的乳房

適合：
-新手媽媽
-學習吸吮中的寶寶



欖球式:

以手掌承托寶寶的頭和頸餵哺同一邊的乳房

適合：
-乳房較大、乳頭凹陷、開刀分娩、乳腺閉塞的媽媽
-早產、吸吮較弱、拒絕吸吮乳房的寶寶



搖籃式:

以前臂承托寶寶的頭和頸餵哺同一邊的乳房

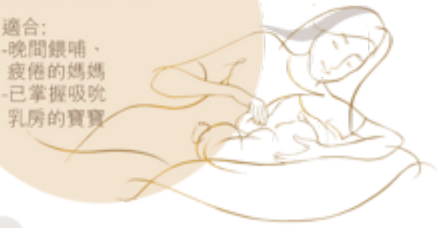
適合：
-已掌握吸吮技巧的寶寶



側臥式:

寶寶側臥在牀上

適合:
-晚間餵哺、疲倦的媽媽
-已掌握吸吮乳房的寶寶



半躺臥式:

利用地心吸力，令寶寶緊貼乳房

適合:
-乳汁太多的媽媽
-拒絕吸吮乳房的寶寶



資料只供参考, 如有疑問, 請諮詢你的醫護人員。

重要聲明:建議在嬰兒出生的首六個月內進行純母乳餵哺, 然後引入足夠營養的輔食, 以及持續母乳餵哺至兩歲或更長時間。

*資訊來源：香港衛生署

Available at https://www.fhs.gov .hk/to_chi/health_info/child/20000.pdf

Accessed on 6Feb2020

WYETH®及惠氏®為Wyeth LLC.之註冊商標，授權下使用。

www.wyethnutrition.com .hk/WYE-EM-045-FEB-20

下載PDF