文章

怎樣儲存擠出的母乳

九月 16，2022

1分鐘

ILLUMAMA Community 深信母乳是寶寶珍貴的食物，媽媽須留意正確的儲存及翻熱方法，以確保妥善保存營養，讓寶寶安心飲用。

怎樣儲存擠出的母乳

母乳宜存放於雪櫃的上層位置

新鮮擠出的母乳可以參考以下存放建議…

存放溫度/環境	建議存放時間	
	新鮮擠出的母乳	已溶解的冰奶
雪櫃冷藏格 (4℃)	4天	從冰奶完全溶解開始計算: 1 天
冷格 (-18℃或以下)	6個月	不可放回冰格
冰袋加冰種	24小時	—
室溫 (25℃或以下)	4小時	1-2小時





不宜！

把母乳放於溫度不穩定的雪櫃門架上，而且未煮熟的食物應放下層。



應先把新鮮擠出的母乳置於雪櫃內冷凍約一小時，然後才加入冰奶內。



不可

把新鮮擠出的母乳直接加入冰奶內。



冰奶的分量必須多於凍奶，以免冰奶完全溶解。

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/tc_chi/health_info/child/20000.pdf
Accessed on 14Mar2020

WYETH®及惠氏®為Wyeth LLC.之註冊商標，授權下使用。

www.wyethnutrition.com.hk/ WYE-EM-052-MAR-20.

下載PDF