

「愛嬰」是什麼意思？

愛嬰醫院倡議 (Baby-Friendly Hospital Initiative) 是世界衛生組織 (WHO) 和聯合國兒童基金會 (UNICEF) 於1992年在全球推出的聯合專案。該倡議的目標是表揚遵守《成功餵養母乳十步驟》列出的標準，致力為哺乳母親提供正面環境的醫院和產科護理中心。

我們的使命

在聖蓋博醫院，我們的使命是告知所有孕婦餵養母乳的好處，以便她們對於餵養寶寶做出知情的決定，並且為她們提供堅持這種選擇所需的支援。

我們的工作人員有信心為所有母親建立、支持和保護早期母嬰依戀，並且尊重母親對於餵養嬰兒的信念和選擇。

除醫學禁忌外，所有母親和嬰兒在產後立即進行皮膚接觸，並在住院期間同處一室。

趣味事實

- 母乳約有400種已知成分，嬰兒奶粉僅有約40種。
- 出生後第一年，用嬰兒奶粉餵養一名嬰兒約需要3,000.00美元。
- 如果嬰兒在6個月內只吃母乳，患兒童肥胖症的風險降低24%。
- 得到皮膚接觸的新生兒，體溫、心率和血糖更穩定。
- 詳情請瀏覽
www.breastfeedingtraining.org

母親哺乳指南

聖蓋博醫院



愛嬰醫院倡議

美國兒科學會 (AAP) 建議在出生後六個月內只餵母乳。

AAP還建議持續餵母乳到一歲及以上。



聖蓋博醫院婦女中心

Women's Pavilion
at San Gabriel Valley Medical Center

我們的目標是確保所有母親都能成功，並且尊重和
支持她們對於餵養方法做出的知情選擇。

母親的成功餵養母乳十 步驟

1. 母乳最好，但是為什麼？ 瞭解為何只餵母乳對您和寶寶最好，以及為何嬰兒奶粉可能導致問題。使用WIC、其他媽媽、書籍和視訊作為資源。上母乳餵養班！

2. 告訴全世界。 讓您的產科醫生、家人、朋友和雇主知道您計畫只餵母乳，並需要他們的支持。告訴產科醫生和護士以及育嬰室和產後護士，您只想給寶寶餵母乳。

3. 產後立即與新生兒皮膚接觸。 您的寶寶將會警覺，並對哺乳感興趣。不論您是否打算餵母乳，都要告訴醫生和護士您想做皮膚接觸。

4. 和寶寶同處一室。 這將使您對寶寶的暗示做出反應，在他餓的時後立刻餵奶。不要等他哭了才餵。

5. 經常哺乳，不餵嬰兒奶粉。 不要因為有嬰兒奶粉可用，就餵嬰兒奶粉。除非有醫學原因，SGVMC不向完全餵母乳的母親提供嬰兒奶粉。如果餵嬰兒奶粉，您的寶寶會太飽而不能經常哺乳。

6. 事先考慮。 如果您要返回工作，一開始完全餵母乳，以便讓身體產生寶寶需要的母乳。以然再使用奶瓶。

7. 尋求幫助。 向護士詢問醫院是否有哺乳顧問。

8. 不要因為困難而氣餒。 大多數哺乳問題都可以輕易解決。向哺乳過的朋友或親戚或是您的WIC顧問尋求幫助。母乳餵養資源名錄刊有您所在地區的母乳餵養幫助，而且您總是可以致電 (626) 457-3281 聯繫我們的哺乳顧問。

9. 制定長期計畫。 出門在外時自在地哺乳；擬定返回工作或學校時的擠奶計畫。

10. 結識其他餵母乳的媽媽： 結交新朋友；加入國際母乳會媽媽小組。最重要的是，享受認識您寶寶的樂趣！

母乳餵養資源：

- 致電 (626) 457-3281 聯繫哺乳顧問
- 到禮品店租用吸奶器
- Breastfeed LA: info@breastfeedla.org
- 國際母乳會: (800)-LALECHE 或 www.llli.org
- 如果您有任何問題或顧慮，請致電 (626) 457-3242 聯繫婦女中心產後科。

母乳餵養支持和教育

- 護士將向您說明如何抱寶寶以及如何幫他或她含住乳頭。
- 醫護人員將會支持您根據寶寶的暗示隨時哺乳；按照美國兒科學會 (AAP) 指南，預期24小時至少哺乳8-12次。寶寶吃奶的時間不會受限制。
- 除非因為醫學原因有所需要，否則不會給您的寶寶補充嬰兒奶粉、葡萄糖水或是提供奶嘴。
- 將根據APP指導意見，鼓勵您在住院期間以及至少連續六個月完全餵養母乳。