



哺乳媽媽奶水Q&A

乳汁如何分泌？

泌乳機轉 | 寶寶吸奶，奶水就來，故吸吮愈多奶水愈多

如何讓哺乳媽媽奶水充足？

- 依嬰兒飢餓需求給予哺餵(即嬰兒想吃就餵)
- 餵奶姿勢要正確
- 寶寶含乳姿勢要正確
- 不添加配方奶或葡萄糖水
- 不使用奶瓶奶嘴

哺乳嬰兒有沒有吃到足夠奶水？

有正確含乳姿勢，且吸吮速度慢而深(一秒一次)，有吞嚥動作

體重

- 新生兒第一周體重下降不超過10%
- 最慢出生兩週內回到出生體重
- 前四個月嬰兒體重每個月增加0.5公斤

小便

- 一週大後一天約6片以上
- 每片重量，約50g以上
- 尿液清澈無味道

大便

- 1-3天墨綠色胎便
- 3-5天黃綠過渡便
- 5-6天會轉換成黃糊便3-4次
- 6天後一天3-4次黃色大便
- 純母乳哺育的嬰兒，可能在出生三週後大便次數減少，可10-14天才解便一次，如果其他方面很好，也可以算是正常的

