



# 沒有醫療需求狀況下，生產後的我該如何餵養我的寶寶



佛教大林慈濟醫院

醫病共享決策輔助評估表

(請使用此醫療決策輔助工具與您的醫療照護團隊討論您的選擇)

## 前言

母乳是含豐富免疫因子的活組織，提供嬰兒持續且活性的保護減少感染。在產後幾天少量的初乳含有豐富的免疫球蛋白及抗體，純母乳哺育的寶寶比喝配方奶及混餵的嬰兒較不容易發生腹瀉、肺炎或是及其他感染性疾病。

世界衛生組織呼籲各國政府鼓勵及支持嬰兒純母乳哺育6個月，其後添加適當的副食品，持續哺餵母乳至2歲或2歲以上；此單張可協助您進一步了解母乳哺育的好處，您可依據您在意及考量因素，與醫師討論，共同做出最適合您的治療選擇。

## 適用對象 / 適用狀況

沒有醫師建議不能哺餵母乳狀況，且尚未決定哺餵方式的孕產婦及家人。

## 嬰兒的營養與餵食介紹

世界衛生組織建議，純母乳哺育6個月，後添加適當的副食品，持續哺餵母乳至2歲或2歲以上。



# 嬰兒餵食的選擇

項目		母乳哺育
<input type="checkbox"/>	完全餵母乳:從出生後，在嬰兒開始想吃奶的時候就開始直接哺餵母乳	
<input type="checkbox"/>	部分母乳，部分配方奶	
<input type="checkbox"/>	完全哺餵嬰兒配方奶	

## 透過以下四個步驟來幫助您做決定

### 步驟一

### 選項的比較

選項	完全餵母乳	部分母乳，部分配方奶	完全哺餵嬰兒配方奶
營養	有完整營養素(表皮生長因子、消化酶、膽固醇、益生菌、乳鐵蛋白、sIgA與融體素)易吸收。	營養來自母奶及配方奶，所得營養依餵食比例而不同。	無法完全複製母奶成分，但可以清楚知道寶寶喝奶量。
嬰兒健康	減少中耳炎、腹瀉、壞死性腸炎、上呼吸道疾病及肺炎、肥胖、糖尿病發生率與嬰兒猝死症風險。	隨著哺育時間增長，好處可累加。	中耳炎、腹瀉、壞死性腸炎、上呼吸道疾病及肺炎、肥胖、糖尿病風險增加。
母體健康	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.減少產後大出血。</li> <li>2.不易塞奶及漲奶機率。</li> <li>3.減少乳癌、卵巢癌發生率。</li> <li>4.母親月經未恢復前六個月內避孕效果 98%</li> </ol>	塞奶及乳腺炎機會高於直接哺乳者。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.產後大出血機會增加。</li> <li>2.塞奶及漲奶機率增加。</li> <li>3.乳癌、卵巢癌、糖尿病機會增加。</li> </ol>
花費	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.母奶免費。</li> <li>2.需自購哺乳內衣、溢乳墊及母乳袋、擠奶器。</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.母奶免費。</li> <li>2.配方奶視餵食量而定。</li> </ol>	配方奶約 15,000 ~ 40,000 元/月。

## 步驟二

### 請選擇您對於嬰兒餵食在意的因素與程度為何？

請圈選下列考量項目：0 分代表完全不在意，5 分代表非常在意

考量項目	完全不在意 ← 程度 非常在意 →					
	0	1	2	3	4	5
給嬰兒完整的營養	0	1	2	3	4	5
對嬰兒健康的影響	0	1	2	3	4	5
對母親健康的影響	0	1	2	3	4	5
家人對我餵食嬰兒方式的意見	0	1	2	3	4	5
職場對我餵食嬰兒方式的支持	0	1	2	3	4	5
經濟考量	0	1	2	3	4	5
其他：	0	1	2	3	4	5

## 步驟三

### 現在您對嬰兒餵食的認識有多少？

1. 母乳可以減少嬰兒多種急慢性疾病。  對  不對  不確定
2. 哺餵母乳可減少母親得乳癌的機遇。  對  不對  不確定
3. 哺餵母乳可減少產後大出血的機遇。  對  不對  不確定
4. 哺乳初期可能需要專業人員及家人的協助  對  不對  不確定
5. 奶瓶餵食的量應該由嬰兒決定，避免過度餵食。  對  不對  不確定
6. 母乳與配方奶混合餵食不會影響奶水量。  對  不對  不確定

## 步驟四

### 您現在確認好嬰兒餵奶的方式了嗎？ (請勾選您的想法)

選擇一	<input type="checkbox"/>	我已經確認好想要的餵食方式，我決定選擇：(下列擇一) <input type="checkbox"/> 完全哺餵母乳 <input type="checkbox"/> 部分哺餵母乳 <input type="checkbox"/> 完全配方奶餵食
選擇二	<input type="checkbox"/>	我目前還無法決定(下列擇一) <input type="checkbox"/> 我想要再與其他人(包含配偶、家人、朋友或第二意見提供者... )討論我的決定。 <input type="checkbox"/> 對於以上餵食方式，我想再瞭解更多，我的問題有： _____

完成以上評估後，您可以攜帶此份結果與您的醫師討論。

~小兒科、小兒加護暨中重度病房、嬰兒室 關心您的健康~

## 參考資料

1. Abayomi J. Infant formula—evaluating the safety of new ingredients. *Journal of Human Nutrition and Dietetics* 2005; 18(3): 226.
2. Amitay EL, Keinan-Boker L. Breastfeeding and childhood leukemia incidence: a meta-analysis and systematic review. *JAMA pediatrics* 2015; 169(6): e151025.
3. Aune D, Norat T, Romundstad P, Vatten L. Breastfeeding and the maternal risk of type 2 diabetes: A systematic review and dose–response metaanalysis of cohort studies. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases* 2014; 24(2): 107-115.
4. Chowdhury R, Sinha B, Sankar MJ, Taneja S, Bhandari N, Rollins N, Bahl R, Martines J. Breastfeeding and maternal health outcomes: a systematic review and meta-analysis. *ActaPædiatrica* 2015; 104(467):96-113.
5. Horta BL, Loret de Mola C, Victora CG. Breastfeeding and intelligence : a systematic review and meta-analysis. *ActaPaediatrica* 2015;104(S467):14-19.
6. Horta BL, Loret de Mola C, Victora CG. Long-term consequences of breastfeeding on cholesterol, obesity, systolic blood pressure and type 2 diabetes: a systematic review and meta-analysis. *Acta Pædiatrica* 2015 ;104(S467):30-37.
7. Lodge CJ, Bowatte G, Matheson MC, Dharmage SC. The Role of Breastfeeding in Childhood Otitis Media. *Current allergy and asthma reports* 2016; 16(9):68.
8. The American Academy of Pediatrics. Section on Breastfeeding. Breastfeeding and the use of human milk. *Pediatrics* 2012;129(3):e827-41.
9. Ip S, Chung M, Raman G, et al. Breastfeeding and maternal and infant health outcomes in developed countries. *Evidence Report/Technology Assessment (Full Rep)* 2007; 153(153): 1-186.

## 瞭解更多資訊