



www.motherchildren.com

母婴分离时如何实施母乳喂养

苏绍玉



四川大学华西第二医院

WEST CHINA SECOND UNIV HOSPITAL, SU

主要内容

- **母乳喂养的重要性**
- **母婴分离时如何母乳喂养**



母乳—母亲献给宝宝最珍贵的礼物！

一滴母乳拯救一个生命！



母乳喂养是一项医疗措施

Human milk is a medical intervention

母乳不仅仅是食物，还是良药，
可以预防疾病及减少并发症。

WHO调查认为：如果全球所有产妇在产后1小时就开始母乳喂养，每年可以挽救100万新生婴儿的生命。



初乳 — “液体黄金”

- 初乳是指生后最初几天内的乳汁，量少但珍贵无比！最好及时提供给宝宝饮用！
- 初乳含有丰富的分泌性免疫球蛋白A、生长因子、细胞因子、乳铁蛋白、抗炎细胞因子、抗氧化剂和其他保护成分，能为宝宝提供免疫力。
- 初乳中的蛋白质明显高于过渡乳及成熟乳。



初乳

过渡乳

成熟乳



初乳

过渡乳

成熟乳





**世界卫生组织 (WHO)
联合国儿童基金会 (UNICEF)
联合倡议**

每个孩子至少纯母乳喂养6个月

并在添加辅食的基础上坚持哺乳24个月以上



母婴分离应实施母乳喂养

• 母婴分离

- ✓ 初生阶段：宝宝因各种原因如早产、羊水吸入、新生儿黄疸等需要入住新生儿科住院治疗。初生阶段母婴分离下保持泌乳是实施母乳喂养非常重要的第一步。
- ✓ 孩子3—4个月以后：有的母亲需要上班而不能与孩子随时相伴。



母婴分离下如何保持泌乳？

- 母婴分离的产妇，分娩6小时内开始挤奶，每3小时挤一次奶，每次挤奶持续20~30分钟，每天不少于8次，夜间挤奶间隔时间不能超过5小时。
- 母婴分离时保持泌乳的最佳途径为：
双侧电动吸入器同时吸乳，每次吸乳时间15分钟，每天吸乳次数应该8—10次，日间间隔时间不超过3小时，夜间间隔时间不超过5小时。



提高泌乳量

双侧吸乳与负压调节

最大舒适负压

方法：从最小负压逐渐增加，直到感觉稍有不适再回调一格；

作用：保障吸乳量和吸乳舒适度，避免乳头疼痛或损伤。



☞ 一侧手臂固定吸乳配件，腾出另一只手调节吸乳器。

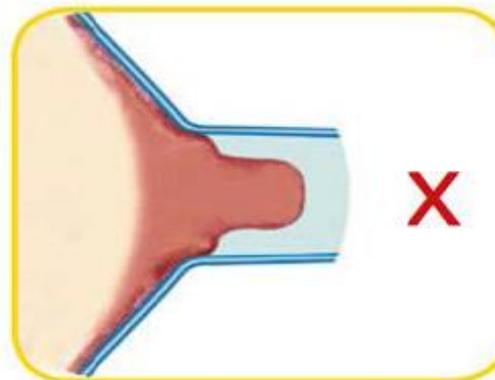
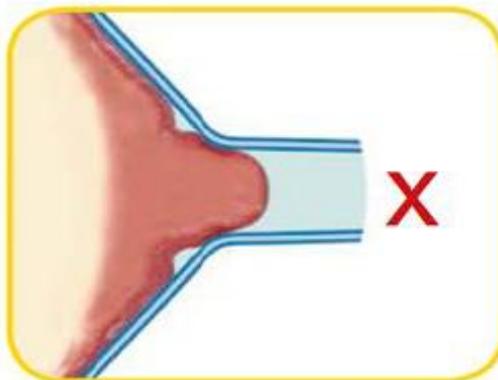
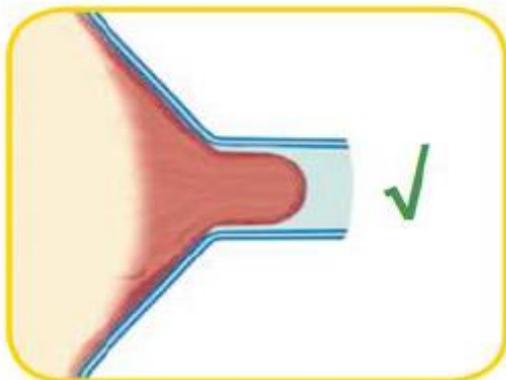
☞ 吸力调节



正确的吸乳

乳头护罩尺寸

正确选择尺寸合适的吸乳护罩，否则容易导致乳头疼痛或泌乳量下降
哺乳期乳头尺寸会有变化，可能需要更换吸乳护罩



佩戴尺寸合适的吸乳护罩尺寸应该：

- 乳头能在管径中自由伸缩
- 拉入少量或不拉入乳晕组织进入管径
- 可以看到乳房随着吸乳节奏轻柔有节律地运动
- 感觉乳房排空
- 没有乳头疼痛



提高泌乳量

吸乳日记：便于跟踪吸乳和泌乳情况

我的吸乳日记

姓名_____ 第____周

Day 1 日期		Day 2 日期		Day 3 日期		Day 4 日期	
吸乳时间	吸乳量	吸乳时间	吸乳量	吸乳时间	吸乳量	吸乳时间	吸乳量
总计:		总计:		总计:		总计:	
Day 5 日期		Day 6 日期		Day 7 日期		小贴士：	
吸乳时间	吸乳量	吸乳时间	吸乳量	吸乳时间	吸乳量	1. 产后 0-4 天吸乳次数预示 6 周泌乳量 2. 母婴分离的泌乳目标：7-14 天达到 500-1000ml 3. 母婴分离时产后 6 小时内尽快吸乳（1 小时内最佳） 4. 双侧吸乳有助于提高泌乳量 5. 8-12 次吸乳有助于增加泌乳 6. 夜间保证一次吸乳	
总计:		总计:		总计:			



泌乳目标量 (产后14天)

- 理想型：
>1000 ml/天
- 早产儿或吸乳器依赖型：
500 ml/天



泌乳量少怎么办？

- **勤吸乳，最好使用双侧电动吸奶器**
- **坚持夜间吸乳**
- **保证充足的睡眠**
- **保持愉悦的心情**
- **自信心很重要**
- **适当的发奶食物、多饮水**



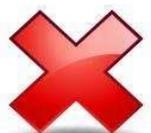
吸乳准备

- **清洁卫生**：洗手、剪指甲、常规清洁乳房
- **吸乳器**：首选双侧电动吸奶器、吸奶器表面清洁、每次用后清洗管道、风干备用
- **盛乳容器**：备好清洁消毒后的正确容器。

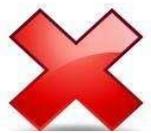


储奶容器的选择

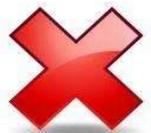
- **首选：有密封盖的聚丙烯(PP)无菌容器**
- **玻璃容器、专用母乳收集袋**



不锈钢容器



聚乙烯保鲜袋



普通收集袋



(吸附较多细胞和活性成分---母乳成分损失)



储奶容器选择不当的后果

选择不当具有潜在的风险

- **物理风险**：储奶瓶、储奶袋破损导致细菌污染。
- **化学风险**：双酚A、塑化剂及其他化学污染
- **生物风险**：吸乳储存加热反复转移奶源导致的细菌污染

推荐集吸乳储存加热喂哺于一体的即用型PP储奶瓶



母乳储存

- 新鲜挤出的母乳最好能立即进行喂养。不能立即喂养的母乳需要正确储存。
- 正确的储存方法为：
 - √ 25度室温 4小时
 - √ 4度以下冷藏室不超过96小时
 - √ 负18度冷冻3月 负20°冷冻6月

专用冰箱保存，不得与食物尤其是生食混放！

母乳的储存及解冻只可以降级保存，不能升级保存。即冷冻—冷藏—室温！



母乳的转运及使用

- 转运母乳时采用隔热密封的冷却容器
- 喂养母乳时新鲜母乳优于冷藏母乳优于冷冻母乳
- 冷冻母乳使用前最好先放在冷藏室解冻
- 母乳使用前加热至37—40度
- 禁止使用微波炉解冻母乳
- 加热后未用完的母乳不能再重复使用（按量分词分装可以避免浪费母乳）



吸乳器的清洁与消毒

- 吸乳器配件应该每天消毒一次。
- 消毒方法：
 - √ 水煮10分钟（水沸腾后计时）
 - √ 或使用微波炉消毒袋进行消毒
 - √ 或在医院消毒供应中心进行高压灭菌消毒
- 错误方法：一般的自来水冲洗（达不到消毒目的）



母乳采集储存使用注意事项

- **预防母乳污染**

- **注意手卫生、乳房清洁、吸乳器配件的消毒后、储奶容器的消毒、冰箱的消毒以及单独冰箱储存**

- **每次采集的乳汁应注明采集时间**

- **千万不要丢弃初乳**



亲母母乳喂养注意事项

- **亲母母乳喂养前不建议常规巴氏消毒！**
- **母乳中的微生物、活性成分对热敏感！**
- **巴氏消毒除了保留母乳中的绝大部分碳水化合物外，蛋白质及总脂肪含量下降，部分活性物质以及全部的细胞成分完全失活！同时巴氏消毒会降低脂肪吸收，使宝宝体重增长更慢！**
- **亲母母乳巴氏消毒并不能降低晚发型败血症风险**



母亲特殊情况下的母乳喂养

- 母亲患传染性疾病

- **甲肝**：急性传染期（黄疸出现前后2周）暂停母乳喂养

- **乙肝**：出生后12小时内规范接种（乙肝疫苗及乙肝免疫球蛋白注射）后母乳喂养

- **丙肝**：HIV（一）无静脉吸毒可母乳喂养



母亲特殊情况下的母乳喂养

- **母亲患传染性疾病**

- **梅毒**：母亲正规治疗、无乳房乳头破损可以母乳喂养。

- **CMV**：健康足月儿可以母乳喂养。 < 32周早产儿目前未达成共识。

- **HIV**：能获得足够奶粉时停止母乳喂养。

- **结核病**：抗结核治疗期间暂停母乳喂养。



Thank you!

用心 / 诚信 / 平等 / 创新

