

母乳最合适早产宝宝

通常早产宝宝需要留在新生儿重症监护病房。对您的宝宝来说最好的食物就是母乳。开始时您的宝宝可能太小，不能适应母乳喂养，但是您可以使用吸奶器收集宝宝所需的所有母乳。您的宝宝可以通过棉棒、喂食管（从鼻腔或口腔进入胃部）、奶瓶来获取母乳。

对早产宝宝来说母乳是最好的食物，因为它：

- 比配方奶更易饮用
- 可以帮助大脑生长发育
- 可以预防严重感染
- 母乳充当早产宝宝的食物兼药物！

如果我的宝宝没有足够的力气吮吸我的乳房，我该如何产出母乳呢？

- 当您的宝宝在医院时，您需要利用吸奶器吸出母乳。
- 每 24 小时利用吸奶器吸奶 8 次或以上。并确保有夜间吸奶。每天吸奶次数越多，您为宝宝提供的母乳就越多。
- 当您去医院看望宝宝时，做“袋鼠”式或“皮肤接触”护理。就是将只穿着纸尿裤的宝宝抱在您袒露的胸前。这种方式有助于您产出更多的乳汁，并且对您和您的宝宝来说都是一种安慰。

我的乳汁足够宝宝生长吗？

- 如果婴儿出生过早，就需要在您的乳汁里添加额外的营养成分。您所在医院的医生和营养学家将帮助决定您的宝宝是否需要以及何时可能会需要更多的营养。

在为宝宝产出母乳方面，我该如何获得帮助？

- 为早产宝宝产出母乳是件不容易的事，但是非常值得！
- 如果您每天吸奶 8 次或以上有困难的话，请咨询您的护士或哺乳顾问。
- 让朋友和家人来帮您做饭或点心、做家务、照顾其他孩子、或是单纯地给予鼓励。

