

哺乳

Breastfeeding

親和點滴

幫助舒緩  
乳房腫痛(一)

乳房脹痛，  
怎麼辦？

寶寶出生約三天內，媽媽會開始“上奶”（即有較多乳汁），若寶寶的吸吮情況不理想，乳汁會滯留在乳房，情況持續會造成腫脹。腫脹的乳房很疼痛，乳汁較難流通。

資訊只供參考，如有疑問，請諮詢您的醫護人員。

資料來源：香港衛生署

Available at [https://www.fhs.gov.hk/tc\\_chi/health\\_info/child/20000.pdf](https://www.fhs.gov.hk/tc_chi/health_info/child/20000.pdf)

Accessed on 14MAR2020

重要聲明：建議在嬰兒出生的首六個月內進行純母乳餵哺，然後引入足夠營養的輔食，以及持續母乳餵哺至兩歲或更長時間。

WYETH® 及惠氏® 為Wyeth LLC.之註冊商標，授權下使用。

[www.wyethnutrition.com.hk/](http://www.wyethnutrition.com.hk/)

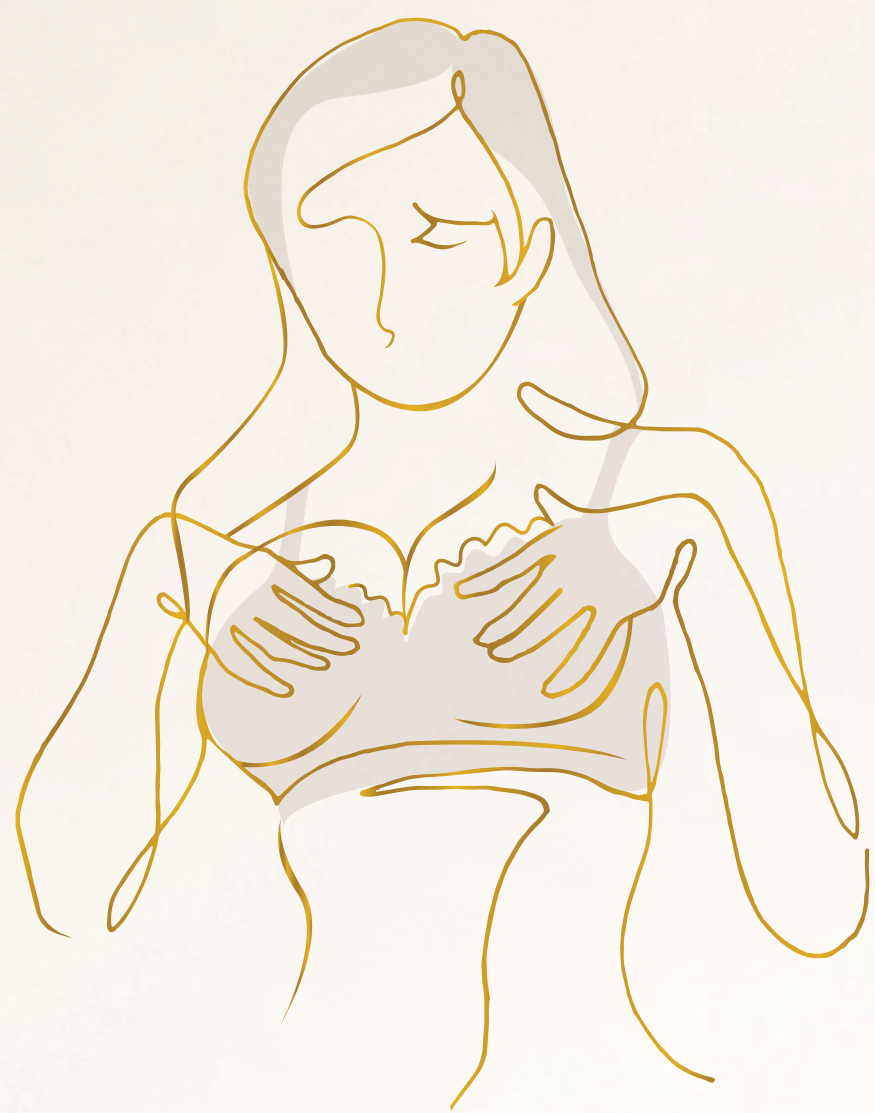
WYE-EM-073-APR-20

Wyeth Nutrition

# 母乳 Breastfeeding 親和點滴

## 幫助舒緩 乳房腫痛(二)

## 乳房 腫脹時:



不要穿上太緊或有鋼線的胸圍，因會阻礙乳汁流出



定時服用止痛藥；常用的撲熱息痛可適用於授乳媽媽，最好於餵哺前45分鐘服用，服用藥物前請先諮詢您的醫護人員。



餵哺後和下一餐之間，可以冷敷乳房，有止痛和消腫的功效，方法可重複使用，不要碰到乳暈便可。

資訊只供參考，如有疑問，請諮詢您的醫護人員。

資料來源：香港衛生署

Available at [https://www.fhs.gov.hk/tc\\_chi/health\\_info/child/20000.pdf](https://www.fhs.gov.hk/tc_chi/health_info/child/20000.pdf)

Accessed on 14MAR2020

重要聲明: 建議在嬰兒出生的首六個月內進行純母乳餵哺，然後引入足夠營養的輔食，以及持續母乳餵哺至兩歲或更長時間。

WYETH® 及惠氏® 為Wyeth LLC.之註冊商標，授權下使用。

[www.wyethnutrition.com.hk/](http://www.wyethnutrition.com.hk/)

WYE-EM-073-APR-20

Wyeth® Nutrition

# 母乳 Breastfeeding 親和點滴

## 餵哺母乳 的疑惑(一)

1.

寶寶滿月後仍有黃疸，我應否改以配方奶餵哺他？



一般母乳餵哺的寶寶，黃疸會持續更久，稱為「母乳性黃疸」。雖然轉吃配方奶可令「母乳性黃疸」快些減退，但實際上並無需要。因為「母乳性黃疸」程度溫和，並會於兩至三個月內自然消退，對寶寶身體及腦部發展不會構成影響。請諮詢您的醫護人員了解更多。

2.

媽媽服用藥物時，需要停止餵哺母乳或棄掉擠出的母乳嗎？



大部分的藥物如傷風感冒藥、止痛藥、抗生素等，都是與母乳兼容的。但一些抗癌、輻射性或免疫抑制的藥物，則絕對不適宜母乳餵哺。假若媽媽是因為傷風感冒等需要服藥，只有很少量藥物會排於乳汁內。

\* 授乳中媽媽請告知醫護人員正餵哺母乳，以確保處方適當藥物。

資訊只供參考，如有疑問，請諮詢您的醫護人員。

資料來源：香港衛生署

Available at [https://www.fhs.gov.hk/tc\\_chi/health\\_info/child/20000.pdf](https://www.fhs.gov.hk/tc_chi/health_info/child/20000.pdf)

Accessed on 14MAR2020

重要聲明：建議在嬰兒出生的首六個月內進行純母乳餵哺，然後引入足夠營養的輔食，以及持續母乳餵哺至兩歲或更長時間。

WYETH® 及惠氏® 為Wyeth LLC.之註冊商標，授權下使用。

[www.wyethnutrition.com.hk/](http://www.wyethnutrition.com.hk/)

WYE-EM-073-APR-20

Wyeth Nutrition



# 哺育乳

## Breastfeeding

親和點滴

### 餵哺母乳 的疑惑(二)

3.

寶寶吸吮乳房  
後仍哭鬧，是否我的  
母乳不足夠？



哭鬧是寶寶發出的信號，當中包括很多原因，例如：感到骯髒、太熱、太冷、疲倦、生病、腹絞痛等，都會令他覺得不舒服而哭鬧。有時也可能是鬧着要別人陪伴，不一定代表肚子餓或媽媽不夠奶。

資訊只供參考，如有疑問，請諮詢您的醫護人員。

資料來源：香港衛生署

Available at [https://www.fhs.gov.hk/tc\\_chi/health\\_info/child/20000.pdf](https://www.fhs.gov.hk/tc_chi/health_info/child/20000.pdf)

Accessed on 14MAR2020

重要聲明：建議在嬰兒出生的首六個月內進行純母乳餵哺，然後引入足夠營養的輔食，以及持續母乳餵哺至兩歲或更長時間。

WYETH® 及惠氏® 為Wyeth LLC.之註冊商標，授權下使用。

[www.wyethnutrition.com.hk/](http://www.wyethnutrition.com.hk/)

WYE-EM-073-APR-20

Wyeth® Nutrition