



# 母嬰親善 環境的推動

母嬰親善醫院是一個全球運動，由世界衛生組織及聯合國兒童基金會發起，希望能提升母乳哺餵，支持最好的嬰兒餵食法。對父母來說，新生命的降臨是溫馨而充滿期待的，哺育母乳時的肌膚接觸，正是滿足寶寶被愛及安全最直接的方​​式，同時也是建立親子關係最好的時機。

文 / 王曉萍

國泰綜合醫院婦產科專科護理師

自2004年起國泰綜合醫院婦產科積極推動營造一個母嬰親善的環境，母嬰親善環境即是讓希望哺乳的媽媽隨時都能得到所需的協助，並且讓媽媽有權利在任何場所享有免受干擾的福利與尊重，可以依寶寶的需求給予哺育母乳，提高媽媽成功的哺餵母乳；也藉由餵哺母乳，提供寶寶最完善的呵護，讓寶寶有個美好的人生起點，也使媽媽以乳汁傳播愛，達到人生自我實現的目標。

## 孕期準備

在孕期開始，孕媽媽可以建立親子共讀的習慣。在懷孕期中藉由繪本書籍的閱讀朗誦，寶寶可以感受到您閱讀時的情緒及聲音共鳴。懷孕開始的12週起，護理人員會向孕媽媽介紹醫院為母嬰親善醫院，且會與孕媽媽討論哺乳與育兒的想法與意願。懷孕第28週開始由門診護理人員給予有關哺餵的指導，包括：教導如何抱寶寶，依照嬰兒的需求哺乳，不限制哺餵

母乳的時間及次數，非醫療需要不添加母乳以外的飲食、不用奶瓶及奶嘴，及執行親子同室等。讓孕產婦及家屬了解哺餵母乳的重要性，建立其純哺乳的信心。定期舉辦媽媽教室，由醫護人員詳細講解各種懷孕期間會遇到的狀況，鼓勵產婦及家屬參加。

### 產中的接觸

不論是陰道分娩或是剖腹生產，評估母嬰情況許可下，立即協助「skin to skin」的肌膚接觸，新生兒若出現飢餓線索，依循媽媽的味道，也藉由醫護人員協助，自己找尋母親的乳房吸吮，促進乳汁分泌，不限制不催促母嬰接觸的時間，讓新生兒及母親有充分的時間，享受初見面的接觸。

### 產後的照護

寶寶經小兒科醫師檢查情況正常，如果產婦願意，即可施行親子同室；鼓勵產婦一家人共同參與母嬰陪伴與支持照顧，才能讓產婦得到適當喘息機會，家人的支持系統對母嬰的照護及母乳的哺餵是很重要的。藉由親子同室期間，隨時可以觀察到寶寶想喝奶的行為，也可以觀察了解寶寶的作息及學習如何照顧寶寶，讓寶寶及母親有更多的肌膚接觸，促進寶寶的安全感，減少哭鬧，增加親子間的依附關係。

親子同室期間，醫院有嚴格的感染管制政策及母嬰安全政策，母親與家人不需擔心感染問題，且我們重視安全措施母嬰同室不同床室，嬰兒室及產後病房護理人員會定時至產婦床邊巡視，以了解嬰兒狀況及哺餵情形；整個在院期間皆有專業護理人員在旁指導及協助產婦如何哺餵母乳、維持泌乳及儲存奶水等相關知識及技巧。

### 產後返家

返家後持續的哺餵母乳是必要的，當然最好的哺餵方式是親餵，但當母親無法親自哺乳時(如母嬰分離、上班)，產婦可以擠出乳汁，正確儲存乳汁，這些在離院前醫護人員皆會教導，我們也提供產婦嬰兒餵食計畫及尋求幫助的團體與諮詢電話，並提供醫院母乳哺育免費諮詢服務，母親能夠電詢或親洽院所，獲得協助，醫護人員也會致電母親，探詢持續哺餵的情形，更可轉介支持團體，提供母親們互助分享哺乳經驗。

多年來國泰綜合醫院致力於母嬰親善環境的推動，盡力做好親善環境的要求，以幫助產婦成功哺餵母乳，期能提供給媽媽母乳哺育的專業資源，促進媽媽及寶寶更健康。