

擠奶方法及母奶袋使用

國泰綜合醫院 小兒科 護理部編印 著作權人：國泰綜合醫院
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

■ 前言

寶寶因疾病住院或有些情況無法親自哺餵母乳，只能將母乳擠出，貯存起來間接讓寶寶食用。這時寶寶與母親分離，乳汁的分泌若未能經常擠出，則分泌易受影響，尤其晚上更需將乳汁擠出（因為泌乳素的分泌晚上較白天多）。且母乳中含有許多營養素與免疫物質，對於寶寶成長有許多助益。

■ 擠奶時的注意事項

- 以肥皂及清水洗手，注意指甲縫的清潔。
- 以清水清洗或擦拭乳頭及乳暈，勿用肥皂等清潔劑。（如每天洗澡則此步驟省略）
- 不要碰到擠奶器和奶瓶的內側（擠奶器和奶瓶務必要消毒）。
- 以手擠出頭幾滴的乳汁並丟棄。

■ 擠奶的方法

■ 用手擠奶



■ 用手動擠奶器擠奶



◆ 輕輕地將栓塞拉出

■ 電動擠奶器



◆ 胸護罩務必靠緊乳房

■ 奶袋使用方法



■ 撕開奶袋藍色硬條上方透明部分的裂口。



■ 在藍色硬條部分左右扭動，向內擠壓。



■ 在透明袋部分先用手指拉開奶袋口，再用另一手固定奶袋藍色硬條部分，即可將母乳灌入奶袋。

■ 注意：勿用手指放入奶袋，或吹氣撐開奶袋。



■ 請將奶袋放於比奶袋大的容器中，然後將母乳倒入。

■ 注意：不同溫度的母乳請勿倒入同一奶袋內。



■將奶袋中的空氣擠出，然後將藍色硬條反折黏於後面的膠帶上。

■注意：倒入的量離封口請留1~2cm 距離，避免解凍時奶袋破裂。



■在標籤上填入姓名、擠奶日期、時間，貼於奶袋上。請盡快冷藏。

■ 奶袋使用的注意事項

- 奶袋應使用後即丟棄，請勿重覆使用。
- 請勿將解凍後之母乳再重新冷凍。
- 冷藏之母乳，可保存5天，冷凍室3~4個月，攝氏-18度之冷凍室可儲存6~12個月。
- 由於新生兒的抵抗力較弱，處理時請格外注意衛生，同時在使用奶袋前先用肥皂洗手。
- 冷凍的母乳建議先放冷藏退冰，再隔水加熱（水溫需低於攝氏60度），請勿採微波解凍。

■ 奶袋的儲存

- 採漸進式的冷藏，先置冷藏室降溫，再置冷凍庫冷凍。
- 奶袋的放置應採取"直立式"的放置方式。

■ 奶袋的運送過程

應將冷凍的母袋放置於可冷凍效果的容器中(例：冰桶、攜帶式小冰箱...等)，使冷凍母奶袋不會解凍；至醫院後交給護理人員，由護理人員將冷凍母奶袋繼續冷凍保存，並於解凍後餵食。

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院 (02)27082121 嬰兒室 轉 3555

婦產科病房 轉 5501

兒科加護病房 轉 6555

汐止國泰綜合醫院(02)27082121 嬰兒室 轉 2621-2

我們將竭誠為您服務！

國泰綜合醫院 關心您！

AD100.300.2023.04 九修