文章

從容嘗試親餵轉瓶餵，育兒一樣自在美好

5 月 26, 2021

0 MIN

母愛蘊藏世界上最偉大的力量，看著寶貝一天天成長，天真可愛的笑顏，就是最療癒人心的畫面。或許因為重返職場或其他原因，讓妳必須面臨親餵或瓶餵母乳的抉擇，媽咪的愛仍會點點滴滴透過母乳，向孩子傳遞最真摯的情感。

基於某些因素必須由親餵轉成瓶餵，雖然更換了哺餵方式，透過適當瓶餵抱姿、拍嗝、調整餵奶時間，一樣能夠順利哺餵，母嬰也繼續享受美好的親密時光。

跟著做，親餵銜接瓶餵更順利！

身為母親，總是一心想要給寶寶最好的。但若因為重返職場或其他因素而必須親餵轉瓶餵母乳，親愛的妳也別太擔心，瓶餵並非意謂著無法繼續親自哺餵母乳，只是更換了接觸方式，寶寶依舊能享受母乳帶來的營養。

想要幫助寶寶順利從親餵銜接適應瓶餵，妳可以這麼做：

◎切分餵奶的時間與方式

將餵奶時間切分成兩段，前段先親餵，後段再以奶瓶餵食先前擠出並加溫過的母乳30-60c.c.□兩種哺餵方式交替，若瓶餵結束寶寶還沒吃飽，再改回親餵繼續哺乳，有助寶寶適應奶瓶時更有耐心。



◎隔水加溫擠出的母乳

擠出的母乳應冷藏或冷凍保存，並在餵食前解凍或回溫至室溫微涼狀態，再以流動的溫熱水隔水加熱，使母乳接近人體的自然溫度，以不超過體溫為宜□NG作法是用微波爐加熱，這樣很可能造成加熱不均，導致餵食時燙傷寶寶口腔！



◎適當的瓶餵抱姿

媽咪環抱著寶寶，讓寶寶保持半傾斜姿勢，水平方向手持奶瓶，稍微傾斜瓶身使母乳注滿奶嘴，如此才能讓寶寶每口都吃到奶同時避免吸入空氣，抱姿手勢一切準備就緒，接著便以奶嘴輕碰寶寶臉頰，寶寶便會本能的張嘴轉向你，樣子可愛極了！

◎中場休息進行拍嗝

寶寶每喝30-45c.c.的奶，或是把奶嘴推開、把頭轉向，這時都可先暫停為寶寶拍嗝——媽咪採坐姿，將寶寶抱在大腿上，一手扶在寶寶胸前，支撐頭頸部和上半身，讓寶寶稍微前傾輕拍背部；或者讓寶寶的下巴輕靠妳的肩頭，一樣輕拍背部至打嗝。

拍嗝有助減少溢奶或胃脹氣不適，拍嗝後如果寶寶仍繼續將奶嘴奶瓶推開，就表示已經吃飽了唷！

透過哺乳，營造親密美好的親子時光

當然，無論親餵或瓶餵，「媽媽舒服，寶寶才會舒服」絕對是不變的抱姿原則。練習瓶餵時，媽咪應採取舒適的坐姿，手肘下墊個枕頭或倚靠扶手，手持奶瓶隨時注意寶寶的吞嚥狀況，如果手痠累了，適時換邊也沒關係。

喝奶的同時，可以和寶貝溫柔說話、輕拍，並保持目光接觸。假使寶寶仍抗拒奶瓶，那就暫時恢復親餵吧！不需要因此感到沮喪，下一次再繼續嘗試就好，甚至不妨換人幫寶寶餵奶，有時孩子由母親以外的其他人餵奶，反而更容易接受瓶餵呢！

立即分享