早產兒居家照護秘訣
文章

早產或低體重寶寶哺育大哉問

二月 13, 2021

1 MIN



如何餵食早產或低體重寶寶？

最佳的餵食方式是「需求性餵食」，也就是依照寶寶的生理時鐘予以哺餵，並且按照寶寶能接受的餵食量適量給予。初期因寶寶吸吮能力較弱，若以奶瓶餵養應選擇質軟、中號、圓洞的奶嘴為佳。欲增加奶量時，一次以5~10毫升為宜，但需先觀察寶寶有無腹脹、嘔吐情形，依照寶寶需要，不強迫餵食。



餵食時應注意事項?

寶寶進食特性由於生理發展尚未成熟，餵食過程中相對容易嗆到或有胃食道逆流的問題，餵奶時可採取少量多餐分段餵食，並注意早產兒的口鼻周圍膚色及唇色，若有顏色發青發紫，必須先停止餵奶並輕拍背部，待膚色及唇色恢復正常後再繼續餵奶。餵奶時寶寶上半身呈45度為較佳的姿勢，切勿平躺餵奶，待餵完奶將嬰兒直立抱5~10分鐘；若有吸入氣體，比較容易自動排出。



寶寶嗆奶時的處理方法?

發生嗆奶時應停止餵食，並將頭側一邊，讓奶水留出以乾淨手巾擦拭或使用吸球，將口鼻內的奶水清除乾淨，一般嗆奶只需移除口中奶水，並以適度力量輕拍背部至呼吸平順、膚色恢復紅潤即可繼續餵奶，或休息一下再繼續。餵奶過程中，萬一寶寶咳嗽後呼吸暫停，可以輕搓寶寶背部或輕彈腳底，以刺激呼吸。餵食結束後不管有無打嗝，都應墊高嬰兒頭部，右側臥30分鐘以預防溢奶所引發的嗆奶。另外，若以奶瓶哺餵，可將奶瓶倒放，看是否奶水滴下來的速度為每秒一滴，若呈一直線，則代表奶洞太大，容易嗆奶。

早產或低體重寶貝應儘可能哺餵純母乳至少至矯正年齡六個月，體重低於正常值的早產兒在出院後，應依循醫師建議以母乳輔以添加額外營養，才能供應足夠營養維持正常生長。如果因特殊緣故無法哺育母乳時，可考慮向母乳庫申請，或聽從醫師建議使用替代方式餵哺。

重要聲明:

懷孕期間及分娩後攝取營養均衡的飲食，可幫助支持母乳餵哺。 寶寶出生後前6個月建議以純母乳餵哺，爾後應給予充足且營養的副食品，配合持續的母乳餵哺直到寶寶2歲及以上。