早產兒居家照護秘訣
文章

早產或低體重寶寶總是好難餵怎麼辦？

二月 13，2021

1 MIN



寶寶便祕，消化不順！

早產寶寶的腸胃蠕動較為緩慢，若寶寶大便性狀不硬，即使數天才解一次大便，若是寶寶沒有不舒適的表現，則無需太過擔心。建議媽咪多觀察寶寶的大便，若發現質地變硬、堅實，大便次數明顯減少，甚至數天未解大便，建議諮詢兒科醫師協助排除飲食引起的問題或提供解便的輔助方法。



寶寶溢奶，好難餵！

早產寶寶因為食道的肌肉力量不足，容易造成溢奶或胃食道回流，但隨著年齡增加會逐漸好轉，少量多餐、坐臥方式緩慢餵食，於餵食後趴臥或右側臥幫助胃的排空可以減低溢奶狀況，若發現溢奶

量明顯增加而影響整體奶量，建議諮詢兒科醫師討論調整適合寶寶的飲食計畫。

對於早產或低體重寶寶脆弱的消化能力，純母乳哺餵是最好的解決辦法，與牛奶、一般食物相比，母乳的蛋白質分子較小，讓寶寶免於消化不適應的問題。另外，母乳蛋白質的組成以乳清蛋白為主，相較於一般牛奶是以酪蛋白為主，乳清蛋白對寶寶來說更好消化利用，幫助縮短胃的排空時間。

早產或低體重寶寶出院後的營養至關重要，任何關於飲食上的調整或相關疑問，請務必諮詢專業兒科醫師。

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。