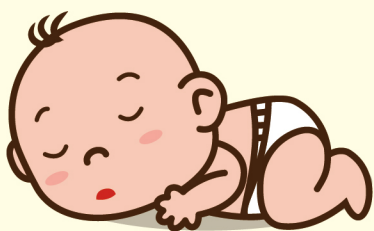


# 增加 奶水分泌 方法



- 一、產後**盡早**肌膚接觸。
- 二、產後**盡早**哺餵母乳。
- 三、依寶寶需求**不限時間勤哺乳**。
- 四、產後實施**二十四小時親子同室**，有助於依寶寶需求哺餵。
- 五、非醫療必要，除母乳外，**避免**配方奶補充。
- 六、當寶寶不在身邊，可手或擠奶器將**乳汁有效移除**，維持乳汁分泌。
- 七、確保**寶寶含乳正確**有吃到奶水。
- 八、親餵一邊乳房後，寶寶還有需求可再餵另一邊。
- 九、住院期間限制訪客，**維持充足的睡眠**。
- 十、**保持愉快心情**，有哺乳困難隨時求援。



本院諮詢專線：**04-26581122**

