



哺乳媽咪

乳 妳所願錦囊

輕鬆哺乳 媽咪樂逍遙

母乳 天然 尚好

1 對寶寶好 嬰兒期營養的黃金標準=母乳！



量好質佳
容易吸收



抗菌因子多
寶寶生病少



過敏風險低



營養完整
量身定做



寶寶不易胖

母乳 天然 尚好

2 對媽媽好



減少罹患卵巢癌
及乳癌的風險



完全哺餵母乳6個月
自然避孕效果好



產後出血減少



維持身材好妙方



母乳 天然人尚好

3 對家庭好



方便：
全程親餵、想餵就餵



經濟：
節省配方奶支出



4 對地球好



多一口母乳
少一口二氧化碳



地球多綠化
少暖化！



給心愛的寶貝
一個綠色地球

母乳哺育越早越好

最佳純母乳哺育期

從出生純母乳哺育至少六個月，
再添加適當的副食品，
持續哺餵到2歲以上。



影音推薦：
母乳哺育-越早越好篇



母乳哺育錦囊妙計

新生兒爸爸、媽媽邊看邊學習



母乳哺育教學影片

新生兒含乳技巧

嬰兒貼近乳房
嘴巴張大含住乳房



媽媽親餵姿勢

媽媽緊靠椅背 雙肩放鬆
手肘有支托物支撐不可懸空



雲端好孕守 (暨母乳一指通)行動APP

資訊查詢

查詢母乳哺育、寶寶照護
等孕產知識與資源



掃 QR code 下載APP



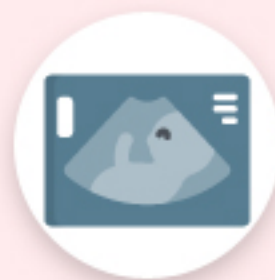
Android



iOS

孕產關懷

建立孕程量測紀錄、
曲線圖管理及產檢提醒



雲端照護

透過孕產關懷諮詢
專線與網站進一步
詢問相關問題。

寶寶照護

建立寶寶飲食、過敏及
排泄紀錄、成長曲線圖
管理及接種疫苗提醒。



就醫好幫手

可搜尋公共哺乳室(含哺集乳室)
資訊並輔以Google Map導航功能。



雲端好孕守_哺集乳室資源

出外趴趴走也可以輕鬆餵母乳

就醫好幫手



爸爸媽媽外出可透過APP【就醫好幫手】功能搜尋(含哺集乳室)資訊並輔以Google Map導航功能。



母嬰親善
醫療院所名單

✓ 全程親餵最輕鬆

✓ 逛街旅遊沒煩惱



有設置哺集乳室之
場所名單



母乳哺育-公共場所篇
(影音推薦)

多元化資源



孕產婦關懷專線
0800-870870

(0800－國語諧音：
抱緊您抱緊您)



國民健康署
孕產婦關懷網站

孕產知識/產檢管理
健康管理/媽媽日記



孕產婦關懷粉絲團



國民健康署
健康九九網站
媽咪好孕館

專文介紹/HOT 宣導品
影音專區/網站芳鄰

重點回顧



母乳哺育好處多多：
對寶寶好、媽媽好、
家庭好、地球好。



世界衛生組織建議，
純母乳哺育至少六個
月，其後添加適當的
副食品，持續母乳哺
育至兒童2歲或2歲以
上。



鼓勵家人一同支持產
婦選擇哺餵母乳，並
且提供產婦心靈與生
活上的行動支持。



國民健康署透過雲端
照護提供哺乳媽媽具
體指導及多元支持輔
助資源。



好站與相關資源推薦：



國民健康署
孕產婦關懷網站



國民健康署
健康九九網站
媽咪好孕館



超級哺乳爸爸
的祕密筆記