

学术界

跨越一系列学科，通过对研究结果进行教育、研究和传播，在促进、支持及提倡母乳喂养方面扮演关键角色。

母乳喂养 的好处

母乳喂养非常重要，因为它在以低成本方式为婴儿提供最好的营养。它可以短期或长期地保护婴儿免受常见疾病的困扰。它还能降低母亲罹患癌症及其他疾病的风险。对于家庭和国家来说，放弃母乳喂养的代价是巨大的。母乳哺育还是一个气候智能的决策，并是可持续性发展目标的关键因素。

世界卫生组织和联合国儿童基金会建议：

- ▶ 在婴儿出生后1小时内尽早开始母乳喂养。
- ▶ 出生后6个月内纯母乳喂养。
- ▶ 之后继续母乳喂养至2岁及以上，并在满6个月之后开始添加有足够营养的、安全的辅助(固体)食物。



www.waba.org.my/warm-chain/

支持母乳喂养的暖链：暖链将母婴置于核心位置并伴随着生命最初的1,000天。通过协调各个级别的工作，努力将不同的角色联系起来，以提供持续的照护。暖链中的每个角色或环节本身可能已经属于某个现有的项目。通过贯穿暖链之中的一致信息和恰当的转介系统，母婴将会因为接受持续的支持和熟练的协助而受益。如此，所有的母亲都会因为一次满意而有效的哺乳经历而获得赋能。

作为一位学者，您可以通过很多方式支持母乳喂养

1. 确保您的机构所教授的课程包含适合与充分的母乳喂养信息。
2. 优先进行母乳喂养方面的研究。
3. 针对母乳喂养的研究证据，应尽可能将其传播给相关利益者和公众，以及指导相关的实践。
4. 在政策上为母亲们赋能，让她们可以兼容母乳喂养和工作。
5. 与其他人协同合作，确保实现对母婴照护的持续性。
6. 不要接受任何公司提供的礼物、试用装、赞助或者展示婴儿配方奶、奶瓶以及奶嘴。
7. 您还可以从哪些方面保护、促进并支持母乳喂养呢？



World Alliance for Breastfeeding Action (WABA)



这张卡片是与爱尔兰皇家外科医学院 (RCSI) 和都柏林大学 (UCD) 马来西亚分校共同制作的。



www.waba.org.my/warm-chain/