

認證泌乳顧問

擔任多領域角色，涵蓋一般哺乳支援及連結醫療照護。有助母嬰從產前、生產到產後的生存、健康和福祉。

母乳哺育 的好處

母乳哺育很重要，因為這是提供嬰兒最佳營養的省錢方式。母乳哺育保護嬰兒，對抗短期和長期的疾病。也可降低母親罹患癌症和其它疾病的風險。未能母乳哺育所帶來的開銷，對家庭和國家都是一項龐大的支出。母乳哺育也是一項聰明因應氣候變化的選擇，及達到永續發展目標的關鍵。

WHO（世界衛生組織）和 UNICEF（聯合國兒童基金會）的建議如下：

- ▶ 應於嬰兒出生後的一小時之內開始哺餵母乳。
- ▶ 在嬰兒滿六個月前，純母乳哺育。
- ▶ 以母乳持續餵哺嬰兒至2歲或更久；在嬰兒6個月大時開始加入適量且安全的（固體）副食品。



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

支持母乳哺育的「暖鏈」：「暖鏈」將母嬰視為核心，並遵循頭1000日的時程表。致力透過連結不同角色的參與，協調各式資源參與以提供持續照護。「暖鏈」中每一位參與人或每一種連繫可能已是現有計劃，如：愛嬰醫院倡議或是社區保健計畫的一份子。憑藉「暖鏈」內的一致訊息和適當轉介制度，母親和嬰兒都可以在持續支持和專業協助中受惠。然後，所有的母親都得到更滿意和更有效的哺乳經驗。「暖鏈」將有助於建立哺乳的有利環境，並保護其不受商業的影響。

身為認證泌乳顧問，你可以透過多種方式支持母乳哺育

1. 讓母親有能力實現她的哺乳目標，協助她解決任何難題。
 2. 提供泌乳科學與哺乳臨床管理的資訊和訓練。
 3. 在母親哺乳過程中提供專業泌乳支持，並幫助她們克服困難。
 4. 採取全觀的健康模式監測，觀察（嬰兒的）成長和發展，以及（母親的）健康和福祉。
 5. 促進計劃、研究和政策的發展以支持母乳哺育和泌乳。
 6. 提供各種策略，幫助母親兼顧工作與母乳哺育。
 7. 與其他人士合作，確保母嬰在哺乳期間得到持續照護。
 8. 確保遵循《國際母乳代用品銷售守則》。
 9. 你還可以通過其他什麼方式保護、推廣，與支持母乳哺育呢？
-
-
-
-



World Alliance for Breastfeeding Action (WABA)



本卡片是和國際泌乳顧問協會聯同研發。



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