

真的假不了 母乳、配方乳哪個好？

[發表醫師] :何文佑 醫師(小兒科)

[發布日期] :2010/1/11

牛乳配方已經很不錯，但在許多方面，配方奶無法模擬母乳。母乳仍然是嬰兒，尤其是早產兒的最佳食品，歸納母乳各方面的優點：

一、人體防衛：許多人體防衛因子，存在母乳中，能不被消化酶破壞，在胃腸道、呼吸道發揮作用。這當中包括了：

- *Lactoferrin 有抑制攝取鐵質繁殖的細菌，也可能與其他蛋白質一起發揮抗菌作用。
- *Lysozyme 能溶解細菌的細胞壁。
- *SIgA 是分泌型免疫球蛋白，在呼吸道與胃腸道，直接抵抗入侵的外來病原體。
- *母乳中的 lipase 未被加熱破壞而在腸道發生防止病原體黏附的作用。
- *寡糖(oligosaccharides)有利於益生菌 lactobacillus species 的生長，寡糖與一些 glycoproteins 能模仿細菌搶奪其黏附在黏膜接受器防止疾病的發生。
- *白血球在母乳中很多是吞噬細胞與淋巴球，都是很好的防衛細胞。

二、認知，生長和視覺

母乳中的長鏈脂肪酸，衍化而成的 arachidonic 與 docosahexaenic acid (AA 與 DHA)是孩子認知，生長和視覺的發展重要因子。

三、其他優點

母乳除了上述優點之，其他如碳水化合物，礦物質，維他命的含量都很適當也含多重賀爾蒙，如可體松，生長激素，神經生長因子與上皮細胞生長因子等胃腸道生長與神經的發展十分重要

四、新手媽媽餵母乳的常問問題

1. 什麼情況影響母乳分泌：

*嬰兒開始吃副食品，母乳需求減少。

*母親抽菸，影響 prolactin 分泌

*擠壓取得母乳，不予吸吮

*使用口服避孕藥

2. 還在哺乳期，母親如何的補：

一般婦女，並非極度缺乏營養，不需要特別的補，一般均衡飲食就可以了，吃素者也可以母乳哺育。

3. 嬰兒黃疸是否要停餵母乳？

嬰兒黃疸第一個星期達到最高點，主要是母乳分泌上未上軌道，嬰兒吃得的不好有關，母親可增加哺育次數，若仍然母乳不足，可以考慮添加配方奶，喝開水可能影響嬰兒胃口，也不是降低黃疸的方法，停餵母乳兩三天再餵或住院使用照光治療僅偶然需要一般並不建議。

4. 母體疾病可傳給嬰兒嗎？

應停餵母乳的疾病：a. 疱疹長在乳頭上； b. 愛滋病； c. 結核長在乳頭上； d. 乳頭化膿。

仍可繼續餵母乳的疾病： a. 巨涵體病毒感染；b. 活動型肺結核治療中（戴口罩），流行性感冒（戴口罩）；c. 德國麻疹。

5. 母親吃藥，會傷害嬰兒嗎？

應停餵母乳的藥物：a. 抗癌化學藥物；b. 放射性同位素； c. 毒品； d. 抑制母乳分泌的藥物。

可考慮停餵母乳的藥物：a. 抗癲癇藥物；b. 大量抗組織胺； c. 磺胺類藥物。

6. 母親喝酒與喝咖啡可繼續餵母乳嗎？

只要是少量，都可以的。

!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。