

# 母乳喂养



是很重要的

母乳是完美的食物，里面有婴儿需要的很多有益物质。

## 每一盎司都是重要的！

母乳喂养的婴儿得下列疾病的危险性较小：

- 便秘，腹泻，急腹痛及呕吐。
- 哮喘，过敏及湿疹。
- 耳朵感染，感冒及肺炎。
- SIDS（婴儿猝死症群）。
- 肥胖及糖尿病。
- 儿童期癌症。

### 母乳喂养的母亲会：

- 更快的减轻怀孕体重。
- 提高母体对癌症及糖尿病的保护。
- 省钱；每年奶粉花费会超过\$1500。
- 减轻得产后抑郁症的风险。
- 在产后更快恢复。
- 节省准备奶粉或清洁奶瓶的时间。

### 问与答

问：为什么WIC提供奶粉？

答：WIC提倡母乳喂养婴儿，但是如果需要的话可以供给奶粉。WIC认为母乳是给婴儿的最好食物，并会帮助您达到您母乳喂养的目标。母乳喂养的妈妈和婴儿每月会从WIC获得更多食物。

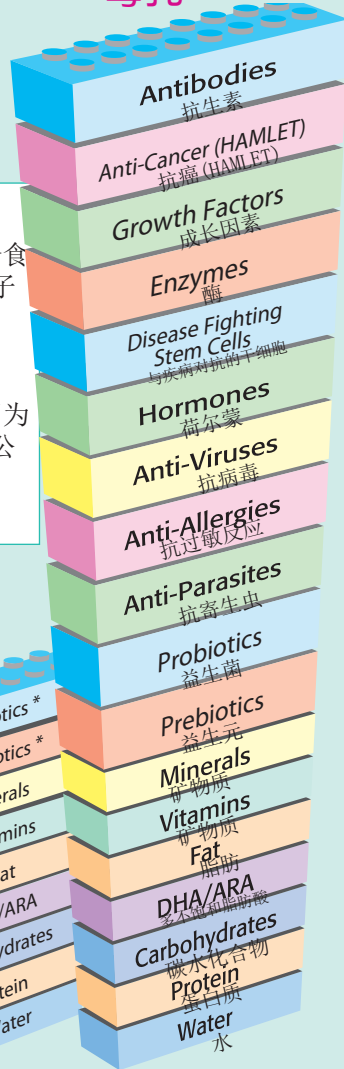
问：如果母乳喂养同时喂奶粉，我的孩子不是会得到两种喂养方法的好处吗？

答：母乳里含有更多帮助您孩子健康和强壮的成分（参看对照图表）。奶粉不能提供婴儿免疫保护让他们不要生病。同时，在您孩子饮食中加入奶粉就意味着减少母乳，这会降低您的乳量。

问：为什么医院给我带奶粉回家？

答：奶粉公司通过给免费的试样以推广鼓励妇女使用他们的产品。告诉医院您在母乳喂养，并不需要奶粉。

### 母乳



### 奶粉的费用是多少？

奶粉喂养会费钱。WIC是一个食物辅助计划，不会提供您孩子的所有奶粉所需费用。但是，真正的花费会体现在：  
-您孩子的健康  
-带孩子去看医生，以及您因为孩子生病的缘故而不得不向公司请假。

### 婴儿奶粉

\*不是所有的奶粉含有益生菌或益生元  
加州WIC项目所做的图表

### 美国儿科学会推荐

- 婴儿应该在6个月前只提供给母乳，并在6个月至1岁或更长时间内提供母乳及适当的固体食物。
- 婴儿应该在出生后立刻和母亲皮肤贴皮肤，这样会帮助母乳喂养有个良好的开始。

MISSOURI DEPARTMENT OF HEALTH AND SENIOR SERVICES  
WIC and Nutrition Services  
P.O. Box 570 Jefferson City, MO 65102-0570 573-751-6204  
提供均等机会的雇主。在非歧视的基础上提供服务。

[health.mo.gov/wic](http://health.mo.gov/wic)