



Simplified Chinese

母乳喂养 - 有什么新鲜事?

澳大利亚母乳喂养顾问 (Dr Robyn Thompson) 提出了一种新的母乳喂养方法，能减少疼痛和乳头损伤。

Mater 母婴医院的助产术研究组正在试用这种母乳喂养方法，并正在培训助产士和哺乳顾问护士母乳喂养教育方案，以熟练掌握汤普森哺乳法。

助产术研究组会使用通过常规途径收集产妇的非实名资料，看看这种新方法是否能减少并发症和提高母乳喂养率。

Professor Sue Kildea
Midwifery Research
Unit Mater Research
Institute - University
Queensland Phone:
(07) 3163 6388

Project_The Thompson
HREC/16/MHS/77_Poster V2_Feb 2017



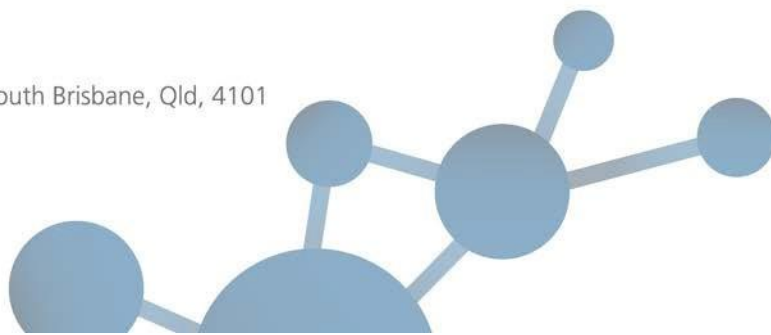
© Mater Medical Research Institute ABN 28 109 834 719.

Head office: Level 3 Aubigny Place, Raymond Terrace, South Brisbane, Qld, 4101

P +61 7 3163 2555

F +61 7 3163 2550

materresearch.org.au



汤普森哺乳法

- **摇篮抱姿：**让孩子舒适地躺在你的手臂上，肘部放松的垂放在你身旁
- **先喂的一侧乳房：**转动孩子，使婴儿的脸面向乳房
- **调整宝宝的位子：**宝宝的嘴唇和母亲的乳头在相同水平位置
- **宝宝自动调整吸食位置：**伸出舌头、嘴巴张开到自然宽度，吸入乳头和周边组织
- **脸与乳房的对称（4点对称）：**鼻子，下巴和双颊与乳房无间隙接触
- **微调鼻子和下巴的位置：**把婴儿的脸稍微向左或向右移动，来调整鼻子和下巴和母亲乳房的接触点
- **微调双颊的位置：**稍微调整婴儿的身体位置，以确保双颊接触乳房
- **刺激产生帮助泌乳的荷尔蒙：**观察短暂、间歇性的“停止-开始”节奏
- **吞咽反射：**观察孩子节奏性的吮吸，吮吸会变得长而深，孩子也会随着乳汁的泌出而吞咽
- **饱足感：**宝宝会继续吸吮，直到吃饱为止
- **情绪上的满足感：**宝宝吃饱后，情绪满足时，会把紧紧裹住乳头的小嘴逐渐放开，从原来的真空状态中乳头释放出来
- **休息与消化：**将宝宝放置在您的大腿上，平躺，宝宝会间歇性的伸展双臂和上身，腹腔的气体会随着横隔膜的上提而自然上升
- **更换尿布：**更换尿布的最好时间是在哺完第一侧乳房后，宝宝在休息和消化的阶段
- **另一侧乳房：**耐心观察宝宝是否有还想吃的迹象，是否在寻找另一侧乳房
- **饥饿征兆：**爬行-行走反射，嗅探，触摸，品味，伸舌头和呼唤
- **开始哺另一侧乳房：**重复上述步骤直至宝宝饱足
- **竖抱宝宝：**安抚和协助乳汁消化，直到宝宝安定



© Mater Medical Research Institute ABN 28 109 834 719.

Head office: Level 3 Aubigny Place, Raymond Terrace, South Brisbane, Qld, 4101

P +61 7 3163 2555

F +61 7 3163 2550

materresearch.org.au