



Traditional Chinese

母乳喂養 - 有什麼新鮮事？

澳大利亞母乳喂養顧問 (Dr Robyn Thompson) 提出了一種新的母乳喂養方法，能減少疼痛和乳頭損傷。

Mater 母嬰醫院的助產術研究組正在試用這種母乳喂養方法，並正在培訓助產士和哺乳顧問護士母乳喂養教育方案，以熟練掌握湯普森哺乳法。

助產術研究組會使用通過常規途徑收集產婦的非實名資料，看看這種新方法是否能減少並發症和提高母乳喂養率。

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



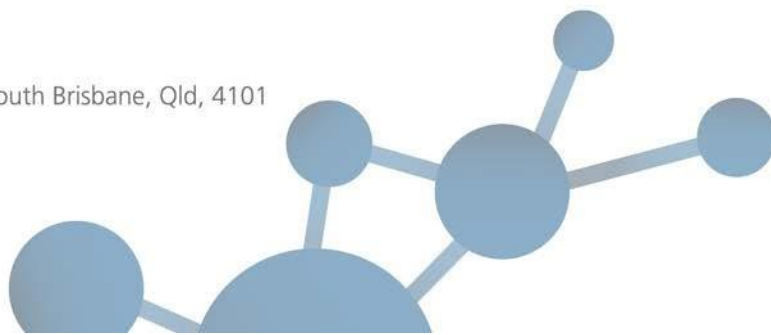
© Mater Medical Research Institute ABN 28 109 834 719.

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



湯普森哺乳法

- **搖籃抱姿：**讓孩子舒適地躺在你的手臂上，肘部放鬆的垂放在你身旁
- **先餵的一側乳房：**轉動孩子，使嬰兒的臉面向乳房
- **調整寶寶的位子：**寶寶的嘴唇和母親的乳頭在相同水平位置
- **寶寶自動調整吸食位置：**伸出舌頭、嘴巴張開到自然寬度，吸入乳頭和周邊組織
- **臉與乳房的對稱（4點對稱）：**鼻子，下巴和雙頰與乳房無間隙接觸
- **微調鼻子和下巴的位置：**把嬰兒的臉稍微向左或向右移動，來調整鼻子和下巴和母親乳房的接觸點
- **微調雙頰的位置：**稍微調整嬰兒的身體位置，以確保雙頰接觸乳房
- **刺激產生幫助泌乳的荷爾蒙：**觀察短暫、間歇性的“停止-開始”節奏
- **吞嚥反射：**觀察孩子節奏性的吮吸，吮吸會變得長而深，孩子也會隨著乳汁的泌出而吞嚥
- **飽足感：**寶寶會繼續吸吮，直到吃飽為止
- **情緒上的滿足感：**寶寶吃飽後，情緒滿足時，會把緊緊裹住乳頭的小嘴逐漸放開，從原來的真空狀態中把乳頭釋放出來
- **休息與消化：**寶寶放置在您的大腿上，平躺，寶寶會間歇性的伸展雙臂和上身，腹腔的氣體隨著橫膈膜的上提而自然上升
- **更換尿布：**更換尿布的最好時間是在哺完第一側乳房後，寶寶在休息和消化的階段
- **另一側乳房：**耐心觀察寶寶是否有還想吃的跡象，是否在尋找另一側乳房
- **飢餓徵兆：**爬行-行走反射，嗅探，觸摸，品味，伸舌頭和呼喚
- **開始哺另一側乳房：**重複上述步驟直至寶寶飽足
- **豎抱寶寶：**安撫和協助乳汁消化，直到寶寶安定



© 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