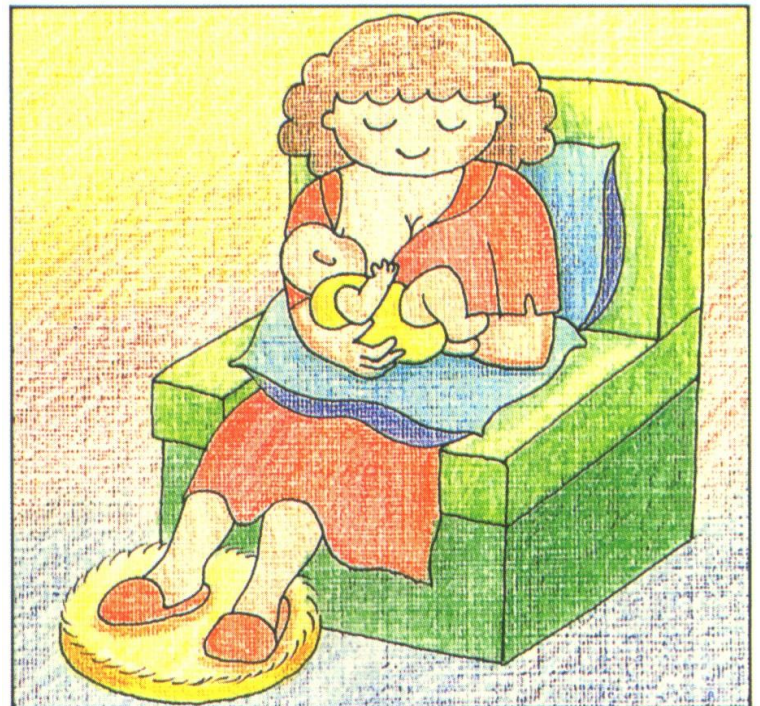
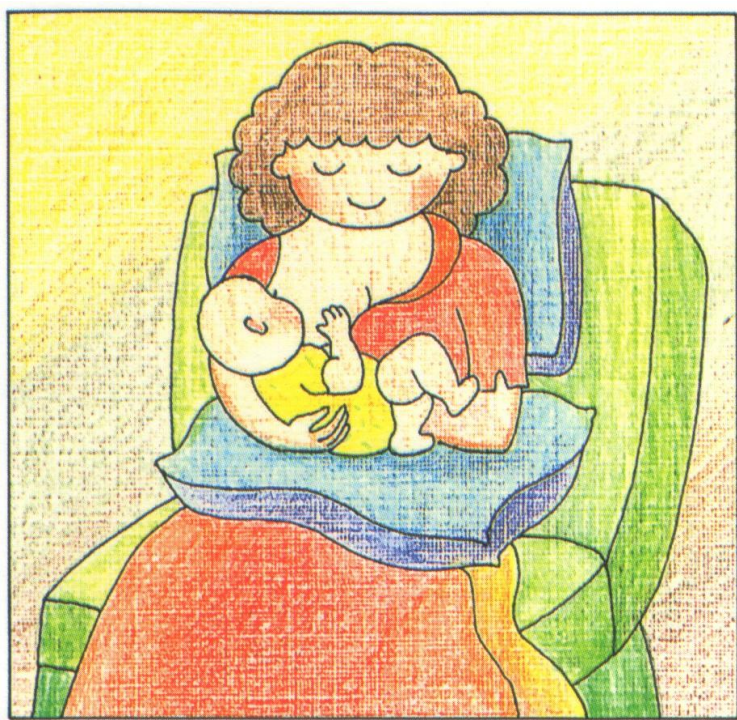


# 餵奶圖示

資料來源:行政院衛生署「母乳哺育衛教教材」、新光醫院護理部護理技術手冊、  
<http://www.biologicalnurturing.com>

## 一、母親採取舒服放鬆，有支托的姿勢



## 二、母親抱好嬰兒

(一)嬰兒的頭部與身體成一直線與母親乳房平行

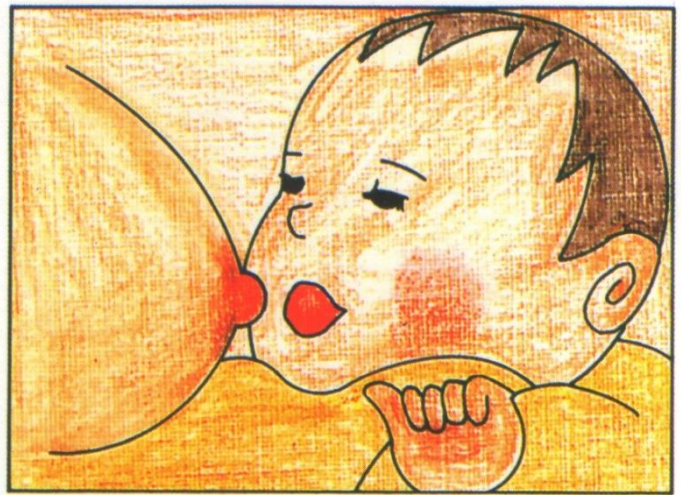
(二)母親餵奶時身體不向前彎

## 三、餵奶的方法

手掌式抓握法(C杯法)較佳

四、協助嬰兒合宜的含住乳頭和乳暈

母親以乳頭碰觸嬰兒臉頰輔助嬰兒找到正確方向

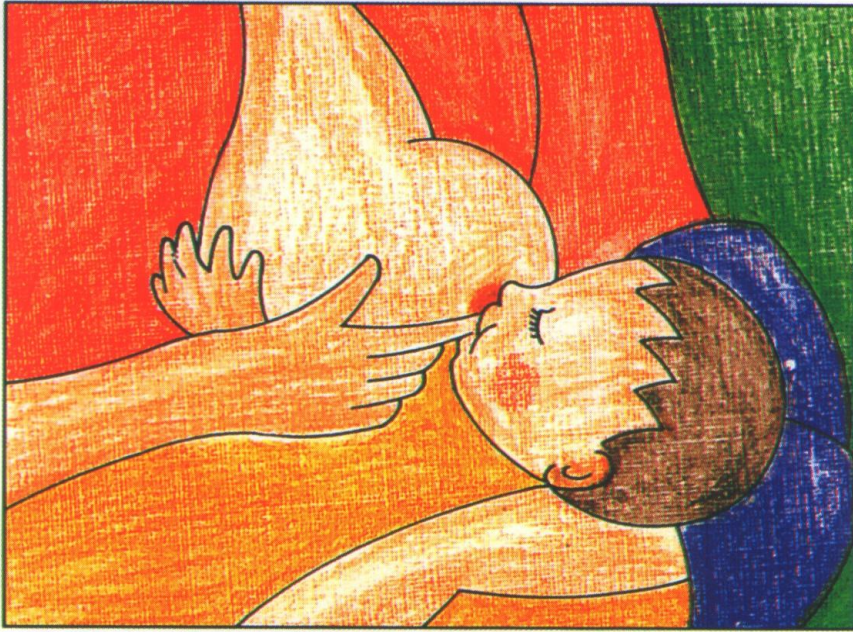


五、有效的吸吮技巧

嬰兒下唇外翻、含住乳暈、沒有吱吱聲、從側面看乳房看不見乳暈下緣(完全含入)

隨嬰兒吸吮可見到嬰兒吞嚥、母親並不會感到乳頭疼痛

暫時中斷嬰兒吸吮的方法(如下圖):媽媽洗乾淨的手指輕柔地深入嬰兒的口中



## 六、杯餵法

嬰兒直立坐於母親腿上，以母乳杯碰觸嬰兒下唇

勿灌食，應配合嬰兒個別吞嚥速度自然吞下母乳



## 七、[Dr. Suzanne Colson ~"Laid back breastfeeding"](#)