

奶瓶餵食



全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經小兒科醫師專家檢視
臺中榮民總醫院護理部編印



配方奶沖泡方法



泡奶前先洗淨雙手，用煮沸過70°C的溫水沖泡，先加水再放平匙奶粉，調配比例依照瓶罐上的說明。加入奶粉後左右輕輕搖勻，可在瓶身外沖冷水，降低溫度，將奶水滴至手腕內側，感覺到溫熱即可。

餵奶時間



當寶寶出現吸吮動作、伸舌頭、吸手指時，可能就是他想吃奶了。小於三個月，約 2-3 小時餵食一次，大於三個月，約 3-4 小時餵食一次，欲增加奶量，一次以 5-10ml 為宜，但需觀察寶寶有無腹脹及嘔吐的情況。

奶嘴選擇



對於吸吮能力較弱的嬰兒，奶嘴應以質軟、圓洞孔為佳，吸吮力佳或較大的嬰兒以十字、Y 字洞為佳，至於奶洞大小，是以奶瓶倒立時，奶水可以每秒一滴流下來的速度為原則。

餵奶方法



將嬰兒抱起，餵奶時讓寶寶頭抬高 45 度，用奶嘴輕觸嬰兒嘴角，助於嘴巴張開，要使奶嘴充滿奶水，以免寶寶吸入太多空氣，餵食中應觀察嬰兒臉色、口鼻顏色，若發生嗆咳，先中斷餵奶，拍背等臉色紅潤後再餵。奶水要在泡好一小時內餵完，沒有喝完請丟棄，勿留到下一餐餵食。

排氣方式



餵食後應協助寶寶排氣，讓寶寶採直立(頭靠在餵食者的肩膀上)、或是坐在餵食者的大腿上(支撐寶寶的頭部及胸部)，手掌呈杯狀，於兩側肩胛骨中間，由下往上拍，力量宜適中。

清潔與消毒



蒸氣消毒法：將洗乾淨的奶瓶與奶嘴，放入蒸氣消毒鍋內，按照說明書指示使用。

結論

依照奶粉罐外觀說明比例調配濃度，勿自行更改，如需更換奶粉請諮詢小兒科醫師。

參考資料：

黃靜微、林元叔(2019)·新生兒及其護理·於陳月枝總校閱·實用兒科護理(八版，90-95頁)·台北市：華杏。

臺灣兒科醫學會促進兒童福利及健康委員(2020)·母乳代用品的正確選擇與配方奶粉沖泡法·取自 https://www.pediatr.org.tw/people/edu_info.asp?id=37

衛生福利部國民健康署孕婦關懷網站(2021，10月22日)·如何沖調嬰兒配方奶，讓您在家用奶瓶哺餵·取自

<https://mammy.hpa.gov.tw/Home/NewsKBContent?id=1867&type=01>

NHS. (2019, September 24). *How to make up baby formula*. from

<https://www.nhs.uk/conditions/baby/breastfeeding-and-bottle-feeding/bottle-feeding/making-up-baby-formula/>

讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

- 泡製配方奶應先加水再加奶粉，並用煮沸過 70°C 的溫水沖泡。
是 否 不知道
- 對於吸吮能力較弱的嬰兒，奶嘴應以質軟、圓洞孔為佳。
是 否 不知道
- 寶寶吃不夠哭鬧，增加奶量可以每餐都加 10ML，直到寶寶能夠吃飽為止。
是 否 不知道
- 餵奶時寶寶頭抬高呈現 45 度，餵食過程中需要觀察嬰兒臉色，若發生嗆咳，應先暫停餵奶。
是 否 不知道
- 泡好的奶水如果沒餵完，下一餐不可加熱繼續喝，應倒掉。
是 否 不知道