

Mami 妈咪学堂 Xuetaang

婴儿喂养 全方案

YINGER WEIYANG
QUANFANGAN

母乳喂养有哪些好处/怎样使乳汁充足/哺乳时应注意哪些细节/催乳该吃什么/哺乳期怎样进行乳房护理/什么时候应该给婴儿添加辅食/如何逐月给婴儿添加辅食/给婴儿添加辅食应注意什么/婴儿辅食该怎样制作/怎样知道给婴儿添加辅食是否适量

戴耀华 刘 茵 主编



信 赖 权 威 专 家 · 学 习 正 确 方 法



0~1岁婴儿母乳喂养和辅食添加与制作的详细知识

中国妇女出版社



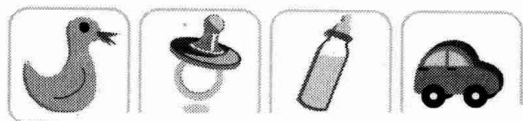
附录 (CD) 目录

Mami  妈咪学堂 Xue Tang

婴儿喂养 全方案

YINGER WEIYANG
QUANFANGAN

戴耀华 刘茵 主编



中国妇女出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

婴儿喂养全方案 / 戴耀华, 刘茵主编. —北京: 中国妇女出版社, 2008. 9

(妈咪学堂)

ISBN 978 - 7- 80203- 604- 8

I. 婴… II. ①戴…②刘… III. 婴儿—哺育 IV. TS976. 31

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 118048 号

婴儿喂养全方案

主 编: 戴耀华 刘 茵

责任编辑: 晓 春

装帧设计: 吴晓莉

责任印制: 王卫东

出 版: 中国妇女出版社出版发行

地 址: 北京东城区史家胡同甲 24 号 邮政编码: 100010

电 话: (010) 65133160 (发行部) 65133161 (邮购)

网 址: www.womenbooks.com.cn

经 销: 各地新华书店

印 刷: 北京才智印刷厂

开 本: 170 × 240 1/16

印 张: 18.5

字 数: 300 千字

版 次: 2009 年 3 月第 1 版

印 次: 2009 年 3 月第 1 次

书 号: ISBN 978 - 7- 80203- 604- 8

定 价: 32.00 元



第一章

母乳喂养的好处及需做哪些准备

- | | |
|------------------------|---------------------|
| 为什么母乳喂养的婴儿抵抗力强/2 | 应该怎样调理饮食/9 |
| 为什么母乳更能促进婴儿生理机能的全面健康/3 | 怀孕时应该注意哪些生活细节/11 |
| 母乳喂养的其他好处有哪些/5 | 该为母乳喂养准备哪些用品/11 |
| 怀孕时该为母乳喂养做哪些心理准备/8 | 婴儿出生头三天该为母乳喂养做什么/12 |
| 需要对乳房做哪些护理/9 | 产后怎样进行心理调适/14 |
| | 产后越早接触婴儿越好吗/14 |

第二章

母乳喂养的具体操作

- | | |
|---------------------|---------------------|
| 母乳是怎么产生的/18 | 产后头两天是否要喂婴儿糖水或牛奶/22 |
| 乳汁的分泌量为什么与婴儿食量有关/19 | 婴儿吸不出奶水是怎么回事/24 |
| 催产素在泌乳中起什么作用/20 | 如何让婴儿正确含接乳头/25 |
| 婴儿是如何吃奶的/21 | 新生儿有什么生理特点/26 |

婴儿出生后就有吸乳和消化母乳的能力吗/29

为什么产后要关注乳房的变化/30

产后何时给婴儿开奶为宜/31

哺乳前和哺乳后的乳房保健/31

知道如何从婴儿嘴里抽出乳头吗/32

为什么母婴早同室很重要/32

用两侧乳房哺乳好吗/33

母乳喂养开始前喂牛奶好吗/34

坚持夜间母乳喂养有什么好处/35

每次哺乳前后都需要清洗乳头吗/35

什么样的哺乳姿势最好/36

怎么知道母乳是否充足/37

一天哺喂多少次合适/38

如何知道母乳营养好不好/39

白天和夜间母乳哺喂都怎么进行/40

母乳为什么会有阶段性的营养成分变化/41

初乳为什么最宝贵/42

初乳太稀可以喂孩子吗/42

哺乳为什么有利于产妇身体康复/43

影响母乳分泌的原因有哪些/43

第三章 母乳喂养要注意的问题

婴儿为什么会吐奶/48

婴儿为什么会喷奶/49

母乳喂养会使婴儿的大便更稀吗/50

母乳营养不好怎么办/50

婴儿生长缓慢、偏瘦应该怎么办/51

母亲为什么要注意自身的休息/52

母亲为什么还要注意保持好心情/53

母乳喂养的婴儿会消化不良吗/53

母乳喂养的婴儿出现消化不良怎么办/54

哺乳母亲有病怎么办/55

哺乳期间母亲可以吃药吗/56

暂停哺乳可做些什么补救措施/57

母乳喂养也会造成婴儿肥胖吗/58

哺乳母亲需要作哪些个人牺牲/59

中医怎么谈论母亲情绪对泌乳的影响/61

婴儿的哭闹都与饥饿有关吗/62

母亲日常该注意哪些细节问题/63

母乳不足怎么办/64

母乳喂养会影响母亲的体形吗/65

如何判断哺乳是否适当/66

哺乳期该怎样护理乳房/67

不能正常哺乳时怎样挤奶保存母乳/68

乳房出现“奶核”怎么办/69





- 怎么判断婴儿是否吃饱了/69
- 混合喂养要注意什么问题/70
- 产后乳房胀得像石头是怎么回事/71
- 乳房胀痛主要由哪几种原因引起/72
- 怎样预防乳腺炎和乳房脓肿/73
- 乳头疼痛怎么办/74
- 乳头皲裂怎么办/75
- 乳头扁平没法给婴儿哺乳怎么办/76
- 乳头太长怎么办/78
- 婴儿拒绝母乳喂养怎么办/78
- 怎样让婴儿不再拒绝母乳喂养/81
- 哺乳母亲的乳房会漏奶吗/82
- 哺乳母亲奶中有血是怎么回事/83
- 哺乳期怎样预防肥胖/83
- 哺乳期就是避孕“安全期”吗/84
- 束身对泌乳有无影响/86

第四章 工作母亲如何应对哺乳

- 工作母亲哺乳时间要作哪些调整/88
- 哺乳母亲工作节奏该如何调节/89
- 挤奶和白天喂婴儿的安排/89
- 用手挤母乳的技巧/91
- 如何使用吸奶器/94
- 用“热瓶子”法缓解乳房胀满/95
- 学习用杯子喂婴儿/96
- 哺乳期的工作母亲外出最好减少吗/97

第五章 哺乳母亲的饮食调养

- 哺乳母亲的饮食该有什么禁忌/100
- 为什么哺乳期母亲要注意饮食的
均衡/101
- 为什么哺乳母亲保证自身营养的
全面很重要/102
- 哺乳母亲如何保证婴儿获得全面
营养/103
- 哺乳母亲需要多吃水果吗/103
- 民间有什么催奶简方/104
- 中医有什么催奶简方/104
- 为什么多吃鲤鱼、鲫鱼对泌乳有
好处/105
- 吃鸡蛋对哺乳期母亲有什么好处/105
- 精血亏虚类母亲该如何选择食物/106
- 阴虚火旺类母亲该如何选择食物/106
- 阳气虚弱类母亲该如何选择食物/107

- 哺乳产妇该如何调整营养/107
- 产后一周内为什么要少吃老母鸡/108
- 产后母亲该吃人参补身吗/109
- 保健品对哺乳母亲必要吗/110
- 产后哺乳母亲贫血该怎样补养/110
- 产后不能吃咸吗/111
- 民间推荐的哺乳母亲常用滋补品有哪些/111
- 几则有利于哺乳母亲康复强体、泌乳的食谱/113
- 几则有助于产妇下奶的食谱/115
- 几则治产后无乳的小偏方/118

第六章 给婴儿添加辅食的重要性

- 给婴儿添加辅食有什么必要/120
- 什么时候该给婴儿添加辅食/122
- 你知道婴儿营养来源的三个阶段吗/122
- 只吃母乳不吃辅食的婴儿会长得怎样/124
- 你知道只吃母乳不吃辅食的婴儿易缺什么营养元素吗/125
- 为什么只吃母乳的婴儿易缺少维生素/126
- 为什么6个月后的婴儿容易贫血/127
- 为什么6个月后的婴儿容易缺钙/127
- 为什么只吃母乳的婴儿10个月后会显得瘦弱/128
- 哪些妈妈不能哺乳需喂婴儿辅食/129
- 婴儿的消化系统发育有哪些特点/129

第七章 如何逐月给婴儿添加辅食

- 1~2个月的婴儿需要添加辅食吗/132
- 刚出生的婴儿是否要补充维生素/132
- 什么时候起可给新生儿加喂鱼肝油/133
- 何时可开始给婴儿添加辅食/134
- 3~5个月的婴儿需要添加辅食吗/134
- 为什么用米汤稀释牛奶比水好/135
- 为什么不要过早给婴儿添加淀粉类辅食/136
- 如何断定婴儿需添加辅食/137



- 母乳与辅食该如何搭配/137
- 初添加辅食时，母亲为何要克服
焦虑不安心情/138
- 婴儿为何不宜喂食蜂蜜/139
- 为什么不能给婴儿多服维生素 A
和维生素 D/139
- 怎样使婴儿顺利度过辅食添加的
适应期/140
- 提前添加辅食有什么不利/141
- 初给婴儿添加辅食会出现什么情况/142
- 6 个月婴儿的营养量应该是多少/143
- 给婴儿添加辅食应遵循什么原则/143
- 添加碳水化合物对婴儿有什么
意义/144
- 你知道各类食物添加的时间吗/145
- 给婴儿吃多少鸡蛋合适/147
- 怎样给婴儿加蛋黄/147
- 怎样给婴儿合理添加蔬菜/148
- 为什么婴儿 6 个月时仍要坚持给
喂母乳/148
- 为什么给婴儿加喂蛋黄可预防
贫血/149
- 为什么 6 个月婴儿可给喂半流质辅
食/150
- 为什么 6 个月的婴儿要多给吃新鲜
水果蔬菜/151
- 开始喂婴儿半固体辅食时要注意什
么问题/151
- 为什么 6 个月的婴儿要多注意给补
钙/152
- 7 个月的婴儿可以添加固体辅食吗/153
- 7 个月的婴儿还需补铁和钙吗/153
- 给婴儿添加肉末时要注意什么问
题/154
- 8 个月的婴儿该怎样喂养及添加
辅食/155
- 8 个月的婴儿的营养量该是多少/156
- 为什么 8 个月的婴儿要注意喂给辅
食的多样化/157
- 使 8 个月婴儿增加对辅食兴趣的办
法/158
- 给 8 个月的婴儿加吃红枣有什么好
处/159
- 为什么要给 8 个月的婴儿多添含蛋
白质多的辅食/159
- 为什么 9 个月的婴儿可给喂饼干和
面包/160
- 9 个月婴儿可锻炼用杯子喝奶、喝
水吗/161
- 婴儿多吃了不易消化的辅食会怎样/162
- 如何判断婴儿辅食添加是否得当/162
- 9 个月还不能接受辅食的婴儿会怎
样/164
- 9 个月婴儿的辅食一天该多少次/165
- 10 个月的婴儿可以以辅食为主食
了吗/166

- 为什么 10 个月的婴儿辅食可以多样化/167
- 让 10 个月婴儿上大人餐桌吃饭有什么好处/168
- 为什么 10 个月的婴儿容易患腹泻/170
- 婴儿患了腹泻该怎么办/170
- 11 个月的婴儿该如何添加辅食/171
- 如何实施给宝宝断奶/172
- 如何让婴儿习惯辅食转主食的过程/173
- 如何给婴儿喂食点心/174
- 哪些是不宜给婴儿添加的辅食/175
- 如何合理烹调婴儿食物/177
- 如何防止婴儿偏食/179

第八章 婴儿辅食的制作

- 怎么制作蛋黄泥/182
- 牛奶糊、牛奶米粉糊怎么制作/183
- 鱼泥、肝泥怎么制作/184
- 婴儿食用菜泥、果泥的制作/185
- 6 个月婴儿每日辅食安排/185
- 鸡蛋羹的制作/186
- 青菜粥的制作/186
- 猪肝豆腐的制作/187
- 香蕉冻的制作/187
- 鸡蛋粥、肉末粥、鱼肉粥的制作/187
- 7~9 个月婴儿的每日饮食安排/188
- 鱼肉豆腐的制作/188
- 白萝卜鸡肉的制作/188
- 猪肝白菜卷的制作/189
- 肉末蒸蛋的制作/189
- 肉末豆腐羹的制作/189
- 肝泥菜饭的制作/190
- 10~12 个月婴儿的每日饮食安排/190

第九章 婴儿辅食添加注意事项

- 婴儿辅食添加的要点怎么掌握/194
- 什么时候可以培养婴儿的良好吃饭习惯/195
- 断奶以后给宝宝喂食应注意什么
- 要点/196
- 为什么防止偏食要从婴儿期开始/197
- 如何纠正婴儿偏食习惯/198
- 为什么吃不少牛奶或辅食，有些





- 婴儿的体重却不增加呢/198
- 怎样帮助婴儿学习咀嚼/199
- 怎样通过调整饮食来促进婴儿的智力发育/200
- 婴儿多吃甜食好吗/201
- 婴儿食欲不好、厌食是怎么回事/201
- 婴儿只爱吃奶不爱吃饭怎么办/202
- 什么是婴儿良好的饮食习惯/203
- 让婴儿有好牙齿要注意什么/203
- 大人嚼完再喂婴儿好吗/204
- 婴儿周岁以后应逐渐不用奶瓶喝奶/204
- 如何让快满周岁的婴儿专心吃饭/205
- 婴儿的脸色为什么不好/206
- 怎样给婴儿调剂饭菜花样/207
- 如何防止婴儿对食物过敏/209
- 什么是没有营养的食物？什么是危险的食物？安全的食物都有哪些/209
- 什么是中国人的平衡膳食宝塔/210
- 婴儿不爱吃蔬菜怎么办/211
- 怎样根据食物特点来选择辅食/212
- 吃饭泡汤的习惯对婴儿有害吗/214
- 你的孩子吃饭会嚼吗/214
- 为什么不要让婴儿边吃饭边看电视/215
- 婴儿不会用匙吃饭怎么办/215
- 怎样判断婴儿是否肥胖/216
- 家里有个肥胖婴儿怎么办/217
- 肥胖婴儿需要减肥吗/217
- 肥胖婴儿该吃什么不该吃什么/218
- 怎样给患病的婴儿选择食物/219
- 如何从粪便性状看婴儿的消化能力/221
- 婴儿出现大便干燥怎么办/221
- 为什么辅食变主食后要给婴儿加点心/222
- 辅食变主食后婴儿喂食的要点是什么/223
- 婴儿什么时候起可以吃土豆/224
- 给婴儿吃荤油好还是素油好/225
- 什么食物中含钙多/225
- 什么食物中含胡萝卜素多/226
- 婴儿感冒时应吃些什么/227
- 给婴儿吃过多的巧克力好吗/227
- 为什么婴儿每天都要吃蔬菜/228
- 婴儿吃酸奶有益处吗/228
- 婴儿常吃小中药好吗/229
- 幼儿营养素是由哪些物质构成的/229
- 鸡蛋中的胆固醇对婴儿有害吗/232
- 喂婴儿鸡蛋是多多益善吗/232
- 什么时候可以喂婴儿豆制品/234
- 怎么对付婴儿的积食、厌食症/234

第十章 人工喂养

- 什么情况下可采用人工喂养/238
- 母乳缺少的原因有哪些/239
- 人工喂养有什么不足/240
- 如何选择代乳品/242
- 人工喂养婴儿应注意什么问题/244
- 牛奶和母乳营养上有什么差别/246
- 怎样进行人工喂养/247
- 喂婴儿牛奶时具体要关注哪些问题/247
- 如何判断牛奶浓度是否合适/249
- 如何选择奶嘴和奶瓶/249
- 奶瓶喂养怎么进行/250
- 如何判断奶瓶内的牛奶冷热是否适当/251
- 塑料奶瓶对婴儿有害吗/251
- 如何防止婴儿吃奶后打嗝/252
- 人工喂养的婴儿更易吐奶吗/252
- 人工喂养的婴儿更易消化不良吗/253
- 怎么判断婴儿是否是喂养不当造成的消化不良/253
- 奶嘴开孔大小与婴儿吐奶有关吗/254
- 为什么用过的奶瓶奶嘴要消毒/255
- 婴儿的奶瓶该怎样消毒/255
- 婴儿生病还可继续人工喂养吗/256
- 果奶可以代替牛奶喂婴儿吗/256
- 人工喂养的婴儿会对牛奶过敏吗/257

第十一章 人工喂养儿的辅食添加

- 人工喂养的婴儿什么时候添加辅食/260
- 有什么症状/266
- 如何给不同月龄的牛奶儿添加辅食/260
- 人工喂养的婴儿需要补钙吗/266
- 按月龄添加辅食参考表/263
- 牛奶喂养的婴儿为什么也容易贫血/267
- 如何给人工喂养的婴儿制作辅食/264
- 为什么人工喂养的婴儿要多喂些蔬菜、水果泥或汁/268
- 人工喂养的婴儿需早加维生素A、维生素D吗/265
- 为什么给婴儿喂果汁要在喂奶半小时以后/269
- 婴儿维生素A、维生素D中毒会
- 如何给牛奶儿喂食他不喜欢的蔬



菜水果/269
如何为牛奶儿制作蔬果汁或泥/270
人工喂养的婴儿要早喂蛋黄、
肝泥吗/270

蛋黄泥、肝泥、鱼泥、肉末怎么喂/271
人工喂养的婴儿需断奶吗/272
如何渐渐以辅食替代牛奶儿的牛奶/273
婴儿依恋牛奶怎么办/274

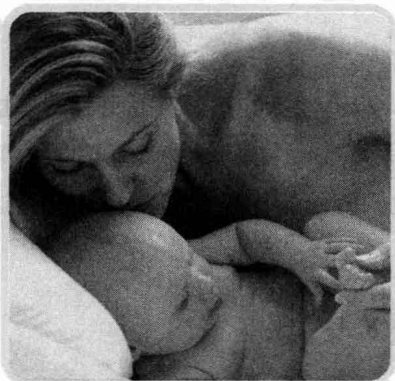
第十二章 断 奶

怎样断奶/276
常用有效断奶法有哪几种/277
给宝宝断奶该注意什么问题/278
断奶时母亲的乳房会胀痛吗/279

民间有什么断奶的好方法/279
断奶时宝宝哭闹怎么办/280
母亲断奶时该如何进行饮食调整/280
让孩子多吃几年母乳好吗/281



Diyizhang



第一章

母乳喂养的好处及 需做哪些准备



为什么母乳喂养的婴儿抵抗力强

专家们经过多年的跟踪调查和研究发现，母乳喂养的孩子具有更强的抵抗疾病的能力，他们不易感冒，不易得肺炎、中耳炎，不易腹泻拉稀，不易得脑膜炎、流感，即使得了病，也较轻、较易康复，他们的成长似乎更容易更顺利。这是因为：



母乳能给孩子提供较多的人类抗病因子或称“抗体”

一般来说，致使人类得病的细菌和病毒与致使其他动物得病的细菌和病毒是不相同的，人类对各类细菌病毒的抵抗力往往是在一次次与疾病的斗争中建立、积累起来的，母亲自身会拥有多种抗疾病抗体，这些抗体会在怀孕时部分传给孩子，在母乳喂养时还可通过母乳再次强化孩子身上的这类先天获得抗体，使孩子对疾病有较强的免疫力。这就是为什么几乎所有哺乳期婴儿，如果家人喂养护理得当的话，往往很少会生病的原因。



人类母乳中的抗体与其他动物乳中的抗体不尽相同

人类母乳中含有少量的 IgG 和 IgM 抗体、B 及 T 淋巴细胞、巨噬细胞和中性粒细胞，它们都是专门针对人类专有疾病的抗病细胞，具有提高婴儿免疫力的作用；母乳中含有比牛奶更多的乳铁蛋白，可抑制大肠杆菌和白色念珠菌的生长，有抵抗婴儿消化道和皮肤疾病的作用；母乳中所含的双歧因子可促进婴儿肠道内双歧杆菌、乳酸杆菌的生长，有助于抑制大肠杆菌等肠道有害菌，减少婴儿肠道感染。





初乳中含有更多的非常活性的抗病因子

初乳中所含的这些因子对孩子的抵抗力更具有强化作用；而孩子出生后第一年内的母乳，其中往往含有较多的免疫球蛋白和双歧因子，可以有效地激活孩子体内的抗病能力，帮助孩子抵抗呼吸道和肠道、皮肤等各类病菌。同时如果哺乳期遇上流行病流行，母亲体内新产生的抗体会迅速通过乳汁传递给孩子，帮助孩子机体建立这种抗体。所以，母乳中的抗体是一种根据环境情况变化着的、活性的抗体，这是任何别的食物所不可能提供的。

此外，母乳喂养的婴儿比人工喂养的婴儿不仅较少感染呼吸道和肠道急性病或传染病，如果感染了恢复也较快、较容易。而且，如果婴儿有腹泻症状，也不必停止母乳喂养，某种程度上，继续母乳喂养会有利于婴儿腹泻的康复，这是其他奶类和食物喂养的婴儿所无法相比的。



为什么母乳更能促进婴儿生理机能的全面健康

母乳中除了含有丰富的人类抗体，其营养成分也是最全面、最适合人类吸收利用的。人类对自然的认识毕竟有限，仅依靠科学分析，对母乳中的成分的认识不可能全面，即使能万无一失地分析出来，要完全照此配制也是不可能做到的，更何况其成分和含量是具有活性的组合，所以光从营养这一点上说，母乳也是最好、最适合的婴儿食物。

专家们发现：



母乳中含有的蛋白质和脂肪最适合婴儿身体的需求

母乳中的蛋白质和脂肪的含量和成分搭配比例是最适合孩子的。其中的蛋白质、脂肪、糖分等含量的比例十分恰当，比如蛋白质，母乳中的蛋白质总含量虽然较少，但白蛋白多而酪蛋白少，在婴儿胃中形成的凝块小，容易被消化吸收而不易引起消化不良造成的腹泻；而且由于母乳中蛋白质含量少，消化时对新生儿

肾脏的负担就比牛奶要小得多；母乳脂肪中所含的不饱和脂肪酸比牛奶多，不仅能供给婴儿必需的充足的脂肪酸，由于其脂肪颗粒小，又含有较多的解脂酶，会更有利于婴儿的消化吸收。



母乳中含有较多的乳糖

母乳中的乳糖是最适合新生婴儿机体迅速成长、机体热量产生的需要的。母乳中所含乳糖的量也较多，又以乙型乳糖为主，能促进婴儿肠道乳酸杆菌的生长，这对提高婴儿的消化吸收能力是十分有利的。



母乳中所含的维生素较全面、含量合适

母乳中所含的维生素不仅全面、合适，并且会随着婴儿不同时期生长发育的需要随时调整含量。所以最适合婴儿每个阶段成长所需。



母乳中所含的钙、磷、铁等矿物质和微量元素最为恰当

母乳中锌、铜、碘含量丰富，尤其在初乳中，这是为新生儿的迅速生长专门配备的；铁的含量虽与牛奶差不多，但可吸收率却高于牛奶5倍，所以母乳喂养的婴儿贫血发生率，尤其是缺铁性贫血的发生率明显低于牛奶喂养的婴儿；母乳中磷的含量比例适当，非常适合婴儿大脑的迅速发育；其中钙磷的比例也是最佳的2:1，易于婴儿吸收，又较少会引起婴儿低血钙症，而且矿物质总量低，对婴儿肾脏的负担可降至最小。



母乳中所含的各类酶最有利于婴儿消化吸收人类特有的食物营养

比如其中所含的脂酶可有助于婴儿消化随母亲摄入肉食而来的动物脂肪，把它转化成人类所需的营养。其中含量较多的消化酶如淀粉酶、乳脂酶等，都是专门针对人类饮食的酶，有助于婴儿的消化吸收。



母乳中含有很多活性因子

活性因子也可说是生长素，能更好地促使婴儿骨骼、大脑神经细胞、内脏和肌肉的生长发育，有助于肠道内产生有益的乳酸杆菌、抑制致病菌的生长。母乳

中还含有较多的生长调节因子，如牛黄酸等，是促进神经系统发育的重要因素。



母乳中含有较少的过敏源

牛奶、豆浆等食物中含有一些过敏因子，对成人都易引起消化不良，对婴儿肠道更会有较大刺激，有些婴儿易发奶癣、湿疹、皮肤过敏，或腹泻、大便干燥，都是由于这些替代品不适合所致。而母乳是人类自己的营养食物，自然是最适宜的，其中所含的 SigA，尤其在初乳中含量极高，有结合肠道内细菌、病毒等病原体和过敏源，阻止它们侵入肠黏膜引起不适和疾病，有抗感染和抗过敏的作用，而且具有在肠道内不受酸碱度影响、不会被消化的特点，可以说是婴儿抵抗疾病的一道天然屏障。



母乳具有自动调节性和可变性

婴儿出生后生长迅速，两个月体重可能会增长一倍，随着婴儿的成长，其机体对食物营养成分的需求也会跟着变化，母乳是会随着婴儿的这种需求出现变化的，而婴儿配方食品就不会出现这种调整 and 变化，有可能导致婴儿营养偏差或缺失，从而影响其机体的全面健康的发展。

所以母乳对婴儿的有利因素是任何其他替代品都替代不了的。



母乳喂养的其他好处有哪些



可以给母亲和家人带来极大的方便

这一点，母亲自己也能体会到，只要有奶，抱过孩子，解开衣襟就可进行喂奶，不用消毒器皿，不用采购及烹饪，不用费心去考虑如何搭配营养成分，也不用家人多方配合帮助。这些事看来不大，但日复一日、月复一月，也是很麻烦恼人的。

另外，由于母乳在母亲的乳房中储存，不会变质，也不用怕存放时间过久不新鲜，不会引起婴儿的消化道感染，这是最便利的食品了。