

預防嬰兒急性腸胃病

張 茝 芬

中華全國科學技術普及協會出版

4.1462
4

預防嬰兒急性腸胃病

張 蔭 芬

中華全國科學技術普及協會出版

1955年·北京

科 普 小 冊 子

营养与健康	中華人民共和國衛生部 衛生宣傳處供稿	1角7分
睡眠和失眠	金靜仁著	1角
怎样保護媽媽和孩子的健康	中央人民廣播電台編	1角1分
怎样防治麻疹	薛沁冰著	5分
怎样帶娃娃	林傳家等著	1角4分
傷風感冒	張學德著	9分
怎样保護牙齒	張樂天等著	1角8分
怎样降低車間高溫	馮義瑞著	1角2分
煤礦安全	余申翰、孟慶榮著	1角4分
安全用电	王乃規等著	1角3分
工廠防火	C. I. 郭魯別夫著	1角
預防煤氣中毒	傅正愷著	1角
無痛分娩法	陳本真、陳文珍著	1角
預防大腦炎	宋 幹著	1角
兒童傳染病及其治療與預防	A. H. 達布霍托娃著	1角6分
蒼蠅和蒼蠅的防制	馮蘭洲著	9分

出版編號：225

預防嬰兒急性腸胃病

著 者：張 茵

責任編輯：譚 雲

出 版 者：中華全國科學技術普及協會

(北京市天津街3號)

北京市書局出版登記證出字第053號

發 行 者：新 華 書 店

印 刷 者：北 京 市 印 刷 一 廠

(北京市西便門前大街乙1號)

開本：31×43 毫米 印張：8 字數：11,500

1955年12月第1版

印數：10,500

1955年12月第1次印刷

定價：8 分

本書提要

這本小冊子介紹了嬰兒急性腸胃病所包括的三種主要疾病：單純性消化不良、中毒性消化不良及細菌性痢疾。說明了上述三種疾病的病原、症狀、治療、護理及預防等。着重提出合理的嬰兒生活制度如飲食、睡眠、活動、環境等對嬰幼兒的作用及其重要性；強調了母乳餵養及預防為主的衛生原則。可以供母親們及嬰幼兒護理工作者的參考。

目次

什麼是嬰兒時期的急性腸胃病？為什麼嬰兒容易得急性腸胃病？	1
嬰兒急性腸胃病發生的原因	2
嬰兒急性腸胃病有幾種？各有什麼症狀？	4
嬰兒得了急性腸胃病應該怎麼辦？	6
怎樣預防嬰兒感染急性腸胃病	8
痢疾及其預防的方法	14
結 束 語	16

什麼是嬰兒時期的急性腸胃病？為什麼嬰兒容易得急性腸胃病？

急性腸胃病往往發生在胃腸系統的機能受到障礙，產生消化紊亂的時候，大便變稀，含有不消化物及黏液；每日大便次數增多，可以達到十餘次或二十次，有時伴有嘔吐及其他症狀。年小的孩子容易得這個毛病，特別是嬰兒。因為第一，嬰兒的胃腸道發育不夠完善，胃腸道內的酸度比成人低，酶（一種幫助消化的分泌物）的活力也比成人低，因此嬰兒胃腸道的耐受性就比成人的小，假如有不適宜的食物吃進去，就容易使胃腸道的機能破壞，使胃腸道的消化失調，引起腹瀉。第二，嬰兒在生長發育迅速的時候，需要較多富有營養的食物，這些食物往往使嬰兒未發育完善的胃腸道做更多的工作，增加過度的負擔，這樣就容易發生機能失常，引起疾病。第三，嬰兒的神經系統發育也不完善，它的調節機能不夠成熟，因此在環境改變時，嬰兒不能立即適應，因而引起胃腸道的紊亂，發生腹瀉症狀。例如夏天乳兒患急性胃腸道炎較多，這就是原因之一。

急性腸胃病對嬰兒來說，是一個很重要的情況，它的發病情況是比較普遍的，尤其在夏天。腸胃病在急性時期很容易發展到嚴重脫水（註1）的情況，使嬰兒的生命發生危險。如果腹瀉拖延的時間較長，往往造成嬰兒營養不良，身體消瘦，抵抗力薄弱，容易感染其他疾病。按我國目前的情況，患營養失調及腸胃病的兒童人數是較多的，根據某地區的調查，健康兒童中約有20%左右有營養不良及腸胃病。在嬰兒死亡原因的分析中，除早產及呼吸系病外，營養紊亂和腸胃病是主要的原因。因此在兒童保健工作中，預防急性腸胃病是重要工作之一。

在這裏要解釋一下，過去有一種誤會，以為嬰幼兒腹瀉，是一種單獨的疾病，這種看法是不正確的，嬰幼兒的腹瀉，是一種症狀，不能作為單獨的一種病來處理，除了由於消化系統本身的病變外，其他疾病如感冒、麻疹、小兒麻痺等傳染病，也往往有腹痛、腹瀉症狀。所以正確診斷，鑑別病原，分別治療，是非常重要的。

嬰兒急性腸胃病發生的原因

嬰兒易得腸胃病的原因，除了胃腸道的機能與生理上的特點外，還有以下一些主要因素：

第一，飲食不合宜：飲食物無論是量的方面或質的方面不合宜，都可以引起消化的紊亂。這種消化紊亂一般多發生在人工餵養或混合餵養（一半人工餵養，一半吃母乳）的嬰兒。人工餵養時，由於選擇的食物不適當，會影響胃腸機能，例如食物質量較粗糙，嬰兒吃進去以後需要消耗較多的胃液來消

化，日子長了，嬰兒胃腸的儲備就會被用盡。於是胃酸不足，使食物不能分解到應有的程度，這種沒有完全被分解的產物就要刺激腸壁，使腸壁發炎或使腸壁增加蠕動，因此大便就變稀了。另一方面，由於酸度不夠，使腸道的內容物（內容物就是經過消化的食物）改變了正常成分，給細菌繁殖創造了條件，使腸下部的細菌升至胃部，改變和擾亂消化的過程，這樣就引起腹瀉。

在人工餵養時，往往由於餵的過多，使嬰兒未發育完全的胃腸道處於長期過度的勞累，也能影響它的功能，造成腹瀉。

另外，不按時的餵養也影響胃腸的機能。不按時餵養就不能使嬰兒胃腸道的分泌形成正常的條件反射，也就是說胃腸道不能定時分泌足夠的消化液來進行正常的消化過程，消化紊亂的現象必然漸漸地產生。

再有，長期缺乏足夠的餵養，使胃腸道機能減弱，祇能分泌少量的消化液，因而全身抵抗力降低，一旦稍微增加食量，就會引起消化紊亂。

第二，感染病的關係：感染可以分腸道內和腸道外的感染。腸道內的感染如痢疾、傷寒等都有自己特殊的病原體。腸道外的感染如中耳炎、肺炎都可以引起腹瀉症狀。腸道外感染的原因一方面是由於在患感染時，細菌的毒素佈及全身，嬰兒腸道解毒作用不夠，以致毒素進入血液，影響新陳代謝的過程而產生消化紊亂。另一方面，在一切炎症發生時，中樞神經系統受到影響，使胃酸及其他消化液分泌機能降低，因而改變了胃腸內容物的正常成分，利於細菌繁殖而產生消化紊亂。

第三，環境的影響：在炎熱的夏天，嬰兒患急性腸胃病比

較多，主要原因是小兒對溫度的調節機能不如成人灵敏。當體溫上升時，胃腸道的機能就降低，於是出現消化不良的腹瀉。夏天出汗又較多，飲水不足時就會使體內水分減少；水分的減少影響機體內各系統的功能及廢物的排除體外，於是產生中毒現象而引起消化紊亂。還有，嬰兒在夏天往往由於口渴吸入較多的乳汁，以致吃進去的食物超過他消化道所能負擔的份量，食物一方面停留在腸中刺激腸壁增加蠕動，另一方面多餘的食物就成為細菌繁殖的營養使其繁殖更快而產生急性腸胃病。

不良的居住環境、不衛生的條件和不合理的護理都是胃腸道受染的因素。如房屋不通風，蒼蠅很多，食具不清潔，食物腐壞或變餿等都會引起消化不良，產生腹瀉。

第四，體質的關係：有些嬰兒體質比較異常，很容易就會發生消化道的紊亂。如滲出性體質（俗稱虛胖）的小兒由於水的代謝不安定，和黏膜易於腫脹，輕微的飲食毛病也容易引起腹瀉，大便呈黏液狀。

嬰兒急性腸胃病有幾種？各有什麼症狀？

嬰兒急性腸胃病包括單純性消化不良、中毒性消化不良和細菌性病疾。以下先分別談談單純性消化不良和中毒性消化不良的情況。認識這些症狀，能及時加以注意，早期發現，早期治療，就可以預防嬰兒急性腸胃病的惡化。

（1）單純性消化不良，這是嬰兒時期常見的急性消化不良性的腸胃病，它的主要症狀是腹瀉，腹瀉時大便變稀，含有不消化物，每日次數很多，但一般營養狀況沒有很大的改變。這種腸胃病多見於人工餵養的嬰兒，母乳餵養的也可能有此症狀。

造成腹瀉的原因不外以上所說的；餵食過多，食物成分不合適，餵食不規律，食具不乾淨，使細菌和食物一同吃進去，或者由於消化道外的感染而引起消化不良等。

單純性消化不良發生很突然，開始的時候嬰兒吐奶，以後發展成為嘔吐，往往在餵奶以後吐。大便變稀，黃綠色，每日5—10次；過一些時候，大便變得更綠，帶有白塊，有時含有黏液（開始時沒有黏液）。一般小兒在大便前非常不安，哭鬧得很厲害，大便後就很高興，玩得很好。體溫不高，體重稍減低，但不顯著。舌頭上有白苔，如果拉稀的天數較多，就有鵝口瘡發生（註2）。如果對飲食即時加以管理，很快就會痊愈。在一些體質異常的嬰兒中間，如患有佝僂病和營養不良的嬰兒，單純性消化不良就很難痊愈。日期拖久了，大便轉變成爲腸炎時的樣子，大便稀，固體少，沒有白塊；有時次數較多，有時又次數減少，逐漸形成慢性的消化不良。

（2）中毒性消化不良。這是小兒急性消化紊亂，帶有中毒症狀。它是一種獨立的疾病，但有的時候是在單純性消化不良的基礎上發展起來的。發生中毒性消化不良的因素很多，凡是能引起單純性消化不良的因素，都能引起中毒的症狀；特別是飲食處理上的嚴重錯誤，如食物含脂肪過多，亂加輔助食品，或過早地改用人工餵養。又如食物含蛋白質過多而缺乏水分，也給機體創造了容易發生中毒的條件。由食物把傳染原帶入胃腸道內，如夏季腐壞和污染的牛奶也是引起中毒性消化不良的因素。因此在夏季中毒性消化不良發生得特別多。

中毒性消化不良的發病很突然。發病時，在吃奶後有嘔吐，以後逐漸發展，大便次數增多，每日15—20次。在開始

時大便秘的性狀和單純性消化不良很相似，很快就變成水分很多，含有黏液，但無血液。在病情變重時，嬰兒皮膚成為灰色或蒼白青紫，彈性消失，充實度不良；有脫水現象，如前囟門和眼眶凹下，舌頭、嘴唇乾燥；呼吸深而快，喘不過來。最主要的症狀是小兒意識朦朧，眼睛失去了有生氣和明亮的光彩，並對周圍沒有興趣，有時喪失意識。開始時嬰兒大腦皮層處於興奮狀態，所以顯得不安和睡不着覺，以後逐漸轉入抑制狀態，嬰兒全身無力，對周圍無反應，眼睛停留在一方，面部表情很痛苦，身體很少轉動，食慾低下，腸蠕動增加，逐漸腸壁走向半麻痺狀態，因而腹部出現膨脹，情況非常嚴重，必須及早治療。治療較晚或治療不正確，都要造成嬰兒的死亡。

嬰兒得了急性腸胃病應該怎麼辦？

嬰兒有了急性腸胃病必須要早期發現和早期治療，治療的方法可以分以下幾方面：

(1) 飲食療法。這是每個母親都應該學會的。飲食管治是治療嬰兒腸胃病最好的措施，特別對單純性消化不良，只要把飲食安排好就可以痊愈。單純性消化不良主要是胃腸細胞過度勞累，因此給以適當的休息和儘快使不正常物排泄出去是首要的工作。

一般在消化不良時可以採用茶水療法，所謂茶水療法就是不給嬰兒食物，只給嬰兒茶水以使胃腸獲得休息。在進行茶水療法時，根據嬰兒的具體情況，儘量把時期延長。平日正常嬰兒耐受力比較大，可以給12—18小時茶水療法。營養不良的嬰兒可以餓8—10小時，但飢餓的時間不能少於6小時。在飢

餓期間除茶水、生理鹽水或糖水外，絕對不能給以任何食物。茶水要涼一些，溫茶容易引起嘔吐。餵的時候要用小匙，不要用奶頭裝，因為奶頭吸吮易引起嘔吐。每次餵水量1—3小匙。每五分鐘餵一次。嬰兒一天可以得到300—400毫升水（10毫升約等於中國一普通湯匙量）。少量地餵茶水，一方面可以避免嘔吐，另方面便於吸收。過了這個期間就可以開始餵母乳，每5—7小時一次，每次5—7分鐘，這樣可以給嬰兒胃腸道足夠的時間休息。沒有母乳的嬰兒，可以用別人的奶代替，每5—7小時一次，每次50—70毫升；或給10%米湯水，每次70—100毫升。不論母乳或米湯，餵的時間間隔逐漸可以縮短到4—5小時一次。3—4天以後可以恢復正常量。對營養不良的嬰兒，治療時應該特別注意，最好用人奶。如沒有人奶，用米湯或其他東西代替也可以，但恢復時間必須要長一些。在單純性消化不良時，不需要給藥物。

在治療中毒性消化不良時，茶水療法的時間需要延長。營養正常的嬰兒可以餓20小時，營養不良的嬰兒餓18小時，重度營養不良的嬰兒餓12小時。在飢餓的過程中，必須供給充足的水量，每天800—1,000毫升。給母乳時要特別謹慎，每2小時一次，每次1—2茶匙。最好是把母乳擠出來，冷卻，去掉脂肪後再給嬰兒吃。餵的時候一定要用小匙，不要用奶頭，避免引起嘔吐。以後每天每次增加1匙直到6—7天。母親們絕對不要違反這個原則，不然就會引起腹瀉及嘔吐的情況再度惡化。為了避免母親乳汁分泌的減少，可以早些給小兒直接吸吮母乳，但是吸吮時間要短，次數不能多，同時在吃奶前先讓孩子渴水，最好按每天每公斤體重供給水量150—200毫升的

標準。沒有母乳的嬰兒可以餵給米湯，開始時 15—20 毫升，以後每天每次加 1 匙。對中毒性消化不良的病兒，不能早給含蛋白質的食物，一般要在 6—7 天以後，才允許給少量蛋白質食物。如在治療過程中，嬰兒重新出現嘔吐時，就必須回到茶水療法。

嬰兒發生了中毒性消化不良，母親已經採取了以上的措施，但沒有收到效果，就必須及早把嬰兒送到醫院進行特殊的醫療措施，醫生會酌量情況給小兒興奮劑、強心劑、生理鹽水加葡萄糖、血漿及其他特效藥等。磺胺製劑及抗生素對中毒性消化不良都很有效，但都應由醫生處方。

(2) 一般護理。嬰兒患急性腸胃病時大便次數很多，經常刺激屁股的皮膚，因此在每次大便後要用溫水洗屁股，以免發生褥瘡。嬰兒在患病過程中要經常抱他到外面見見陽光，吸收新鮮空氣。經常抱起來可以使嬰兒改變體位，促進活動，多吸入新鮮空氣，增強抵抗力，避免發生肺炎。如果嬰兒情況比較嚴重，四肢發冷，就必須注意給嬰兒保暖。如嬰兒有抽風的趨勢。則必須及時請醫生診治。

怎樣預防嬰兒感染急性腸胃病

要預防嬰兒由於消化不良而引起急性腸胃病，最主要的辦法是用母乳餵嬰兒。為什麼吃母乳可以預防急性腸胃病？因為母乳最適合於嬰兒的需要，①它富有脂肪和糖，其中含蛋白質的種類不但完全而且易於消化。②母乳沒有細菌並含有酶、維生素及抗体（註 5），因此可以促進吸收和產生免疫作用。③母乳不但有滿足乳兒所需要的營養素，並能保證機體尚未十分發

達的胃腸道消化和吸收。母乳虽然有这些優點，但如果哺餵不得法，仍可以引起胃腸系統的紊亂。因此哺餵母乳時，也必須注意正確哺餵的制度，要按時給小兒奶吃，每3—4小時一次，每次15—20分鐘；如果小兒吸吮力弱或母親乳頭過緊時，哺乳時間可以延長到30分鐘，以保證小兒得到足夠的乳量。合理的哺餵方法可以預防嬰兒急性腸胃病；不合理的餵哺方法會引起長期過食或少食。過食或少食對嬰兒腸胃是不好的。如母乳很多時，一次哺餵，將兩乳房完全吃空，對一般嬰兒來說就是太多了。又有些母親經常只拿一側乳房給嬰兒吃，往往造成他側乳房分泌量逐漸減少，而這一側的分泌又不够嬰兒的需要，就使嬰兒少食。因此掌握正確的餵哺方法對母親來說是很重要的。正確的餵哺方法是將兩側乳房交換着吃，也就是一次吃左奶，下次吃右奶，這樣可使每個乳房的乳汁能全部被吸出，同時乳房被吸空後，乳腺管（乳房內分泌乳質的管）內壓力降低，下次乳汁就能分泌得更多。只有在母乳不够，小兒體重不足時才一次吃空兩個乳房。在這種情況下也要注意兩側的交換，就是一次先吃左奶後吃右奶，下次先吃右奶後吃左奶。另外有一點，如果母親的奶較多，小兒只需要一個奶所含的乳量時，最好把另一側乳房的奶抽空，這樣可以使乳汁定時分泌，對維持乳房分泌的功能是有好處的。抽出來的奶，最好保持清潔，供給缺奶的、或營養不良的小兒，對他們有莫大幫助。

母乳餵養的嬰兒到了一定的時間，必須要增加輔助食品，但在增加輔助食品開始的階段，往往容易引起腸胃病。因此在加添輔助食品時，必須注意食物的質和量及其添加的辦法。

以母乳餵養的正常嬰兒，在5—6個月以前，只需增加維

生素和果汁、菜水及魚肝油。5—6 个月以後，母乳中的鹽類和蛋白質就不够發育的需要，必須增加輔助食品。嬰兒在4—5 个月可以開始加蛋黃和稀飯；6—7 个月加土豆泥、葫蘆萄泥、餅乾、烤饅頭片和窩頭菜粥等。8 个月以後可加肉類及香蕉等。10—12 个月可給肉末、肉丸、豆腐、蘋果等。加添食品時，要注意多样化以提高嬰兒的食慾。量的掌握也很重要，應由少逐漸增多，同時新的食品必須逐一加添，切不可同時增加兩三樣。另外增加輔助食品，必須注意季節，如遇炎熱季節可考慮提前或延後4—5 週，以免嬰兒在不良的外界影响下產生消化道的紊亂。

斷奶對於預防嬰兒的腸胃病也有一定關係。往往由於斷奶的措施不恰當，造成嬰兒腹瀉，因此正確斷奶的制度和方法也是母親們必須掌握的。嬰兒的各種食品如能循序增加，到一歲至一歲半時就可以吃很多種的食物，斷奶就不會有什麼困難。健康的嬰兒在一歲時可以斷乳，對某一些小兒如消化力薄弱的可以延長到15 个月。斷奶時的步驟要逐漸地、一次一次地減少吃奶次數，而代之以其他食物。斷奶必須注意季節，炎熱的夏天不適於斷奶，最好是延遲到秋天。

另外有些嬰兒不到增加輔助食品的年齡，由於母乳不足，體重減輕，需要加些代乳品，這種餵養方法叫做混合餵養。目前在我國採用此法是比較隨便的。不論在醫院或在家裏只要嬰兒體重不增，就考慮增加牛奶，因此引起許多新生兒消化紊亂。根據新生兒消化系統的生理特點，只有母乳最適宜，因此當發現小兒體重不增時應首先研究如何可以增加母乳的分泌，並注意餵哺制度，加以適當的調整。這樣做後，體重若能增

加，就不需要混合餵養。如體重繼續下降才需要考慮混合餵養。開始時為了避免輔食加的過多或太少，最好在每次餵哺前後都要測量體重，算出每次吃入母乳多少，所缺少的還有多少，然後據此補充。小兒一日所需乳量與自然餵養相同，但在熱量方面要增加5—10%。其他輔助食品的增加完全和自然餵養時相同。混合餵養的方法有兩種，一種是在每次母乳餵養後，加餵定量的牛奶。這種方法，適合於母親能按時餵養小兒的情況，只因每次母乳分泌量不夠，而加一些其他的乳類。另一種是每天加一次或兩次牛奶和母乳交替餵養。這種方法適合於在外工作的母親，由於不能離開工作，按時進行哺乳，可以用牛奶和母乳交替地餵。在這種情況下，母乳的餵哺每天至少也應有三次，以免影響乳汁的分泌。同時要注意如果餵乳時間間隔較久，乳房過度膨脹，就必須按時抽出乳汁，留給小兒吃。

人工餵哺的嬰兒患病率較高，死亡率也高，因此非在萬不得已的情況下，最好不採用。進行人工餵養時必須正確的調配食品，嚴格掌握餵哺方法，才能收到良好的效果。因此食品的選擇，分配和計算熱量的供給都很重要。牛奶是較好的代乳品，在第一個月時最好是奶、水各半，第二個月改為牛奶 $\frac{2}{3}$ ，水 $\frac{1}{3}$ ，第五個月起則可改用全奶。用牛奶餵哺初生兒，必須要用水沖淡，其目的是使牛奶中主要成分接近於人奶，特別是牛奶中的蛋白質的含量比人奶高2.5倍。用米湯來沖淡牛奶對小兒的發育是有益的，因為米湯可以影響牛奶的膠質狀態，促進柔軟而疏鬆的酪蛋白凝結成塊，刺激胃腸的分泌，幫助脂肪的吸收。沖淡牛奶時最好用大米的湯，不用麵粉湯，因為麵粉容易

變質，給予細菌繁殖有利的條件，這點是應該注意的。特別在北方一帶，由於人們習慣於吃麵，不喜歡吃大米，給嬰兒準備米湯就比較困難，沒有利用已有的麵湯方便。知道麵湯的缺點後，就可以盡量克服在準備上的不方便，每天為嬰兒煮些米湯來沖淡牛奶。還有牛奶在收藏過程中很容易被污染，並且乳牛可能患結核病，因此使用牛奶必須要合理的消毒，也就是說在我們餵養嬰兒之前，必須把牛奶煮沸，然後放在煮過的容器中，保存在涼爽的地方，以免細菌繁殖。

人工餵養時，更應注意增添輔助食品的時間及質量，同時要注意察看小兒的大便，如發現有消化不良的情況時，立即將輔食餵養加以改善。

預防嬰兒急性腸胃病除注意調節飲食以外，還必須注意改善衛生條件。首先是食具的消毒，如奶瓶、奶頭，必須每天刷洗和煮沸，餵水的小匙和杯也須煮過，用完以後必須用乾淨的布蓋好。嬰兒的被、褥要常晒常洗，嬰兒的手也要按時洗淨以保持清潔。在夏天必須注意炎熱對嬰兒的危害，房屋要有防蠅設備，要通風換氣，使陽光能多照射室內，要常把嬰兒抱到避蔭的地方去玩。每天要用較涼的水給嬰兒洗澡，以免由於炎熱引起嬰兒胃腸機能失調而產生消化不良。

要達到真正能預防嬰兒急性腸胃病，做父母的或其他護理孩子的人們必須很好學習衛生常識，掌握正確的餵養方法及合理地安排嬰兒生活制度。所謂合理的嬰兒生活制度包括定時的餵哺、定時的睡眠和適當的頑。最合理的生活程序首先是安置小兒睡眠，睡醒後餵食，餵食後頑。2—4個月的小兒，每次頑不超過1½小時，而白天睡覺每次不得超過2小時，所以每兩

次餵奶中間時間應為 3—3½ 小時。5—9 個月的小兒一般每次
頑 2 小時，睡覺 2 小時，所以兩次餵食的中間時間應為 4 小
時。9—12 個月的小兒應每隔 4 小時餵一次，每次餵食後頑
2—2½ 小時，然後睡 1½—2 小時。這樣有次序地頑，睡眠及餵
食，對小兒的發育有莫大的好處。

附嬰兒餵養時間表：

1—4 個月的嬰兒：

1. 早晨 6 點鐘餵母乳
2. 早晨 9 點半餵母乳
3. 下午 1 點鐘餵母乳
4. 下午 4 點半餵母乳
5. 下午 8 點鐘餵母乳
6. 晚間 11 點半餵母乳

5—9 個月的嬰兒：

1. 早晨 6 點鐘餵母乳
2. 早晨 10 點鐘餵母乳及輔助食品
3. 下午 2 點鐘餵母乳及輔助食品
4. 下午 6 點鐘餵母乳及輔助食品
5. 晚間 10 點鐘餵母乳

10—12 個月的嬰兒：

1. 早晨 6 點鐘餵母乳
2. 早晨 10 點鐘餵粥、飯等
3. 下午 2 點鐘餵母乳及輔助食品
4. 下午 6 點鐘餵粥、飯、麵等
5. 晚間 10 點鐘餵母乳