

为早产宝宝产出母乳

通常早产宝宝需要留在新生儿重症监护病房。您的乳汁充当宝宝的食物兼药物。
婴儿出生后，尽快开始产出母乳是很重要的。您越早开始产出母乳，
您为宝宝提供的母乳就越多。



宝宝通过注射器接收初乳



注满初乳的注射器

最初几滴母乳被称为“初乳”

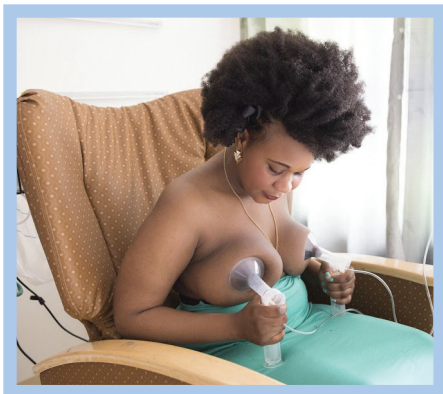
- 初乳只有很少几滴并且可能看起来有些发黄。初乳含有特殊的营养成分，可帮助预防感染。
- 由于初乳如此特殊，很多人将初乳称作“液体黄金”。
- 您可以利用吸奶器和您的手来获得初乳。宝宝出生后要尽快尝试收集您的初乳，这样当您的宝宝需要初乳时就能准备好。您越早开始尝试，您为宝宝提供的初乳就越多。
- 即使您的宝宝太小，还不能直接用奶瓶进食，护士也可以给您的宝宝喂食初乳。

随着时间的推移，母乳越来越多

- 几天后，您的乳汁会发生变化。变化后的乳汁看起来更白，并且您将会产生更多这样的乳汁。
- 这种乳汁通常是在您的宝宝出生大约3到5天后产生，有时甚至更长时间以后，如果您的宝宝是早产婴儿、您进行了剖宫产或者您在生产之前或生产过程中使用了特定药物的话。
- 这就是您宝宝成长所需要的乳汁。

我应该多久使用一次吸奶器？

- 每24小时吸奶至少8次。
- 并确保有夜间吸奶。可以设置闹钟提醒您起床吸奶。
- 最初几天只有几滴初乳是正常的。即便最初您吸不出太多乳汁，但是开始时经常吸奶将会有助于您日后产出更多的乳汁。



挤出的母乳

手工挤乳

- 您可以用您的手将母乳从乳房直接挤到一个小杯子里。
- 分娩后，甚至是临近分娩时，您都可以采用手挤。
- 为了产生更多母乳，手工挤乳可与吸奶器吸奶同时进行，也可在吸奶器吸奶之后进行。



母亲手工挤乳

在用吸奶器吸奶或手工挤乳方面，我如何获得帮助？

- 哺乳顾问（她们都是经过专门训练帮助您进行母乳喂养的专家）或护士能够帮助您使用吸奶器以及学习手工挤乳。
- 帮助和支持也可以来自您的家人和朋友。