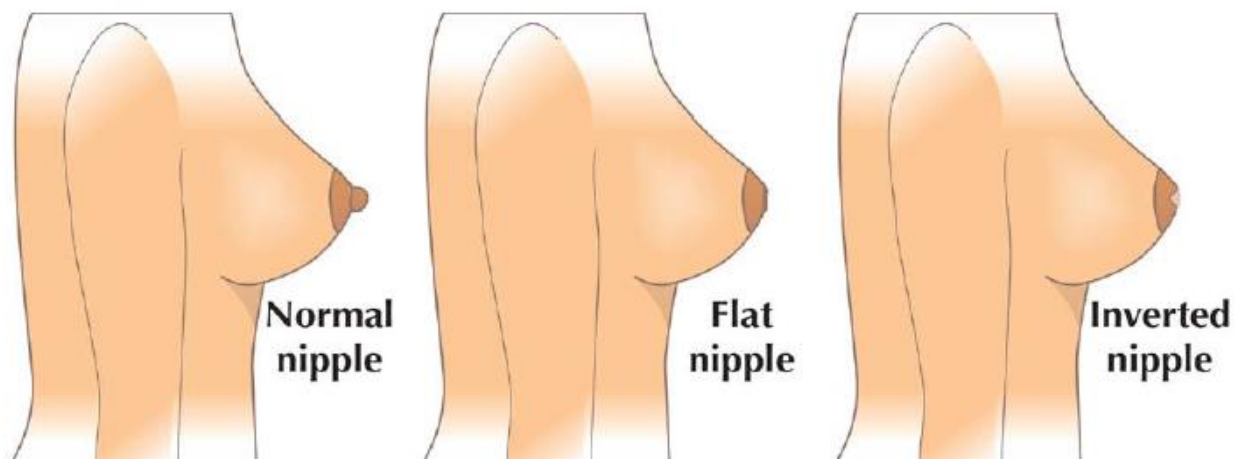


## 我的乳头是扁平的还是凹陷的？



乳头扁平或凹陷可能在开始喂奶时会带来问题。在母乳喂养之前先了解你的乳头的形状很有帮助。下面这些图片能够帮助你了解你的乳头形状。基本的乳头形状有三种：



正常乳头

扁平乳头

凹陷乳头

### 正常乳头：



这种正常的乳头很容易被婴儿含住。它通常是突起的，或者在受到刺激或母亲感觉到冷的时候突起。如果你轻轻地按压乳头边缘，它保持外翻。

如果你按压乳晕边缘，乳头仍然变扁平或凹陷，请参见下面的说明。



## 扁平乳头:



这种乳头比较难被婴儿含住。它是平的，甚至在受到刺激的时候也保持这个状态。

有些时候泌乳专家会建议你在产前使用乳头护罩，也有可能建议你在哺乳前使用吸奶器把乳头吸出来。请咨询你的泌乳专家或拥有专业知识的健康护理机构，以确定哪一种方案是最适合你的。

## 凹陷乳头:



这种乳头实际上在平时或受到刺激的时候是缩进去的。尝试轻轻地按压乳晕的边缘，通常它们保持凹陷。

有些时候泌乳专家会建议你在产前使用乳头护罩，也有可能建议你在哺乳前使用吸奶器把乳头吸出来。请咨询你的泌乳专家或拥有专业知识的健康护理机构，以确定哪一种方案是最适合你的。

请注意，我们的信息只为一般的教育或科普的目的而提供，不能代替专业医疗建议。请针对你的情况寻求医生的专业建议。一定不要因为本资料的某些内容而忽略或推迟寻求专业医疗意见。本宣传页由泌乳教育资源网 [www.yunfuxuexiao.net](http://www.yunfuxuexiao.net) 提供。信息资料来源: Lactation Education Resources