

当你的宝宝拒绝乳房时



如果你的宝宝有过奶瓶喂养或经常使用安抚奶嘴，他可能会对乳房产生疑惑感或排斥乳房。如果你的乳头比较软和扁平，宝宝可能会有含乳的困难。有些宝宝已经习惯了流量大的奶瓶，如果让他吸妈妈流速慢一些的奶他可能会感到烦躁。

有时，躺在宝宝身边，皮肤接触皮肤地抱着宝宝会有助含乳。让宝宝在你的怀抱中醒来。让宝宝感受你的存在，闻着你的气味，可能会让宝宝愿意吃奶。当宝宝有饥饿信号时，鼓励他自己找乳房。当宝宝醒来的时候，他会转头并用手脚寻找乳房。给宝宝一些时间，让他自己找到乳房。当宝宝感觉到乳房就在他的脸颊和下巴的时候，他会张嘴含乳。



每天花一两个小时与宝宝皮肤接触皮肤，不仅有助于母乳喂养，还会增强宝宝神经系统的发育，也让妈妈充满了乐趣。如果宝宝需要更多的协助，可以试着向后躺下喂奶。宝宝的小肚皮与妈妈的肚子有更大面积的接触，会让宝宝吃得更好。



你所需要做的就是往后靠，找到一个舒服的姿势并将你的宝宝放在接近乳房的位置。当他想要吃奶的时候，只要你帮点小忙，他会自己找到乳房。请看“后躺式哺乳”的视频，网址：<http://www.biologicalnurturing.com/video/bn3clip.html>

这里有一些小窍门可能会帮助排斥乳房的宝宝愿意含乳。转动宝宝的**身体**，让他可以和你“肚皮贴肚皮”地挨着。把他放在乳房的前面，让他的鼻子正好和你的乳头在同一水平线上。这样，他能够轻松地含住乳房，而不需要转头含乳。如果你的乳头不容易被含住，用你的手指转动乳头，让乳头凸出来。在乳晕边缘的后面轻轻地按压使之成为椭圆形。成 **U** 字型或 **C** 字型的手势可能会让宝宝更深地含乳。



当用摇篮抱法或交叉摇篮抱法抱宝宝时，使用 U 字型手势。当用橄榄球抱法抱宝宝时，使用 C 字型手势。确认宝宝的嘴和妈妈的乳头保持水平。将大拇指靠近宝宝的鼻子，其他的手指在乳房的另外一边。为了明白这些不同的手势请看“母亲引导含乳”的手册。



挤出几滴奶在乳头上让宝宝尝尝。将乳头从宝宝的鼻子移动到下巴使宝宝张大嘴。这时让宝宝靠近乳房。温柔平静地鼓励你的宝宝吧。

有时，泌乳专家会建议你除了在乳房直接吃奶以外也使用不同喂奶方法。如果 5 到 10 分钟后，你的宝宝还不含乳，用其它方法喂他吸出来的母乳或配方奶粉，确保这些方法不与母乳喂养冲突。如果你的宝宝还是排斥乳房，不要强迫他，试着含乳不要超过 10 分钟。你应该让乳房成为一个快乐的地方，而不是一个战场。

坚持和耐心可以纠正这种情况。不要在这个时候让你的宝宝使用奶瓶或安抚奶嘴以免造成混淆。母乳喂养比较顺利后再使用。记住，新生儿需要每天吃 8-12 次奶，每天有 6-8 次小便和几次大便。如果这些提示不能帮助解决问题，可以与泌乳专家或有丰富经验的医务人员联系。

这种情况下，你可能需要泌乳专家的帮助。泌乳专家可能会用乳头保护罩，补充喂养器或配合奶瓶流量的其它类型的器具。

当你努力让宝宝接受乳房并使用其它喂母乳方法时，要使用医院级的吸奶器每天至少吸 8 次奶，以保持母乳的充足。如果奶水充足，让宝宝愿意含乳会更加容易。

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 提供。信息资料来源: Lactation Education Resources