

安抚奶嘴的使用



妈妈们经常会问是否可以给宝宝用安抚奶嘴。有些家长想用安抚奶嘴来安抚宝宝，但其他人不敢用。需要考虑的问题有哪些呢？

母乳喂养时间变短

很长时间安抚奶嘴被认为可以帮助爱哭的宝宝和疲惫的父母。不过，现在有一些新的对于母乳喂养的宝宝使用安抚奶嘴的见解：使用安抚奶嘴也许会影响母乳喂养的建立和时长。

Righard 和 Alade 的研究表明宝宝在产后两个星期内使用安抚奶嘴的时候会引引起含乳姿势不够深以及吸吮效率低。这些宝宝有较大机率产生母乳喂养的问题。他们的研究发现顺利开奶的前提是保证宝宝从开始哺乳时就有正确的吸吮技巧，所以应该避免频繁使用安抚奶嘴和过早使用奶瓶喂养。他们也发现用安抚奶嘴的宝宝母乳喂养时长会变短。

Victoria et al 调查了 354 个妈妈后发现用安抚奶嘴的宝宝有三倍的风险会过早断奶。他们以为使用安抚奶嘴的宝宝少吃奶，结果是：乳房刺激得少，奶量也少了，或者使用安抚奶嘴缓解母乳喂养的问题，或者用安抚奶嘴帮助早断奶。

胆囊收缩素

宝宝吸吮时，激素胆囊收缩素会释放在婴儿的肠道里。这个激素会释放两次：第一次，在宝宝开始吸吮 10 分钟后。吸吮刺激迷走神经，释放这种激素。第二次发生在宝宝开始吸吮 30 分钟后。肠道里的奶水（脂肪）会刺激这种激素的释放。

胆囊收缩素会产生满足感、镇定感和疲乏感。这种反应会在母乳喂养时发生，也会在吃安抚奶嘴时发生。父母要避免过度使用安抚奶嘴因为会导致错过喂奶并且增重失败。

安抚奶嘴的使用和婴儿猝死综合症

安抚奶嘴的使用和减少婴儿猝死综合症有关，所以一些医疗权威建议宝宝入睡时用安抚奶嘴。为了减少对母乳喂养的负面影响，在母乳喂养建立好之前不建议用安抚奶嘴（产后头几个星期）。婴儿猝死综合症的高发期是在婴儿两个月到三个月大的时候。建议宝宝这时候用安抚奶嘴。当宝宝睡着后，如果安抚奶嘴从嘴里掉出来，不需要把它放回去。



引用：

American Academy of Pediatrics Task Force on Sudden Infant Death Syndrome. The changing concept of sudden infant death syndrome: diagnostic coding shifts, controversies regarding the sleeping environment, and new variables to consider in reducing risk. *Pediatrics*. 2005 Nov; 116(5):1245-55.

Feldens CA, Ardenghi TM, Cruz LN, Cunha Scalco GP, Vítolo MR. Advising mothers about breastfeeding and weaning reduced pacifier use in the first year of life: a randomized trial. *Community Dent Oral Epidemiol*. 2012 Dec 13. doi: 10-1111/cdoe.12030.

Jaafar SH, Jahanfar S, Angolkar M, Ho JJ. Effect of restricted pacifier use in breastfeeding term infants for increasing duration of breastfeeding. *Cochrane Database Syst Rev*. 2012 Jul 11;7:CD007202

Krongborg H, Vaeth M. How are effective breastfeeding technique and pacifier use related to breastfeeding problems and breastfeeding duration? *Birth*. 2009 Mar;36(1):34-42.

Marchini G, Lindén A. Cholecystokinin, a satiety signal in newborn infants? *J Dev Physiol*. 1992 May;17(5):215-9.

Moon RY, Fu L. Sudden infant death syndrome: an update. *Pediatr Rev*. 2012 Jul; 33(7):314-20. Doi: 10.1542/pir.33-7-314.

Nickel NC, Labbok MK, Hudgens MG, Daniels JL The extent that noncompliance with the ten steps to successful breastfeeding influences breastfeeding duration. *J Hum Lact*. 2013 Feb;29(1):59-70.

Riguard, L., & Alade, M. (1992). Sucking Technique and its Effect on Success of Breastfeeding. *Birth* 19:4, 185-189.

Victoria, C., et al. (1993). Use of Pacifiers and Breastfeeding Duration. *The Lancet* 341, 404-406.

Uvnaas-Moberg, K., Marchini, G., Winberg, J. Plasma cholecystokinin concentrations after breastfeeding in healthy 4 day old infants. *Archives of Disease in Childhood*. 1993 68:46-48.