

哺育乳

Breastfeeding

親和點滴

怎樣儲存擠出的母乳 (一)

母乳宜存放於雪櫃的上層位置

新鮮擠出的母乳可以參考以下存放建議...

存放溫度/環境	建議存放時間	
	新鮮擠出的母乳	已溶解的冰奶
雪櫃冷藏格 (4°C)	4天	從冰奶完全溶解開始計算: 1天
冷格 (-18°C 或以下)	6個月	不可放回冰格
冰袋加冰種	24小時	—
室溫 (25°C 或以下)	4小時	1-2小時



不宜!

把母乳放於溫度不穩定的雪櫃門架上，而且未煮熟的食物應放下層。

資訊只供參考，如有疑問，請諮詢您的醫護人員。

資料來源：香港衛生署

Available at https://www.fhs.gov.hk/tc_chi/breastfeeding/20038.pdf

Accessed on 14MAR2020

重要聲明: 建議在嬰兒出生的首六個月內進行純母乳餵哺，然後引入足夠營養的輔食，以及持續母乳餵哺至兩歲或更長時間。

WYETH® 及惠氏® 為Wyeth LLC.之註冊商標，授權下使用。

www.wyethnutrition.com.hk/

WYE-EM-074-APR-20

Wyeth Nutrition

母乳 Breastfeeding 親和點滴

怎樣儲存 擠出的母乳 (二)

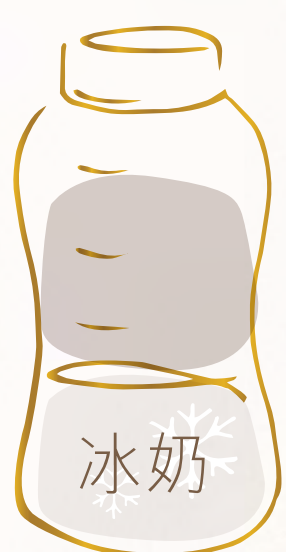


應先把新鮮擠出的
母乳置於雪櫃內
冷凍約一小時，
然後才加入冰奶內。



不可

把新鮮擠出的
母乳直接加入
冰奶內。



凍奶

冰奶

放回冰格



冰奶的分量必須多於凍奶，
以免冰奶完全溶解。

資訊只供參考，如有疑問，請諮詢您的醫護人員。

資料來源：香港衛生署

Available at https://www.fhs.gov.hk/tc_chi/breastfeeding/20038.pdf

Accessed on 14MAR2020

重要聲明：建議在嬰兒出生的首六個月內進行純母乳餵哺，然後引入足夠營養的輔食，以及持續母乳餵哺至兩歲或更長時間。

WYETH® 及惠氏® 為Wyeth LLC.之註冊商標，授權下使用。

www.wyethnutrition.com.hk/

WYE-EM-074-APR-20

Wyeth | Nutrition

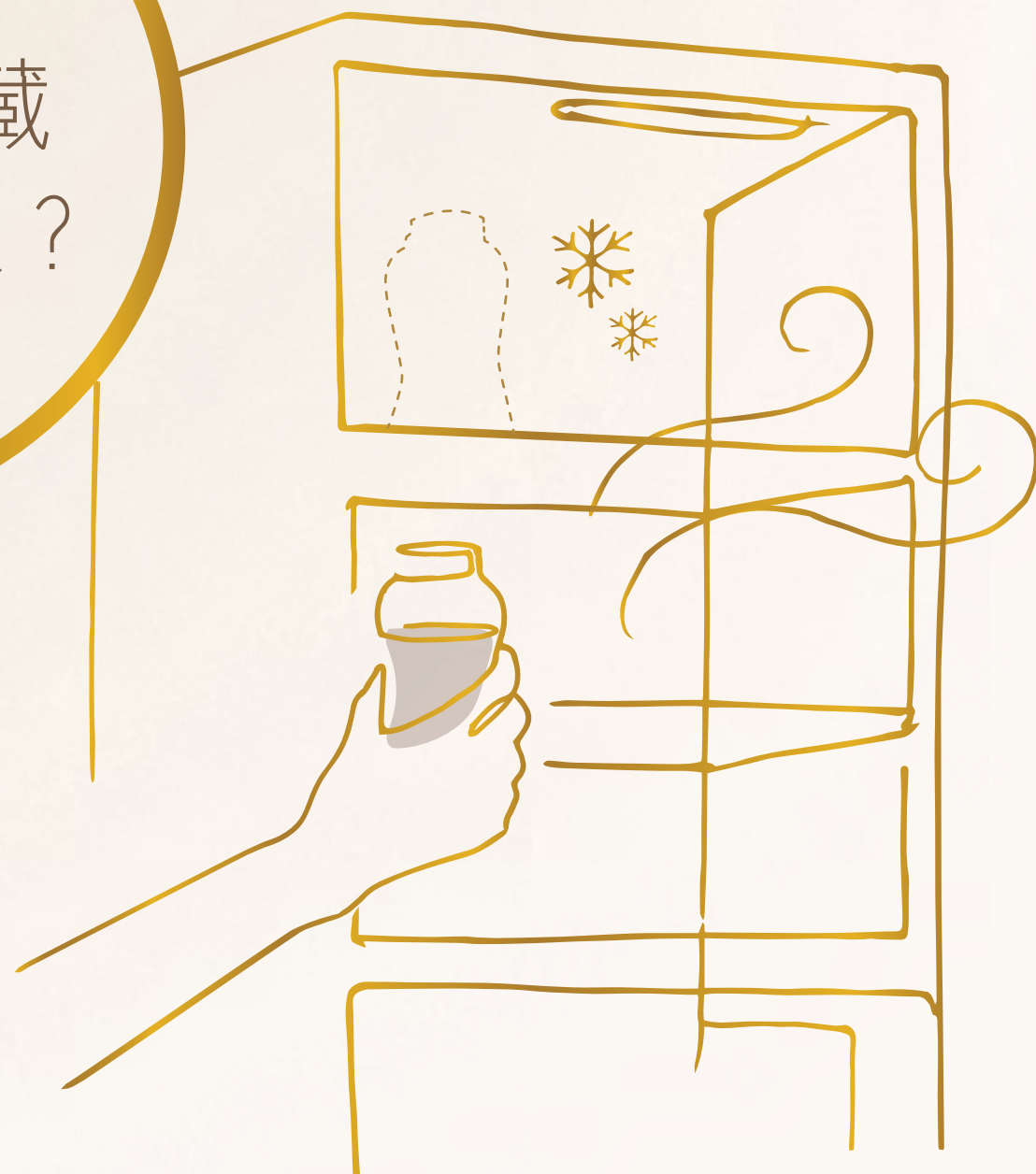


哺乳 Breastfeeding 親和點滴

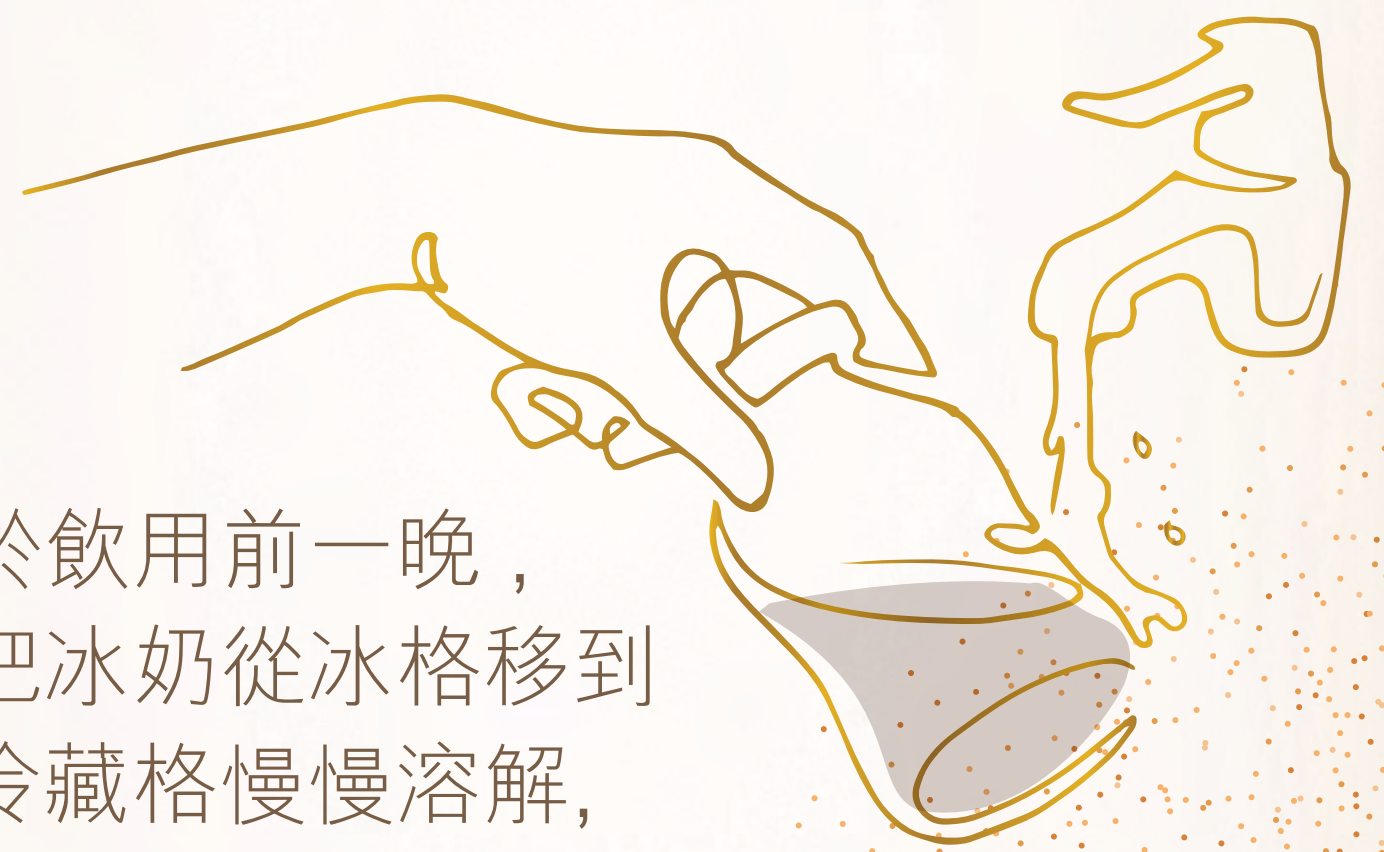
怎樣將 母乳解凍

餵哺前，
怎樣將冷藏
的母乳解凍？

冰奶



於飲用前一晚，
把冰奶從冰格移到
冷藏格慢慢溶解，
或用水沖冰奶瓶。



凍奶

寶寶可以直接飲用凍奶。
如有需要，可把奶瓶放進
不高於40°C溫水加暖至
合適溫度。

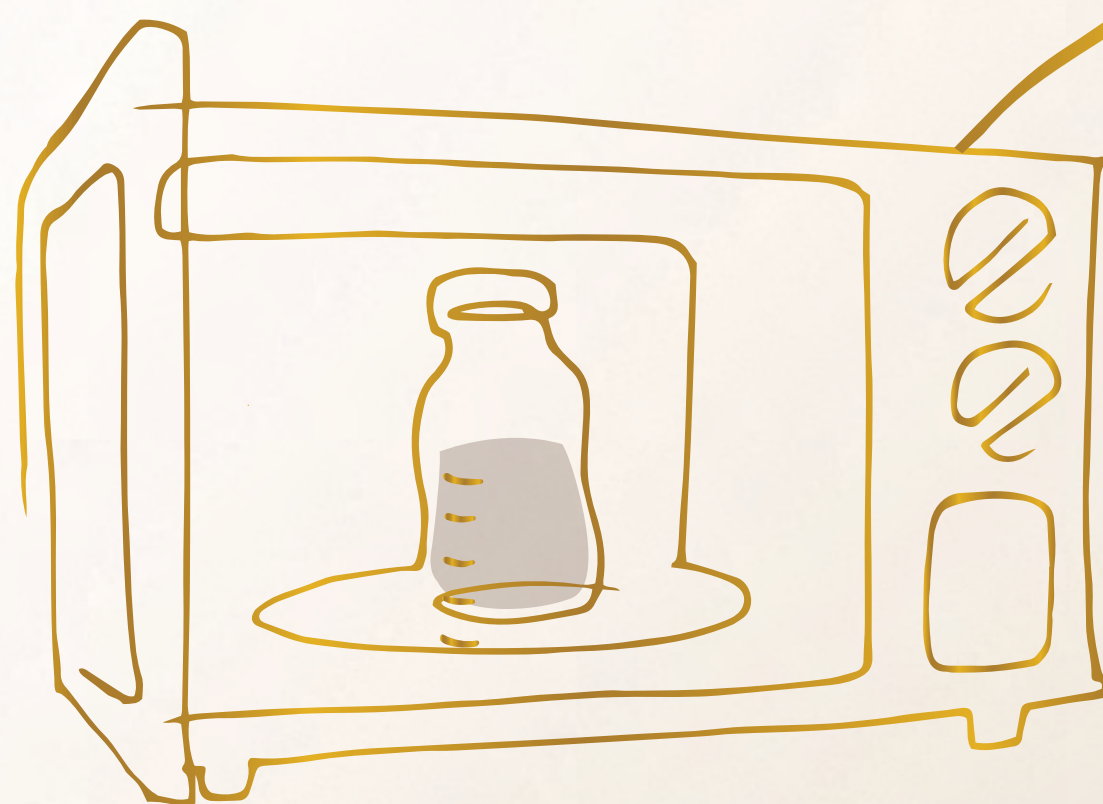


把奶滴在手背試溫，
感到和暖便合適了。



切勿

切勿用微波爐或煮食爐
加暖母乳，過熱會破壞
母乳的營養。用微波爐
加熱更有機會因熱力
不均勻而灼傷寶寶。已
溶解並加暖的母乳應於
2小時內食用，
否則應棄掉。



資訊只供參考，如有疑問，請諮詢您的醫護人員。

資料來源：香港衛生署

Available at https://www.fhs.gov.hk/tc_chi/breastfeeding/20038.pdf

Accessed on 14MAR2020

重要聲明：建議在嬰兒出生的首六個月內進行純母乳餵哺，然後引入足夠營養的輔食，以及持續母乳餵哺至兩歲或更長時間。

WYETH® 及惠氏® 為Wyeth LLC.之註冊商標，授權下使用。

www.wyethnutrition.com.hk/

WYE-EM-074-APR-20