

配方奶餵養6-9個月大嬰兒

決定如何餵養6至9個月大的嬰兒並非易事。母乳餵養最有利於孩子的成長發育。但是有時，出於醫學或個人原因，可以使用市售的嬰兒配方奶替代母乳或作為補充。

做出明智的決定

確保您掌握了全面的信息，足以做出明智的決定。聯繫您的醫護人員或公共衛生護士，或撥打8-1-1聯繫HealthLink BC。他們可以與您討論每種選擇的優勢、風險和成本。而且若您決定使用配方奶，他們可以幫助您選擇最適合您孩子的類型。

您知道嗎

世界衛生組織、加拿大衛生部、加拿大營養師協會，加拿大兒科協會以及卑詩省衛生廳均建議，在寶寶出生後的頭6個月裡只給他們餵食母乳。當寶寶開始進食固體家常食物後，母乳仍然是重要的營養來源。如果可行，繼續母乳餵養您的孩子直至其長到2歲或更大。

如果您使用配方奶

如果可以，同時進行母乳餵養

儘可能給孩子餵食母乳。如果您給孩子餵食配方奶，嘗試將它作為您本人母乳的補充（參見6至9個月大嬰兒的食物補充）。

如果您目前沒有進行母乳餵養，但希望將來母乳餵養寶寶，請諮詢您的醫護人員如何保持泌乳。或通過卑詩省哺乳顧問協會（bclca.ca）尋找泌乳導師。

安全使用配方奶

諮詢您的醫護人員或公共衛生護士，或撥打8-1-1聯繫HealthLink BC，了解如何安全地配製和存放配方奶。

加拿大衛生部會審查所有市售嬰兒配方奶的安全與營養。但配方奶有可能會被細菌污染或缺失某種成分。請訪問加拿大政府健康風險與安全專題頁面 healthcanadians.gc.ca，以查詢產品召回資訊，並註冊登記安全警報。

危險

若您使用嬰兒配方奶，請務必只選擇市面上基於牛乳的配方奶產品（如果您的孩子不能食用基於牛乳的產品，則選擇市售的基於豆奶的配方奶）。其他的飲品不能夠為6至9個月大的嬰兒提供所需的營養。

絕對不要給6至9個月大的嬰兒餵食下列產品以代替嬰兒配方奶：

- ✗ 煉乳或奶精
- ✗ 牛奶或羊奶
- ✗ 堅果類「奶」，如杏仁奶、腰果奶和椰奶等
- ✗ 其他「奶狀」製品，如米漿、薯奶、豆漿、火麻仁奶等

請注意

使用家用自動機器配製嬰兒配方奶可能不安全。機器可能無法將水加熱到足夠的溫度，無法殺滅配方奶中可能攜帶的細菌，機器亦有可能無法精準控制所需的奶粉量。



重點提要

儘管母乳最適合6至9個月大的嬰兒，但有時還是需要配方奶。如果您需要使用配方奶，但是對此感到不適或內疚，請諮詢您的醫護人員。謹記無論您如何餵養孩子，都可以利用哺餵的時間來建立親密有愛的紐帶。

在飲用水中錳含量過高的地區，請使用另一種水源配製嬰兒配方奶。在確認水的安全性之前，請勿飲用或使用顏色不正常的水來準備食物或配製嬰兒配方奶。



您知道嗎

如果您擔心自己的飲用水安全，請與衛生部門取得聯繫。訪問gov.bc.ca/gov/content/environment/air-land-water/water/water-quality/drinking-water-quality/health-authority-contacts。

