

# 在医院以及家中母乳喂养您的早产宝宝

早产宝宝需要留在新生儿重症监护病房。宝宝们在医院的时候就要开始学习如何进食母乳，即使宝宝们回家以后也要继续学习。

## 宝宝在医院的时候，我什么时候开始母乳喂养？

- 当您贴身抱着宝宝时可以开始母乳喂养。您的宝宝会得到安慰，并且还能帮助您产出更多的乳汁。最初，您的宝宝只能喝一点点母乳。他或她会通过奶瓶或喂食管喝掉剩余的母乳。
- 到了34到36周左右，大多数婴儿都能够进食更多的母乳。那些住院期间呼吸需要额外帮助的宝宝们可能需要更长的时间才能开始母乳喂养。
- 当您的宝宝可以开始母乳喂养的时候，宝宝的医生和护士会通知您。



## 宝宝在医院的时候，我如何进行母乳喂养？

- 学习母乳喂养您的宝宝是件不容易的事。最初，您的宝宝可能每天只能吮吸母乳1-2次。坚持练习！随着时间的推移，您的宝宝将能够吮吸母乳多次。
- 当他们刚开始学习时，您的宝宝在吮吸母乳期间可能需要休息。
- 在他或她学习吮吸母乳的时候，使用乳头罩能够让宝宝更容易获取母乳。乳头罩可以在医院的时候使用，也可以在宝宝回家后前几个星期使用。
- 当您的宝宝学习吮吸母乳来获取更多母乳的时候，别忘了继续使用吸奶器，继续做皮肤接触护理。

## 额外营养：

- 当您的早产宝宝在医院乃至您回家以后，宝宝可能会需要一些额外营养，应将营养素添加到奶瓶中的母乳内，以帮助宝宝成长。
- 随着宝宝慢慢长大变强，他或她需要的额外营养就会变少。
- 您可以咨询宝宝的医生，了解需要在多长时间内在您的母乳中添加额外营养。



## 在家中母乳喂养宝宝：

- 宝宝回家后，您的喂养方式要和他或她在医院时的喂养方式保持一致。咨询宝宝的医生何时能够改变您的喂养习惯。
- 如果您愿意的话，随着宝宝长大，您可以开始增加吮吸母乳喂养，减少吸奶瓶喂养。
- 任何有关母乳喂养的问题您都可以咨询哺乳顾问（她们都是经过特殊训练帮助您进行母乳喂养的专家）。