

# 母乳哺育的支持：貼近母親



## 國際哺乳週

1- 7 August 2013

[www.worldbreastfeedingweek.org](http://www.worldbreastfeedingweek.org)

### 2013年國際哺乳週的目標

- 1 喚起大眾注意同儕支持對於幫助母親建立以及持續哺乳的重要性。
- 2 告知民眾同儕諮詢的高度有效利益,以結合各界力量擴展同儕諮詢計畫。
- 3 鼓勵哺乳的支持者,不論其教育背景,可以進一步受訓來支持母親和嬰兒。
- 4 替哺乳母親找到當地社區的支持聯絡點,讓婦女在生產後可以有地方尋求協助和支持。
- 5 呼籲全球政府以及產科機構積極執行十措施,尤其是第十措施,以改善純母乳哺育的時間及比率。

## WABA 2013



國際母乳哺育行動聯盟 (WABA) 是由支持、保護及鼓勵母乳哺育的個人、聯盟及團體組成的全球聯盟。以伊諾森蒂宣言、哺育未來十大方針 (Ten Links for Nurturing the Future) 及世界衛生組織/聯合國兒童基金會的全球嬰幼兒餵食策略為行動準則。它的主要夥伴包括國際嬰兒食物行動聯盟 (IBFAN)、國際母乳會 (LLLI)、國際泌乳顧問協會 (ILCA)、Well-start International (WI)、及母乳哺育醫師學會 (ABM)。WABA和聯合國兒童基金會有顧問的關係。是一個非政府團體。為聯合國經濟及社會議會 (ECOSOC) 的特別顧問。

WABA, PO Box 1200  
10850 Penang, Malaysia  
Tel: 60-4-658 4816 | Fax: 60-4-657 2655  
Email: [waba@waba.org.my](mailto:waba@waba.org.my) | Web: <http://www.waba.org.my/>  
Past WBWs site: <http://www.worldbreastfeedingweek.net/>

JANUARY							FEBRUARY							MARCH							APRIL							MAY							JUNE									
S	M	T	W	T	F	S	S	M	T	W	T	F	S	S	M	T	W	T	F	S	S	M	T	W	T	F	S	S	M	T	W	T	F	S	S	M	T	W	T	F	S			
		1	2	3	4	5						1	2	31					1	2			1	2	3	4	5	6						1	2	3	4	30						1
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8			
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15			
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22			
27	28	29	30	31	24	25	26	27	28	24	25	26	27	28	29	30	28	29	30	26	27	28	29	30	31	23	24	25	26	27	28	29												

  

JULY							AUGUST							SEPTEMBER							OCTOBER							NOVEMBER							DECEMBER							
S	M	T	W	T	F	S	S	M	T	W	T	F	S	S	M	T	W	T	F	S	S	M	T	W	T	F	S	S	M	T	W	T	F	S	S	M	T	W	T	F	S	
		1	2	3	4	5	6					1	2	3	1	2	3	4	5	6	7			1	2	3	4	5						1	2	1	2	3	4	5	6	7
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	8	9	10	11	12	13	14	
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	15	16	17	18	19	20	21	
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	22	23	24	25	26	27	28	
28	29	30	31	25	26	27	28	29	30	31	29	30	27	28	29	30	31	24	25	26	27	28	29	30	29	30	31															

# 2013年國際哺乳週

## 母乳哺育的支持：貼近母親



今年國際哺乳週(的主題「母乳哺育的支持：貼近母親」，強調母乳哺育同儕諮詢。即使母親能夠獲得一個良好的開始，母乳哺餵率也往往在產後數週或數個月後急遽的下降，尤其是純母乳哺餵。當母親不到醫療機構的這些時間，來自於社區的支持系統對母親們而言是不可少的。維持母乳哺育的持續性支持可以藉由多元的方式來提供。傳統上，支持來自家庭；然而，隨著社會的變遷，特別是都市化，來自於更廣大網絡的支持對母親們而言是必要的，無論它是來自於有良好訓練的健康工作者、泌乳顧問、社區領袖、同樣身為母親的朋友、及/或父親/伴侶。

同儕諮詢計畫是一種經濟且有效之方法，可以更頻繁地接觸更多的母親。同儕諮詢員可以是社區中任一受過訓練懂得如何幫助母親的人，在社區內受過訓練且隨時可以被諮詢的諮詢員將是母親有哺乳疑問及狀況時的最好幫助。“來自哺乳母親本身家中和社區內的日常及持續性的支持，是實踐母乳哺育的最佳方法。”

參考文獻：Saadeh RJ, editor with Miriam H. Labbok, Kristin A. Cooney, Peggy Koniz-Booher (1993), Breast-feeding: the Technical Basis and Recommendations for Action: Role of Mother Support Groups, Geneva, World Health Organization, 62-74. [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/58728/2/WHO\\_NUT\\_MCH\\_93.1\\_%28part2%29.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/58728/2/WHO_NUT_MCH_93.1_%28part2%29.pdf)

## 對母親與兒童的支持環

支持哺乳的五個圓環顯示，這五方面可能會影響母親哺乳的決定及是否有正向的哺乳經驗。這五個環在2008年國際哺乳週被提出來，支持的環是母親哺乳其嬰兒的重要基礎。五個支持的環是：家庭與社會網絡、健康照護系統、職場與僱用關係、政府/法規及危機或緊急狀況的處理，圍繞著處在圓環中心的婦女。

### 婦女在圓環中心

婦女在圓環中心，因為有無支持直接影響到婦女，在確保得到支持及對他人提供支持，婦女也有重要的角色，在WABA母乳哺育的全球母親支持運動(GIMS)的聲明(2007)有提到：「在支持的動態中，母親是主動參與者，是訊息與支持的提供者也是接受者。」見 <http://www.waba.org.my/whatwedo/gims/gims+5.htm>

### 家庭與社會網絡

丈夫/伴侶/父親，家人及朋友組成母親即刻與持續的支持網路，社會支持包括：在市場、宗教團體、鄰近的公園等的社區支持，婦女懷孕期間得到支持可以減少壓力，待產與生產時的支持可以增強母親的能力感。社會支持可提升母親在幾個星期到幾個月後仍繼續哺乳的信心。



### 健康照護系統

健康照護系統有很多的機會可以支持母乳哺餵，從友善的產前照護，對待產與生產的支持服務，以及到產後，產後期的照護，這些都有利於親子關係的建立與最佳的嬰兒餵食。受過諮詢技巧訓練的健康照護人員在生產前及生產後支持母親。

### 職場與僱用關係

職業婦女面對工作與哺乳的挑戰，是很需要支持的，對於不同的職場母親有不同的支持方式，但是不外乎是協助母嬰接觸、擠乳及儲存母乳。

### 政府/法規

來自於國際規範的支持、對最佳的嬰兒餵食方式的保護、加上主動且有足夠經費的國家委員會，有利於計劃哺乳或已經哺乳的母親。立法對抗母乳代用品的積極市場行銷及制定有薪的產假也有益於哺乳的婦女。

### 對危機或緊急狀況的處理

此支持的圓環指的是當一位婦女身處在一個未預期的或嚴重且不易控制的狀況時所需要的支持，這些需要特殊計劃和支持的情況有：自然的災難、難民營、離婚訴訟中、母親或嬰兒有重大疾病、或生活在愛滋病毒/愛滋病高流行區且缺乏支持母乳哺餵的地區。

贊助：WABA不接受任何母乳代用品及相關器材或副食品廠商的贊助，WABA鼓勵所有參與國際哺乳週的成員尊重並遵守此倫理規範。

## 國際哺乳週協調及分發中心

**OVERALL COORDINATION 總協調**  
WABA Secretariat  
P O Box 1200, 10850 Penang, Malaysia  
Fax: 60-4-657 2655, waba@waba.org.my  
www.waba.org.my  
www.worldbreastfeedingweek.org

✉ **AFRICA 非洲**  
IBFAN Africa  
P O Box 781, Mbabane, Swaziland  
Fax: 268-40 40546, ibfanswd@realnet.co.sz

IBFAN Afrique  
Cite Ouaga 2000, 01 BP 1776,  
Ouagadougou 01, Burkina Faso  
Fax: 226-50-374163, ibfanfan@fasonet.bf

✉ **ASIA 亞洲**  
WABA Secretariat  
(See address under OVERALL COORDINATION)

✉ **SOUTH ASIA 南亞**  
Breastfeeding Promotion  
Network of India (BPNI)  
BP-33, Pitampura, Delhi 110 034, India  
Fax: 91-11-2734 3606, bpni.india@gmail.com

✉ **EUROPE 歐洲**  
Baby Milk Action  
34 Trumpington Street, Cambridge  
CB2 1QY, UK Fax: 44-1223-464 417  
info@babymilkaction.org

COFAM / SMAM  
chez Nicole LARTIGUE  
33 rue des Alizés 17140 LAGORD  
France  
www.info-allaitement.org

IBFAN-GIFA  
Avenue de la Paix 11, 1202 Geneva,  
Switzerland  
Fax: 41-22-798 4443, info@gifa.org

Aktionsgruppe  
BabyNahrung Ev (AGB)  
Untere Maschstrasse 21  
D-37073 Göttingen, Germany  
Fax: 49-551-531 035, info@babyahrung.org

✉ **LATIN AMERICA 拉丁美洲**  
CEFEMINA  
Apartado 5355, 1000 San Jose, Costa Rica  
Fax: 506-224 3986, cefemina@racsa.co.cr

CEPREN  
Av. Pardo, 1335 Of.301-302, Lima-18 Peru  
Fax: 51-1 241 6205  
cepren@amauta.rcp.net.pe

IBFAN BRASIL  
Rua Carlos Gomes, 1513,  
Sala 02 Jd. Carlos Gomes  
Jundiaí - SP - Brasil  
CEP: 13215-021  
Email: coordenaibfan@terra.com.br  
Tel/Fax: (11) 4522 5658

✉ **NORTH AMERICA 北美洲**  
LLL International  
957 N. Plum Grove Road  
Schaumburg, IL 60173-4808, USA  
Fax: 847-969 0460  
llhq@llli.org • www.llli.org

INFAC CANADA  
520 Colborne Street, London, Ontario,  
Canada, N6B 2T5  
Fax: 1-416-591 9355  
info@infactcanada.ca  
www.infactcanada.ca

✉ **PACIFIC 太平洋洲**  
Australian Breastfeeding  
Association (ABA)  
P O Box 4000, Glen Iris, IC 3146, Australia  
Fax: 61-3-9885 0866  
info@breastfeeding.asn.au  
www.breastfeeding.asn.au

Development Officer PINDA  
c/o Christine Quested  
Nutrition Centre Health Department  
Private Mail Bag, Apia, Western Samoa  
Fax: 685-218 70  
christineQ@health.gov.ws