



國際母乳哺育行動聯盟 | 國際母乳週

# 母乳哺育 永續發展之關鍵

**1** 

母乳哺育是一種自然及低成本的嬰幼兒餵食方式。和人工餵養比較，母乳哺育是每個人都負擔的起，而且不會增加家庭預算。母乳哺育可以減少貧窮。

**2** 

純母乳哺育及持續哺乳到兩歲以上，可提供高品質營養和足夠的能量，有助於避免飢餓、營養不良及肥胖。母乳哺育也代表嬰兒的食物安全。

**3** 

母乳哺育顯著改善嬰兒和兒童的健康、發展和生存。它也有助於改善母親的健康和福祉，無論是在短期和長期的。

**4** 

母乳哺育和適當的副食品餵食是準備開始學習的基礎。母乳哺育和品質好的副食品顯著地有助於心智和認知的發展，從而促進學習。

**5** 

母乳哺育是偉大的均衡器，讓每一個孩子生命有公平和最好的開始。母乳哺育是女性的獨特權利，她們應該得到社會的支持，以利母乳哺育。當哺乳母親能掌控如何餵食她的孩子時，她們就可以在哺乳的經驗中得到滿足以及被增能。

**6** 

依需求哺乳提供嬰兒所需的水分，即使在炎熱的天氣中。另一方面，配方奶餵食需要獲得清潔的飲用水、衛生和衛生設備。

**7** 

和配方奶製造工業相比，母乳哺育耗費更少的能源。也減少了家庭中對水、柴火和化石燃料的需求。

**8** 

雇主的支持能讓哺乳婦女生產力更好也更忠誠。母職保護及其他有關工作場所的政策可以讓婦女得以兼顧哺乳與工作。體面的工作應該顧及哺乳婦女的需求，尤其那些在不穩定狀況中的婦女。

**9** 

隨著工業化及都市化，離家工作的哺乳婦女需要應付日益增加的時間及空間的挑戰，也必須得到雇主，家人及社區的支持。工作場所附近設有托兒所、哺乳室及哺乳休息時間就可以使情況大大改善。

**10** 

母乳哺育的做法在全世界都不同，需要被保護、宣導及支持。特別是在貧窮和弱勢的族群。這樣有助於縮小差距。

**11** 

在忙亂的大都市中，哺乳母親及嬰兒需要在所有的公共場所都覺得安全及受歡迎。當有天災人禍危機時，婦女及兒童受到的影響特別大，懷孕及哺乳婦女在危機時需要特別的支持。

**12** 

母乳哺育提供一種健康的、活性的、沒有污染、不消耗大量資源，永續及自然的營養和糧食來源。

**13** 

在全球暖化引起和氣候相關的災難時，母乳哺育守護嬰兒的健康與營養。

**14** 

相較於配方奶哺育，母乳哺育製造的廢棄物非常少。配方奶的製造及行銷導致垃圾增加污染海洋，影響海洋生物。

**15** 

母乳哺育比配方奶哺育更符合生態環境，製造配方奶往往意味著乳品業會給自然資源帶來壓力，增加碳排放並造成氣候變遷。

**16** 

母乳哺育在許多人權架構及公約中被明文記載，母乳哺育的母嬰需要國家立法和政策來保護支持，以保障他們的權益。

**17** 

全球嬰幼兒餵食策略(GSIYCF)促進了多個部門的合作，並透過母乳哺育計劃及倡議行動來建立支持此發展的許多合作夥伴關係。



# 永續發展的 全球性目標

1   
消除各地一切形式的貧窮

2   
消除飢餓，達成糧食安全，  
改善營養及促進永續農業

3   
確保健康及促進各年齡層  
的福祉

4   
確保有教無類、公平以及高品質  
的教育，及提倡終身學習

5   
確保有教無類、  
公平以及高品質的教育，  
及提倡終身學習

6   
確保所有人都能享有水及衛生  
及其永續管理

7   
確保所有的人都可取得負  
擔得起、可靠的、永續的，  
及現代 的能源

8   
促進包容且永續的經濟成長，  
達到全面且有生產力的就業，  
讓每一個人都有一份好工作

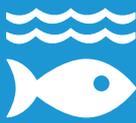
9   
建立具有韌性的基礎建設，  
促進包容且永續的工業，  
並加速創新

10   
減少國內及國家間不平等

11   
促使城市與人類居住具包容、  
安全、韌性及永續性

12   
確保永續消費及生產模式

13   
採取緊急措施以因應氣  
候變遷及其影響

14   
保育及永續利用海洋與  
海洋資源，以確保永續發展

15   
目標保護、維護及促進領地生  
態系統的永續使用，永續的  
管理 森林，對抗沙漠化，終止  
及逆轉土地劣化，並遏止生物  
多樣性的喪失

16   
促進和平且包容的社會，以  
落實永續發展；提供司法管道  
給所有人；在所有階層建立  
有效的、負責的且包容的制度

17   
強化永續發展執行方法及  
活化永續發展全球夥伴關係