

2. 特殊情况下如何坚持母乳喂养

在母婴不分离的情况下，应尽量保证直接喂哺。虽然母乳充足，但有些情况下乳母无法确保在婴儿饥饿时直接喂哺婴儿，如危重早产儿、乳母上班期间等，此时可采用间接喂哺方式。需要间接哺乳时，建议乳母用吸奶泵定时将母乳吸出并储存于冰箱或冰盒内，一定时间内再用奶瓶喂给婴儿。吸出母乳的保存条件和允许保存时间见表 2-7。

表 2-7 吸出母乳的保存条件和允许保存时间

保存条件和温度	允许保存时间
室温保存	
室温存放（20~25℃）	4h
冷藏	
存储于便携式保温冰盒内（15℃左右）	24h
储存于冰箱冷藏区（4℃左右）	48h
储存于冰箱冷藏区，但经常开关冰箱门（不能确保 4℃左右）	24h
冷冻	
冷冻温度保持于 -15~-5℃	3~6 个月
低温冷冻（低于 -20℃）	6~12 个月

注：①保存母乳时，无论室温、冷藏或冷冻保存，均需使用一次性储奶袋或储奶瓶，或使用经严格消毒的储奶瓶，不使用玻璃瓶，以防冻裂。保存母乳时要详细记录采集和存储奶日期。②冷冻保存的母乳，使用前宜置冰箱冷藏室解冻，但在冷藏室不要超过 24 小时。解冻的母乳不宜再次冷冻。③保存的母乳使用前，先将储奶袋或储奶瓶置温水加热，再倒入喂养奶瓶。对早产儿，可在储存母乳倒入喂养奶瓶时，加入母乳强化剂，混匀溶解后再喂哺婴儿。

3. 不宜用母乳颜色、质地以及母乳成分测定结果来判定母乳营养价值

母乳颜色、黏稠度与哺乳阶段、母亲膳食和饮水，以及内循环等因素密切相关。比如初乳比成熟乳颜色淡，但富含免疫因子；哺乳过程中母乳由稀薄变浓稠，是为满足婴儿饱腹的需要，乳汁脂肪含量增加。不同母亲的母乳，颜色和质地也会有不同。因此，无论颜色深浅、稀薄还是浓稠的母乳，只要是健康母亲的乳汁，都能给孩子提供生长发育所需的营养。此外，母乳中的蛋白质以 α -乳清蛋白为主，这种蛋白质是溶于水，赋予人乳稀薄的状态。母乳的颜色和黏稠度不是判断母乳营养好坏的依据。

母乳中的大部分物质并不是直接来源于母体当前摄入的膳食成分，而是直接或间接来源于母体内营养储备，这是人类在进化过程中适应环境求得生存和发展的结果。母乳成分测定是研究母乳和了解母乳的必须技术手段，但母乳成分测定需要比较精密和专业的设备，以及专业技术操作。此外，母乳成分测定存在很大的技术挑战和测定