

funfun78780 / June 08, 2015 06:51PM

[媽咪寶貝產後護理之家 -- 認識泌乳機制 降低貧乳恐慌](#)

乳房是女性第二重要的象徵，除了具有性感外表以外，乳房是分泌腺體的一種，主要功能是「泌乳」，以提供嬰幼兒成長所需養分。從各種文獻研究顯示，母乳營養價值極高，攝取母乳的寶寶，除了能夠增強體抗力、加強消化系統以及促使大腦發育以外，母體藉由寶寶吸允乳房能夠刺激子宮收縮，減緩產後子宮出血狀況，加速產後修復，且研究顯示親餵的媽咪能夠降低乳癌發生。

人類身體相當奧妙，透過各種機制，分泌出最天然且符合寶寶需求的養分，其中分泌乳汁便是其中機制，乳汁的生成從懷孕期間便開始運轉，主要可分為懷孕中期到產後兩天、產後第三天至第八天與產後第九天至退化期，三個階段。當寶寶分娩出時，護理人員便會第一時間將寶寶抱給媽媽，此時透過親子接觸刺激下，母體身體便會大量產生母乳。

媽咪寶貝產後護理之家專業團隊表示，由於體內黃體素抑制情況下，初乳較少為正常狀況，媽咪切勿過於恐慌，母乳量會受到媽咪飲食狀況、生活作息以及本身具有的條件，有所影響。通常自然產需要在醫院住上三天而剖腹產需要住七天，視媽咪身體狀況移至月子中心，媽咪寶貝產後護理之具有獨立中央廚房，並且聘請專業營養師及廚師，依照媽咪狀況做階段性的月子餐調配。

專業醫師建議媽咪們坐月子期間多攝取液體類食品，可藉此增加母乳量，透過親餵的方式也能夠刺激乳腺分泌乳汁，另外身體具有保護機制若乳房乳汁過多也會抑制母乳分泌，專業醫師建議，約四至六小時哺乳為佳。對於新手媽媽而言哺乳是相當陌生且疼痛的工作，因此媽咪寶貝產後護理之家專業團隊提供母乳諮詢以及疏乳按摩等服務，使媽咪減輕對於哺乳的恐懼，了解餵奶的技巧便能夠輕鬆達到稱職母親的稱號囉！

媽咪寶貝產後護理之家 坐月子 月子中心 產後護理之家 板橋

♥媽咪寶貝產後護理之家地址：新北市板橋區重慶路262號5F

♥媽咪寶貝產後護理之家電話：02-8953-5488

♥媽咪寶貝產後護理之家官網：<http://www.mamibabylove.com.tw/front/bin/home.phtml>

♥媽咪寶貝產後護理之家粉絲團：<http://goo.gl/pwkL3l>

♥媽咪寶貝產後護理之家部落格：<http://mamibaby89535488.pixnet.net/blog>