

出生頭四至六個月只能餵母乳
或配方奶。嬰兒的消化系統
尚未適合其他食物。



歡迎新生嬰兒的降臨！(嬰兒出世後怎麼辦？！)

您的嬰兒出世後的頭六個月是一個包含許多「第一次」的時期。第一次微笑。第一次發出笑聲。甚至可能長出第一顆牙齒。也是在這個時期，初為人母和已生過孩子的母親在如何養育嬰兒方面會有很多問題。

下面是關於0-6個月的嬰兒餵什麼和何時餵的一些常見問題：

我應該餵嬰兒吃什麼？

出生最初六個月只能餵母乳或配方奶。

穀類食物呢？我的大胖娃娃除了餵母乳和配方奶之外就不需要什麼了嗎？

不管您的嬰兒體格有多大，嬰兒在未到四到六個月大前，消化系統還不夠成熟，無法接納除母乳和配方奶之外的任何食物。無論嬰兒體格大小，他們的成長發育時間表都一樣；他們的消化系統還不夠成熟，無法消化固體食物。他們可以多吃一點母乳或配方奶，這樣就能得到多一些卡路里。

我在其他孩子四個月大的時候就給他們餵固體食物，他們吃了也沒有怎麼樣。為什麼現在有變化了？

新的研究顯示，過早（四個月之前）將固體食物餵入嬰兒未成熟的消化系統，會引起多種過敏症和食物不耐症。

我累極了！奶瓶裏稍稍放些穀類食物是不是有助於嬰兒一夜睡到天亮？

嬰兒身體舒服時是會一夜睡到天亮的。穀類食物不會有什麼幫助，還可能有害，因為穀類食物會引起嬰兒噎塞。

我怎麼知道我的嬰兒什麼時候可以餵固體食物了？

嬰兒在學會詞兒前就會和媽媽「話」，這很令人驚奇，不是嗎？下列跡象表明您的嬰兒適合餵食除母乳或配方奶以外的食物：

- 能較好地控制頭部。
- 看到湯匙會張開嘴。
- 能接受湯匙送的食物並將食物送進嘴裡。
- 能用上下顎咀嚼。
- 能用整隻手抓東西。

改革舊傳統

「我的葡萄牙母親的傳統思想根深蒂固。我生第一個孩子的時候，她想在牛奶裡添加穀類食物，然後用奶瓶餵我的女兒。她說：「這是傳統的方法。」

可是我的醫生警告我，嬰兒的胃在四至六個月大前是無法消化穀類食物的。在六個月大前就給嬰兒餵穀類食物不僅會導致一輩子體重問題，日後還會引起過敏症和其他問題。我這樣對我母親說，可是她還是擔憂。她的傳統觀念很頑固，認為胖娃娃才是健康嬰兒，而我的女兒太瘦。所以她十分擔心。

我沒有什麼辦法來解決這個問題。我再三向母親保證說，我女兒正在健康地發育成長。我將女兒的體重和成長表給母親看。我告訴她醫生說她的體重完全正常。我甚至為她數髒尿布，讓她看到一切都正常。隨著時間過去，母親較少提起奶瓶裏添加穀類食物的事了，她似乎相信了醫生和我的話。

傳統的影響力重大。雖然對我來說繼承傳統很重要，但是我不想把胖娃娃就是健康娃娃這種傳統觀念體現在我漂亮的女兒身上。」



Carla和她的女兒