

“宝宝从医院回来吃奶少怎么办？”

市妇儿医院新生儿重症监护室主任王吉详述新生儿科学喂养方法

□记者 张莉莉 通讯员 张云

定海的秦女士是一名新手妈妈，前不久刚出院回家，宝宝是早产儿。最近，她有些烦恼，原因是回家后发现宝宝“胃口不好”，吃奶量小，距离建议摄入量有一定差距。见情况一直没改善，秦女士向市妇儿医院儿科专家求助。

新生儿不爱喝奶有这几个原因

“婴儿不‘爱’吃奶有很多原因，怎么给婴儿喂奶也有讲究。”市妇儿医院新生儿重症监护室(NICU)主任王吉建议，不管是早产儿还是足月儿，优选母乳喂养，“对于早产儿来说，出生体重低于1800克的，在母乳喂养的同时要添加母乳强化剂。相比足月儿，早产儿喂养有更多讲究。”

王吉介绍，早产儿是指胎龄大于等于28周、小于37周的婴儿。早产儿出生后24小时内应尽早开始喂养，除非因疾病限制，如存在窒息、呼吸窘迫、败血症、机械通气等，可延缓开奶。

根据《早产儿肠内营养管理专家共识(2024年)》，早产儿首推母乳喂养。母乳易于消化吸收，且富含各种免疫成分，能促进婴儿智力发育，降低婴儿过敏性疾病的风险的发生率。根据母亲是否有相关疾病，对母乳喂养也有不同指导。

“在没有母乳的情况下，如果当地有母乳库，也可以使用捐赠人乳喂养。但目前舟山尚没有母乳库。”王吉说。

对于一些自身奶水不足，找同在哺乳期的朋友“要奶喝”的情况，王吉并不十分赞同，“除非乳母本人身体健康，并且做过相关病原学检查，否则医学上并不建议直接使用其他人的母乳喂养。”

在母乳和捐赠人乳以外，早产儿配方奶也是早产儿喂养的选择之一。

“对于出生体重大于2000克的早产儿，可以酌情使用足月儿奶粉，如果体重、头围增长不理想，需要改为早产儿配方奶喂养。”王吉说，对于出生体重小于1800克的早产儿，在母乳喂养达到一定的量后，需要另外添加母乳强化剂，以满足生长所需。

在住院期间，早产儿喂养方式有两种，一种就是大众较为熟知的经口直接喂养，另一种则是胃管下的鼻饲喂养。对于胎龄小于32周的早产儿，通常采用鼻饲喂养，因为胎龄32周后才会建立有序的吸吮动作。

当住院的早产儿生命体征平稳，达到全量喂养，且体重在1800克以上，就可以考虑准备出院。

婴儿“不爱喝奶”，也有可能是喂养问题引起的。

“医生，我们家宝宝不爱吃奶，这怎么办啊？”前不久，市民王女士抱着自家宝宝找到了王吉。

“别急，你带了奶瓶吗？先喂一下让我看看。”王吉一看就发现了问题。小宝宝看似嘴巴在动，但其实只是在咬奶嘴，并没有有效的吸吮。王吉说，正常情况下，婴儿没有任何疾病，喝奶量与建议奶量不会有太大偏差，需要注意喂养方式是否得当。

王吉在门诊中就遇到过很多类似的情况。有个新手妈妈因为自家宝宝吃得少焦急不已，王吉检查后，发现妈妈在喂奶时没有把乳头和乳晕放入婴儿嘴里，导致其含接不好，吸奶费力，致喂养不成功，“如果没有母乳喂养，使用配方奶喂养，家长也需要关注奶嘴的型号问题。”

“疾病因素也可能导致婴儿不爱喝奶。比如婴儿有鹅口疮或者感染性疾病或消化道畸形



等。”王吉说，如果婴儿奶量完成情况不好，家长要寻求专业医生的帮助，及时就诊，查明原因。

喝奶喝睡了是否要叫醒继续喝？

自从宝宝出生后，丁女士就有了“甜蜜”的负担”。宝宝平时看着是个小天使，但每次喂奶都要折腾一番，“喝奶时哭得很厉害，好像饿狠了的样子，但喝了没多久就睡着。过一会儿又开始哭，又得喂奶。”

王吉解释说，吃奶也是个力气活，婴儿有时候喝着喝着累了，加上有点饱腹感了，就容易睡着，但其实并没有达到需求奶量。

有些家长会觉得既然婴儿睡了，就不要打扰，等醒来再喂也是一样的。“其实这样对母婴都不太好。”王吉说，这样一来，母亲会长期处于频繁喂奶的状态，无法好好休息。而婴儿的生长激素分泌也有时间段，如果生长激素正好处于快速分泌的过程，而婴儿又总是睡着，不利于生长发育，“如果足量喂养，婴儿喂饱后可睡足三四个小时。但如果只喝了两口就睡着了，可能只睡半小时就醒了，体重增长会变慢，孩子也会容易哭闹，导致家人精疲力竭。”

王吉建议，这种情况下，可以通过捏耳垂或者弹足底的方式，让婴儿充分喂养后有个良好的睡眠时间。“尤其是出生后28天内的新生儿，要保证喂奶量和间隔时间的相对恒定。家人可以通过做笔记的方式，记录喂奶时间、喂奶量，便于观察。”

这些喂养误区要注意

在接诊过程中，王吉发现也有婴儿存在喂养过量的问题，“如果半小时或者一小时就让孩子吃一次，会导致过度喂养，因为婴儿的胃排空需要2~3个小时。”

如何判断婴儿是否喂养过量？王吉介绍，要注意婴儿的腹部情况，如果腹部隆起，摸起来偏硬，甚至在腹部皮肤上可见显露的静脉，就要考虑存在腹胀，建议及时就诊。

王吉特别提醒：“有些家长认为新生儿宝宝

出生前几天可以少吃奶或者不吃奶，这是不正确的。如果新生儿期孩子喂养不足，会导致低血糖。低血糖会引起脑损伤，因此对于新生儿来说，要及时开奶，并且保证合理的喂养。”

对于足月生产的婴儿，一般在出生后两周可以开始补充维生素A和维生素D，维生素A有利于视网膜发育，维生素D可促进钙的吸收。而早产儿因营养物质相对不足，需要提前补充，一般在出生后一周即可补充，且婴儿需要适当光照。

最后，王吉提醒家长，如果采用配方奶喂养，要严格按照说明书上奶粉和水的配比，不要随意多加或者少加，“偏浓的奶粉会加重肠道负担，偏稀则会引起营养不足。”

该不该给婴儿用安抚奶嘴？

市民翁女士经常刷到许多关于安抚奶嘴使用的新闻，有的说使用能有效安抚孩子，但她有些担心会不会有负面影响。

王吉介绍，对于小胎龄婴儿，安抚奶嘴能锻炼其吸吮力。他们科室在非营养性吸吮的情况下会使用这种方法。

另外，婴儿安抚有几种方法。比如可以在婴儿哭吵时，可以使用轻拍孩子、和其交流来达到安抚效果。

如果不能安抚，可以抱起来安抚，但尽量在孩子安静后再放置婴儿床中。

安抚奶嘴可以在婴儿哭吵时作为安抚使用，但不建议孩子含着安抚奶嘴入睡。长时间使用安抚奶嘴会影响婴儿牙齿咬合和面部发育。如果采用各种方式，婴儿哭闹仍很难安抚，需考虑存在疾病因素，建议及时到医院就诊寻找原因。