

# 嬰兒飲食

2001 年 06 月高雄榮總營養室製訂

2024 年 02 月高雄榮總營養室四修

## 定義

嬰兒在未接受副食品前，所提供的母乳或商業嬰兒配方。

## 目的

供給嬰兒生長發育所需之營養。

## 適用對象

需要以母乳或商業嬰兒配方為主要食物來源的一歲以下嬰兒。

## 一般原則

1. 媽媽身心狀態允許情形下，鼓勵完全母乳哺餵。

母乳中的蛋白質、脂肪及醣類較易被寶寶消化吸收，其中免疫球蛋白、促腦細胞發育物質及不含過敏原、經濟實惠、產婦保健作用是配方奶無法取代的。

2. 若無法以母乳哺餵嬰兒，可使用嬰兒配方食品，而非一般食品或成長奶粉。

嬰兒配方奶粉是以牛、其他動物的乳汁或植物成分作為基礎，依母乳中已知營養素的含量加以調配，使其成分盡量能符合嬰兒生長發育所需。故嬰兒配方奶粉成分與一般牛奶或奶粉並不相同！

- 牛乳成分嬰兒配方奶粉：大部分牛乳成分的嬰兒配方奶粉有強化鐵質，以避免缺鐵性貧血以及滿足生長發育需要，但不至於造成便秘；另DHA、ARA添加有助於嬰兒大腦及視力發展。
- 許多配方強調添加益生菌（雙歧桿菌、乳酸桿菌菌株）或益菌生（果寡糖、乳寡糖），然而腸道菌叢會隨嬰兒生長而有階段改變，故美國兒科醫學會建議母乳哺餵更優於嬰兒腸道菌叢建立。
- 高度水解配方：高度水解配方是將配方蛋白質分子大小分解小於3000道爾吞以下，目前大多用於醫療，建議經兒科醫師或營養師評估後使用。
- 植物成分嬰兒配方奶粉：可供應素食寶寶或乳糖不耐寶寶品項之一。

3. 選購嬰兒配方奶粉以適合新生兒，不致產生腹瀉或便秘，品管嚴格穩定知較大品牌，

並具向衛生福利部辦理核備登記為優先考慮，要領如下：

- 成分：除營養均衡外，更要針對寶寶需求作機能性選擇，對於奶粉中所添加的特殊配方，也應有臨床實驗證明或報告。
- 品牌信用：已具研發背景的品牌為首選，確保產品品質。
- 包裝標示清楚：包裝外明確標有營養成分、營養分析、製造日期、保存期限、使用方法。
- 提供消費者售後服務、長期專業諮詢及售價合理。

### **本室特色**

1. 本室協助供應消毒過之奶瓶供收集母乳使用。
2. 本室備有第一階段嬰兒配方奶粉、部分水解嬰兒配方奶粉、高度水解配方奶粉及早產兒奶水、早產兒專用嬰兒配方奶粉、早產兒水解奶粉供寶寶哺餵使用；亦可自備嬰兒配方奶粉。
3. 本室配奶間奶水消毒採蒸汽壓力終端消毒法(TERMINAL HEATING:PRESSURE METHOD)。將沖調好的奶水盛入洗淨消毒過的奶瓶中，以奶嘴蓋緊，置入高壓蒸汽鍋，內鍋壓力設定為每平方公分2公斤消毒溫度及時間，奶瓶為攝氏126度20分鐘；奶蓋為攝氏76度10分鐘；奶水為攝氏76度20秒鐘。
4. 本室協助病嬰室及31、32病房、PICU、NBCU嬰兒配合之奶粉供應。

### **供應型態**

依醫囑每日給予6~8餐。

### **參考資料**

美國兒科醫學會

臺灣兒科醫學會