

副食品添加原則與方法

一、副食品添加的目的：

提供奶類不足的營養，另一方面也能夠訓練寶寶咀嚼及吞嚥能力，做為斷奶及日後營養攝取的準備。

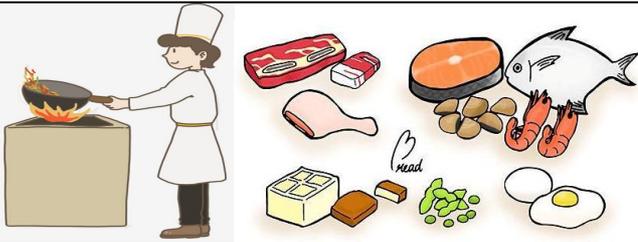
二、副食品添加原則：

一次一種，適應過後(約 3-5 天)再添加新的，原本添加的可繼續食用。

先以不易過敏食物或水果為優先，如：嬰兒米精、嬰兒米粉、香蕉、番茄等。

<p>少量→ 逐漸增量</p> <p>圖片來源 https://icook.tw/recipes/310245</p>		
<p>流質→ 糊狀 → 半固體 → 固體</p> <p>▲注意皮膚及大便，餵食後如有過敏、紅疹、腹瀉、嘔吐，須暫停給予，並帶寶寶看醫生。</p> <p>★餵食需有耐心</p> <p>圖片來源 https://shop.chinbp.tw/newshop/</p>	 	 

三、副食品製作注意事項：

<p>不要添加太多調味料，以天然為主</p>  <p>圖片來源 https://images.app.goo.gl/NU12et56ycjvtFHW6</p>	<p>食物要新鮮，並且一定要煮熟</p>  <p>圖片來源 https://pngss.com/</p>
<p>避免給過硬且圓的食物，造成寶寶噎著</p>	<p>蔬菜要絕對洗淨，生食、熟食砧版應分開</p>
 <p>圖片來源 https://zh.lovepik.com/</p>	

副食品添加原則與方法

內容瞭解請簽名

病人或家屬簽章 _____ 日期 _____

四、 寶寶 1 歲以內**禁忌**食物：

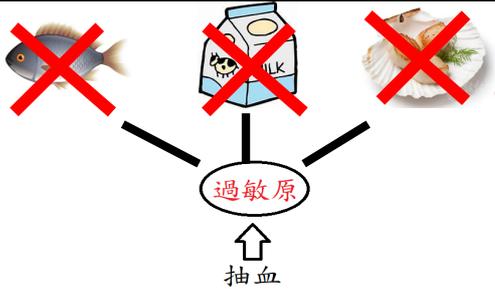
<p>可能含有肉毒桿菌，寶 寶免疫系統及腸道系統 尚未健全，中毒恐引發 呼吸衰竭</p>	<p>一般鮮奶含鐵量不足，且 容易遭受汙染，且易引起 過敏</p>	<p>勿隨便給寶寶民俗偏方如： 八寶散、紅嬰水、退胎水等</p>
		

圖片來源 <https://699pic.com/>

五、 餵食高致敏性食物如：(蛋類、堅果、花生、海鮮類等)注意事項

需先確認，寶寶已餵食過其他副食品，且有良好耐受性，再準備開始餵食。

有以下情形需先詢問醫師做討論，再決定是否嘗試餵食含高致敏性的食物。

<p>寶寶已曾經有食物過敏情形</p>	<p>寶寶有持續性的異位皮膚炎 ，即使已在治療中</p>
 <p>圖片來 源：https://www.epochtimes.com/b5/15/12/17/n4597850.htm</p>	 <p>圖片來源：https://mamilove.com.tw/articles/115</p>
<p>寶寶的兄姊有花生過敏</p>	<p>寶寶對於食物血液過敏原測試 已呈陽性反應者</p>
	

圖片來源：<https://www.foodnext.net/life/health2/paper/4470375283>

圖片來源 <https://zh.lovepik.com/>

六、 沖泡奶粉注意事項

- ◇ 沖泡奶粉應依照各廠牌指示沖泡，不可任意加減奶量。
- ◇ 早產兒及嬰兒有任何飲食問題，可請教醫護人員。