

病歷號碼：

姓名：

出生年月日：

醫病共享決策輔助評估表

決策題目：

沒有醫療需求狀況下，生產後的我該如何餵養我的寶寶

前言：

恭喜您即將為人母親，在出生後的前四到六個月，嬰兒只依賴一種食物，因此您幫嬰兒的選擇就變得十分重要。本表單將幫助您瞭解嬰兒出生後有哪些餵食選擇，請跟著我們的步驟，一步步探索自己的需求及在意的事情，希望能幫助您思考適合自己和嬰兒的選擇。

適用對象 / 適用狀況：

沒有特殊醫療狀況及沒有哺餵母乳的禁忌(醫師建議不能哺餵母乳)，且尚未決定哺方式的孕產婦及家人。

嬰兒的營養與餵食介紹：

母乳哺餵是嬰兒餵食的黃金標準，不僅減少嬰幼兒期的急慢性疾病，更是成人健康的重要基石。世界衛生組織建議，嬰兒純母乳哺育 6 個月，其後添加適當的副食品，持續哺餵母乳至 2 歲或 2 歲以上，美國兒科醫學會與台灣兒科醫學會在嬰兒哺育建議裏也提到，足月產之正常新生兒於出生後應儘早哺餵母乳，並持續哺餵純母乳至 4 到 6 個月大，之後持續哺乳到 1 歲或 1 歲以上。然而，因為生活型態的改變，以及配方奶的發明與普及，因此有些家庭會有不同的選擇。

嬰兒餵食的選擇：

1. 完全餵母乳：從出生後，在嬰兒開始想吃奶的時候就開始直接哺餵母乳。

2. 部分母乳，部分嬰兒配方奶。

3. 完全餵嬰兒配方奶。

您目前比較想要選擇的方式是：

完全餵母乳

部分餵母乳，部分餵嬰兒配方奶

完全餵嬰兒配方奶

目前還不清楚，我想等我生完後再說

在此，請透過以下四個步驟來幫助您做決定：

步驟一：三個選項優缺點比較

選項 考量	完全餵母乳	部分母乳 部分餵嬰兒配方奶	完全餵嬰兒配方奶 (非一般鮮奶或牛奶)
需 要 做 的 事	產前和家人一起學習如何照顧嬰兒、產後儘快肌膚接觸、於住院期間採取親子同室，了解嬰兒行為，學習依嬰兒需求餵食。 1. 產前學習哺餵技巧及觀察嬰兒是否攝取足夠奶水。 2. 產後儘早開始哺餵，以建立並維持泌乳。 3. 需要準備哺乳所需用物。	需要同時學習哺乳及餵配方奶相關技巧。	1. 與兒科醫師討論，選擇合適的嬰兒配方奶。 2. 需要準備瓶餵所需用物。 3. 學習泡製配方奶與用奶瓶餵食技巧。
營 養 提 供	有完整營養素，容易吸收。	營養來自母乳及配方奶，所得營養依餵食比例而不同。	無法完全複製母乳成分，但可以清楚知道寶寶喝奶量。

<p>嬰 兒 健 康</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 減少嬰兒急慢性疾病的發生率及嚴重程度：包括：中耳炎、腹瀉、發炎性腸道疾病、上呼吸道疾病及肺炎、肥胖、糖尿病與兒童癌症。 2. 嬰兒肥胖程度較低26%。 3. 減少36%嬰兒猝死症風險。 	<p>即使部分哺餵母乳、隨著哺育時間增長、好處可累加。</p>	<p>中耳炎增加2~2.5倍，兒童癌症增加1.2倍。腹瀉、壞死性腸炎、發炎性腸道疾病、上呼吸道疾病及肺炎與糖尿病風險也較高。</p>
<p>母 親 健 康</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 因哺乳有3~20%乳腺炎風險(依產後接受的協助程度而有不同)。 2. 促進產後子宮修復，減少產後大出血機會。 3. 不分日夜純母乳，母親月經未恢復前6個月內避孕效果98%。 4. 卵巢癌及乳癌風險降低28%。 5. 糖尿病風險降低4~12%。 	<p>塞奶及乳腺炎機會可能較直接哺乳者高。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 需額外注意子宮按摩，以避免產後大出血。 2. 會有脹奶痛，需要退奶處理。 3. 卵巢癌、乳癌與糖尿病機會增加。
<p>缺</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 擔心奶水量的變化或嬰兒不肯 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 混和哺乳後，維持母乳量可能比較 	<p>需要花時間購買安全的配方奶、使用煮沸的</p>

點	吸，需要專業人員協助。 2. 直接哺乳者，嬰兒餵食工作無法請他人幫助。 3. 外出或返回職場需要另外尋找適當擠奶空間和時間。	困難。 2. 擔心奶水不夠或餵母乳的嬰兒吸吮問題。 3. 同時面臨哺餵母乳或擠奶需要的時間空間及瓶餵用物處理問題。	開水以及消毒過的奶瓶奶嘴泡奶。
(前六個月) 食物費	母乳免費	1. 母乳免費。 2. 配方奶視餵食量而定。	配方奶約15,000~40,000元。
大概費用 相關用物	0~15,000元 (下列用品非絕對必要)	2,800~21,000元	2,800~6,000元
	哺乳內衣、溢乳墊及母乳袋、擠奶器	含餵母乳及配方奶所需準備用物費用	奶瓶奶嘴、奶瓶消毒鍋

步驟二：偏好考量

請圈選下列考量項目，1分代表對您完全不在意，5分代表對您非常在意

考量項目	完全不在意 ← 程度 非常在意 →				
	1	2	3	4	5
給嬰兒完整的營養	1	2	3	4	5
對嬰兒健康的影響	1	2	3	4	5
對母親健康的影響	1	2	3	4	5
家人對我餵食嬰兒方式的意見	1	2	3	4	5

職場對我餵食嬰兒 方式的支持	1	2	3	4	5
經濟考量	1	2	3	4	5
其他：	1	2	3	4	5

步驟三：現在您對嬰兒餵食的認識有多少？

認知問題	對	不對	不確定
1. 母乳可以減少嬰兒多種急慢性疾病。			
2. 哺餵母乳可減少母親得乳癌的機會。			
3. 哺餵母乳可減少產後大出血的機會。			
4. 哺乳初期可能需要專業人員及家人的協助。			
5. 奶瓶餵食的量應該由嬰兒決定，避免過度餵食。			
6. 母乳與配方奶混和餵食不會影響奶水量。			

步驟四：您現在確認好醫療方式了嗎？

- 我已經確認好想要的餵食方式、我決定選擇：(下列擇一)

完全哺餵母乳

部分哺餵母乳

完全配方奶餵食

- 我目前還無法決定(下列擇一)

我想要再與其他人(包括配偶、家人、朋友或第二意見提供者...)討論我的決定。

對於以上餵食方式，我想要了解更多，我的問題有：

- 您對於本次醫病共享決策討論的過程的滿意度為何？

非常不滿意

非常滿意

1

2

3

4

5

瞭解更多資訊及資源：

- 高醫體系 SDM 平台，網址：



完成以上評估後，您可以列印及攜帶此份結果與您的主治醫師討論。