

给宝宝的健康呵护

母乳喂养 自然之爱

和纯母乳喂养的宝宝相比，非母乳喂养的宝宝死于肺炎的可能性是前者的15倍，死于腹泻的可能性是前者的11倍¹



非母乳喂养的宝宝因病入院几率是纯母乳喂养宝宝的5倍³



和纯母乳喂养相比，非母乳喂养宝宝患有严重营养不良的几率超出10%⁵



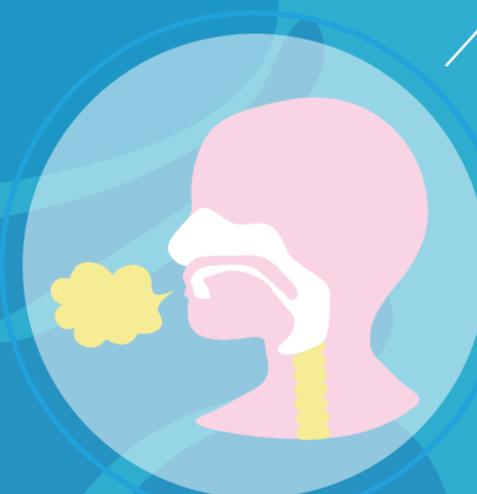
纯母乳喂养的宝宝在第一年中发生婴儿猝死综合症的风险低于50%⁷



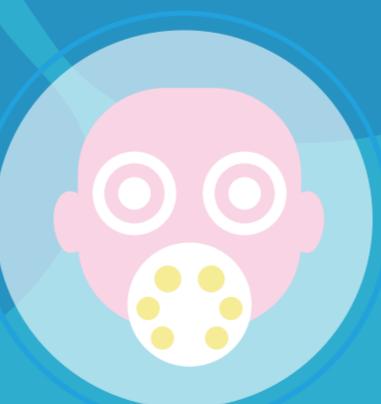
仅在中国，产后一小时内即开始母乳喂养，每年可以避免3万名新生儿死亡⁴



母乳喂养可将宝宝患哮喘的几率降低9%⁶



母乳是无菌的，100%的安全。婴幼儿配方奶粉可能受到下列危险物质污染：
三聚氰胺，各种细菌微生物，霉变，金属及玻璃颗粒，双酚A，聚乙烯咔唑，镉和其他重金属⁹



人类母乳中有196种已知营养成分，而配方奶粉中仅有37种⁸



1. 联合国儿童基金会，《肺炎和腹泻：如何应对最可能导致世界贫困儿童死亡的疾病》，2012

2. 肺炎事实表 #331, 2013 <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs331/en/index.html>

3. 帕里西奥·塔拉耶罗, 利赞加西亚等,《完全母乳喂养减少婴儿由于传染病导致住院治疗的发生》,出自《儿科》, 2006, 118(I): e92-99

4. http://www.unicef.org/nutrition/index_24824.html

5. 救拯儿童, 2012 倒数 44 个国家母乳喂养影响因素分析

6. Scholtens S, Wijga AH, Kerkhof M, et al. 母乳喂养, 育儿过敏和哮喘在儿童中跟踪研究 8 年. The PIMAM 出生群体研究. Thorax 2009;64:604-609; doi:10.1136/thx.2007.094938

7. Vennemann, M, Bajanowski, T, et al. 母乳喂养不会减少婴儿猝死综合症的风险吗? Pediatrics, 123(3), e406-e410, 2009.

8. Cecily Heslett, Sherri Hedberg and Haley Rumble. 给卫生保健提供者的母乳喂养课程. Douglas 大学, 新威斯敏斯特, 不列颠哥伦比亚省, 加拿大 - © 2007

9. FDA 实施报告, HFI-20, 5600 Fishers Lane, Rockville, MD 20857, 2010

给妈妈的多重益处

母乳喂养 自然之爱

母乳喂养坚持6-24个月可以使
妈妈降低乳腺癌患病几率25%^{1、2}

-25%

母乳喂养坚持6-24个月可
以使妈妈降低患卵巢癌和
子宫癌的几率11%-25%³

CANCER



每天分泌母乳需要消耗的能
量高达500卡路里，有效帮
助妈妈在产后减轻体重⁴

-15%



母乳喂养可以使妈妈身
患糖尿病风险降低15%⁶

-0.44kg



坚持母乳喂养的妈妈在产后
平均每月减重0.44千克⁵

BP



坚持母乳喂养12个月或以上的妈妈，身
患高血压及心血管疾病的可能性大幅降低⁷

1. Layde, P, et al, 独立组织评价，在第一次足月妊娠年龄和母乳喂养持续时间与患乳腺癌的风险，中国临床流行病学，1989, 42:963

2. Newcomb, P et al, ‘哺乳期和绝经后乳腺癌的风险降低’，新英格兰医学杂志，1994, 330:81

3. Jordan, J., Siskind, V. et al. 母乳喂养和上皮性卵巢癌的风险。癌症的引发和控制 I, 21(1),109–116, 2010.

4. http://www.coregroup.org/storage/documents/Workingpapers/MaternalNutritionDietaryGuide_AED.pdf

5. Kac G, Benicio MHDA, Velasquez-Melendez G, Valente JG, Struchiner CJ. 母乳喂养和产后体重滞留，对巴西妇女的群体研究。美国临床营养学杂志 79: 487–493, 2004

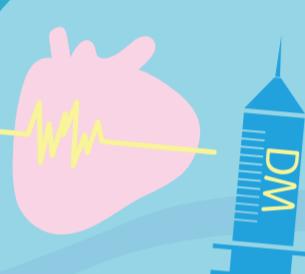
6. Steube AM, Rich-Edwards JW, Willett WC, 哺乳期和 II 型糖尿病的发病率的持续时间。JAMA 294: 2601–2610, 2005

7. Schwarz EB Ray RM, Steube AM et al. 哺乳产妇心血管疾病和危险因素的持续时间。Obstet Gynecol 2009 May; 113:974.

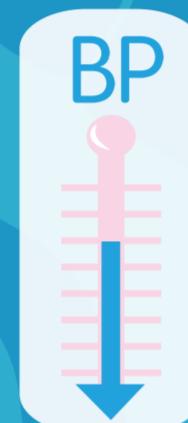
给未来的优良基础

母乳喂养 自然之爱

和纯母乳喂养相比，配方奶粉喂养的宝宝在以后身患糖尿病、心脏病、肥胖症等慢性疾病的几率为30%，甚至高达200%¹



纯母乳喂养有助于降低血压，和控制饮食、运动以及减盐一样有效³

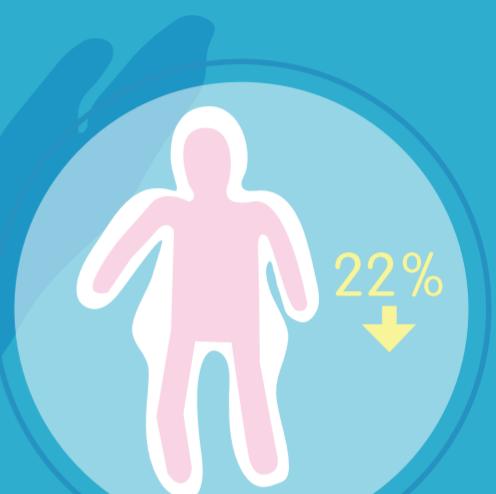


更长时间的纯母乳喂养有利于儿童和青少年的心肺功能发育，在未来能有更健康的心血管⁵



和有过母乳喂养经历的妈妈相比，没有母乳喂养的妈妈在绝经后髋部骨折的风险要高2倍⁸

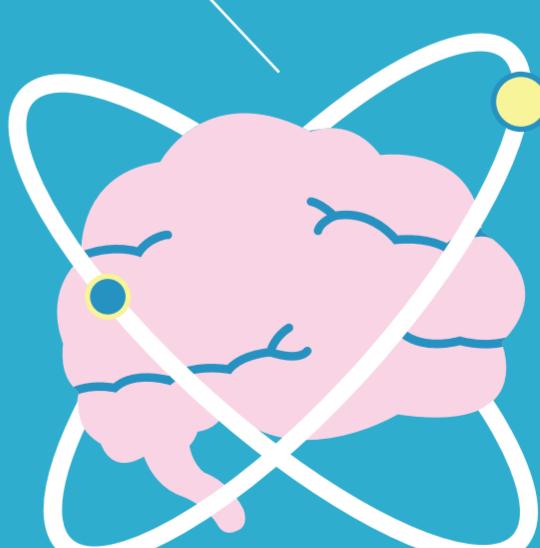
纯母乳喂养有助于降低童年和青春期肥胖的风险达22%²



母乳喂养降低血总胆固醇的功效，要高于控制饮食、运动和减盐⁴



纯母乳喂养的宝宝比配方奶粉喂养的宝宝平均智商要高出5分^{6, 7}



1. 史密斯、哈维，《公共卫生与营养》，2010。《慢性疾病和婴儿营养：是否对公共卫生产生显著影响？》；世界卫生组织，2010 数据

2. http://www.who.int/maternal_child_adolescent/documents/9241595230/en/

3. Khan, F., Green, F. et al. 在 11 到 14 岁儿童中，母乳喂养有益影响微细血管功能、血管医学，14:137–142, 2009

4. Singhal A et al. 青少年出生早产儿母乳喂养和脂蛋白配置文件，后续行动的前瞻性随机对照研究。Lancet 363: 1571–78, 2004

5. Labayen I, Ruiz JR, Ortega FB et al. 母乳喂养及对心肺健身在瑞典和爱沙尼亚的影响 Am J Clin Nutr 2012;95:498–505

6. Kramer, M., Aboud, F., et al. 母乳喂养与儿童认知发展，普通精神病学档案，65(5), 578–584, 2008.

7. Quigley, M., Hockley, C. et al. 母乳喂养与改善儿童认知能力的发展：以人口为基础的群体研究。中华儿科杂志，160(1), 25–32, 2012.

8. Huo, D., Lauderdale, D., and Li, L. 中国妇女生殖髋部骨折的风险因素的影响。Osteoporos Int. 2003 Aug;14(8):694–700. Epub 2003 Jul 19.