



# 為寶寶泡奶的 非知不可

文／兒童腸胃科 主任 陳安琪

**國**內去年發生嬰兒因為喝下加了鹽的配方奶而致死事件，如今真相已水落石出，身為兒童腸胃科專科醫師，有責任從科學角度就嬰兒配方奶的沖泡，叮嚀家長一些應注意事項，期能給孩子完善的照顧。

## 2個月大嬰兒，已能分辨酸甜苦辣

先從嬰兒味覺談起，出生1個月的新生兒，嗅覺和味覺都有了相當的發展，味覺發育成熟較早，偏愛甜味。出生2個月，已可區分酸、甜、苦、辣，對刺激的氣味會產生排斥反應。出生3個月，味覺繼續發展，能辨別不同味道，並表示自己的好惡，遇到不喜歡的味道會退縮、迴避。出生4-5個月，喜歡嘗試把所有東西放到嘴裡，藉由舌頭學習與物品間的關係，對食物的微小改變已很敏感。出生6-9個月，味覺處於極為發達的狀態。

以此案為例，3個月大的嬰兒在喝到太鹹的奶粉時，理應會退縮迴避，為何這名枉死的嬰兒還會繼續喝下去，真是令人不解。由此也可提醒大家，萬一嬰兒出現排斥某些食物的反應時，應設法了解原因，最好自己也嘗嘗看，以確定味道有無異常。



### 配方奶品牌多，一定要審慎選擇

我們希望母親盡量哺餵寶寶母乳，母乳是最好最安全的嬰兒食物，但若必須選用配方奶時，一定要審慎選擇。台灣上架的嬰兒配方奶多達150種以上，這在全世界都是少有的現象，配方奶還有各種誘人的名稱，真是令媽媽們眼花撩亂。幸好政府檢驗單位已做了嚴格把關，凡是檢驗合格的嬰兒配方奶，容器會印上媽媽抱著嬰兒餵奶的綠色標籤，有這個標籤的奶粉就代表可以給嬰兒餵食。

### 泡奶注意濃度，用水須充分煮沸

還要特別注意的是奶粉沖泡方法，不同品牌奶粉罐內所附的湯匙大小不一，一定要看清楚奶粉罐上如何沖泡的說明。如果湯匙較大，是1湯匙奶粉用60c.c溫開水沖泡，如果湯匙較小，是1湯匙奶粉用30c.c溫開水沖泡，必須看清楚沖泡方法才能避免濃度太濃或太稀。萬一泡錯濃度，輕者會造成嬰兒成長不良及相關腸胃疾病，重者甚至會因鹽份攝取

不足而引發抽搐，恐有生命危險。還要特別強調的是，母乳或嬰兒配方奶的含鹽量絕對足夠且適合嬰兒所需，不需要另外加鹽。

沖泡奶粉的開水也很重要，有些媽媽拿未經充分煮沸的山泉水或礦泉水來泡奶，這是不對的，因為山泉水、礦泉水都可能含有細菌，有可能因而造成寶寶罹患細菌性腸炎。所以，嬰兒飲用的水或沖泡奶粉的水，不管其來源為何，一定要經過高溫煮沸後放置冷卻至適當溫度再給嬰兒食用，這是必須遵守的大原則。

### 餵食後有異狀，務必快延醫診治

萬一嬰兒在餵食中發生拒吃、嘔吐、腹瀉、發燒、腹脹等問題，家長也切勿自作主張胡亂處置，那是非常危險的，此時應盡速找小兒專科就醫。🏥

參考資料：

2012媽媽育兒百科