

有營母乳 難敵奶粉?

立法會議員葛珮帆促請當局遠訂立推廣母乳餵哺政策。資料圖片



母乳餵哺好處雖多，但在香港還未普及。資料圖片



今日香港

母乳餵哺系列之一

聯合國兒童基金會 (UNICEF) 一直倡議《兒童權利公約》，強調每個小孩都有權利生存、健康成長和發展，母乳餵哺是每一名嬰兒應有的權利。有研究指母乳是嬰兒最天然、健康和可靠的食糧，沒有任何一種配方奶粉，可以完全代替母乳為嬰兒提供的營養和好處。

究竟母乳跟配方奶粉有何不同？母乳餵哺對孩子成長、授乳者、社會和環境有什麼影響？不同持份者對母乳餵哺有何不同的看法？香港政府擬定草案建議立法規管配方奶粉的銷售和宣傳手法，針對這項政策，不同持份者又有什麼意見？我們將會一一探討。 ■余慕帆 前線通識教育科教師

背景資料

人工 VS 天然

母乳跟配方奶粉有何不同？為何配方奶粉的營養成分不能完全替代母乳？

在懷孕期間，胎兒從媽媽的胎盤裡吸收營養和抗體，但是這些抗體在嬰兒出生後約半年內便會逐漸消失，所以，初生嬰兒母親如以母乳餵哺，可以確保嬰兒繼續從母親身上吸取相同的營養和抗體。由於母乳是母親身體根據孩子成長的需要而自然製造，含有抗體、活細胞和酵素，這些物質對於缺乏抵抗力的初生嬰兒來說尤其重要的。

奶粉無自然抗體 易刺激腸胃

有研究指出，以純母乳餵哺的初生嬰兒在出生後半年內的存活率比非以母乳餵哺的嬰兒高14倍，而且母乳包含不同的營養素如DHA、AA和益菌素，研究顯示這些養分可以幫助孩子腦部、視力、腸臟等器官的健康發展及發育。

其實，不少配方奶粉都加入了DHA和AA等營養素幫助孩子成長，但配方奶粉並沒有母乳本身根據孩子成長需要而自然製造的抗體和活細胞，所以不能完全代替母乳。

而且，母乳是最天然及最容易被孩子吸收，不會像配方奶粉一樣，家長有時需要讓孩子嘗試不同品牌的配方奶粉，以配合孩子的腸胃反應。

天賜食品 母乳不會「被黑心」

食物安全方面，近年在不同的地方都發生了不少配方奶粉因被有毒物質或細菌污染，而讓小孩身體健康受損的事件。

在香港，配方奶粉與一般食品無異，毋須像藥品類產品一樣需要接受嚴謹的銷售和宣傳規管，而母乳是最天然的上天給予孩子的食品，餵哺母乳可以降低缺乏抵抗力的嬰兒進食受污染的「黑心」奶粉後，損害身體發育和健康的風險。

最後，母乳餵哺可避免因沖泡配方奶粉、沖洗和消毒奶瓶不當讓奶瓶受污染，減低嬰兒患腹瀉或其他疾病的風險。

小結

下一期，我們將以香港鄰近國家及地區如日本和台灣針對母乳餵哺的政策和配套設施，與本港作對比，探討為什麼香港的媽媽會放棄選擇母乳餵哺，從而反思個人、政府、社會及商業機構應該如何支援母乳餵哺政策。

餵哺風漸盛 各地積極推

多角度觀點

既然母乳餵哺對孩子成長、授乳者、社會及環境都有好處，不同機構及人士對母乳餵哺又有什麼看法或具體行動呢？

愛嬰醫院香港協會

媽媽出院時母乳餵哺率高達八成半，不過出院後的比率卻出現大幅倒退，主要原因相信是本港缺乏協助餵哺母乳的措施和風氣。

世界衛生組織

寶寶出生首6個月，應全吃母乳。約6個月後，可逐漸添加固體食物，並繼續吃母乳至兩歲或以上。與聯合國兒童基金會推行愛嬰醫院認證，要求醫院不再與配方奶粉商合作宣傳母乳代用品。

衛生署

推廣和支持母乳餵哺。制定衛生署母乳餵哺政策文件，建議有效措施，照顧授乳母親的需要。

特區政府

建議規定配方奶粉製造及供應商不可宣傳針對0至3歲大嬰兒的奶粉，防止配方奶粉商引用誇大的權威性字眼推銷，讓大眾誤以為配方奶粉可以完全代替母乳，甚至比母乳的營養成分更高。公立醫院於幾年前開始停止接受免費奶粉。

商場管理人或企業

實施母乳餵哺友善措施是提升顧客服務的其中一個環節，除了能提升企業形象，更能贏得社會認同。家庭友善與樂於協助的員工態度，加上完備的育嬰設施能吸引更多初生嬰兒家庭，得到初生嬰兒母親的欣賞，可收良好口碑等宣傳之效。

楊亞及太平洋地區

曾在酒店用膳期間需要以母乳餵哺6個月大兒子，不過酒店沒有育嬰室，她在廁格擠奶，服務員以嫌棄的態度幫她冷藏母乳，讓她關注香港母乳餵哺配套設施不足問題。回到職場後經常面對沒有育嬰室的情況。希望僱主在公司為在職授乳者提供適當的哺乳室。

配方奶粉商

消費者有知情權及選擇權，配方奶粉能為媽媽提供多個選擇，消費者有權知道母乳餵哺外的選擇。有些初生嬰兒母親因身體狀況各異，不能製造足夠的人奶，配方奶粉正好是他們的選擇。很多在職母親因方便和時間等理由而選擇放棄母乳餵哺，香港母乳餵哺率很低有很多原因，不能武斷地跟配方奶粉的廣告拉上直接的聯繫。配方奶粉不一定是完全替代母乳，而是擔當補充劑的角色，補充母乳以外的營養。



有研究指母乳有利嬰兒智力發展。資料圖片

「愛的泉源」好處數不盡

不少研究顯示母乳有利嬰兒身體健康和智力發展，多個國家及地區如日本、台灣都大力鼓勵初生嬰兒母親以母乳餵哺。母乳餵哺不單對嬰兒有利，對授乳者、社會、醫療和環境保護都有正面影響。

嬰兒少病智力高

母乳含有天然的抗體、營養素及活細胞，在餵哺母乳的初期，母乳會根據孩子生長的需要而自然製造不同的抗體和營養素，自動調節營養素的比率。若嬰兒早產，母乳會有較多DHA及ARA，補充嬰兒先天性的不足，所以母乳對早產嬰兒尤其重要。

而且，授乳者每天進食不同食物，嬰兒從母乳中吸收營養，亦適應不同固體食物的味道，在長大後斷奶時較容易轉為食用固體食物。有調查顯示，嬰兒或孩子接受母乳餵哺的時間越長，免疫力和身體狀況就越高越好。長期接受母乳餵哺的嬰兒或孩子較少患上傷風、感冒、哮喘、氣喘和鼻敏感等呼吸道有關疾病，又可減少腦膜炎、中耳炎，以及長大後患上癩肥、高血壓和膽固醇過高等疾病。

智力發展方面，長期以純母乳餵哺的嬰兒智商較高，在長大後的學業成績及學習能力會較高，他們的社經地位都較長期食用配方奶粉的嬰兒為高。

助媽媽防女性疾病

餵哺母乳有助初生嬰兒的媽媽減少子宮收縮和產後出血的機會，有助子宮回復正常，有效預防貧血。長期餵哺母乳則可讓女士預防疾病，減低患上女性疾病如乳癌和卵巢癌及心臟病、中風、糖尿病及高血壓等風險。

可省逾億社會醫療開支

長期來說，母乳餵哺能減輕個人、家庭的醫療開支和社會的醫療負擔。有研究發現，接受純母乳餵哺達3個月或以上的嬰兒，相比起從未接受過母乳餵哺的嬰兒，醫療開支大約每人少3,000港元。

若所有嬰兒能夠純以母乳餵哺3個月或以上，香港可節省一億四千萬的社會醫療開支。

大減固體廢物

母乳餵哺能減少環境污染。在本港，香港母乳育嬰協會引用統計數字顯示，在嬰兒出生後首3天的留院期，如母親放棄餵哺母乳，以所有醫院每天平均使用配方奶粉餵哺嬰兒7次計算，共會為香港帶來最少50萬個奶瓶及奶嘴等固體廢物。使用配方奶粉餵哺後的奶錫罐器可達到每年400萬個，連同其他固體廢物如奶瓶及奶嘴，對環境的影響不少。

加上香港初生嬰兒的母親在出院後仍然採用母乳餵哺的只有2%，如果香港授乳人數增加，將可大大減少香港每年有關配方奶粉等衍生的不少固體廢物。

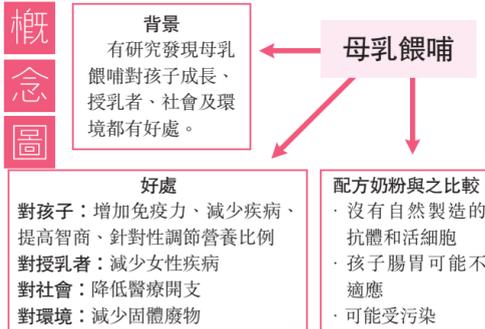
想一想

- 指出母乳餵哺對孩子成長、授乳者、社會及環境的好處。
- 香港政府擬定草案，建議立法規管配方奶粉上的銷售和宣傳手法，你有什麼看法？
- 「在社會加強母乳餵哺友善措施的同時，消費者對母乳外的選擇也有知情權及選擇權。」你在多大程度上同意這看法？試解釋你的答案。 ■記者 戚鈺峰

答題指引

- 對孩子：增加免疫力、減少疾病、提高智商、針對性調節營養比例等。對授乳者：減少女性疾病。對社會：降低醫療開支。對環境：減少固體廢物。
- 可配合當今時事，例如最近修訂的《商品說明條例》，以受影響持份者、針對性等思考框架，加以分析。
- 同學須表達個人立場。很大程度同意；兩者非對立，應因應個別母親的情況讓其作出選擇，而且香港是自由市場，政府可立法規管奶粉宣傳手法，但不可扼殺其存在的空間。很小程度同意：現今很多奶粉都有誤導成分，令人以為可以代替母乳，或比母乳更適合孩子，公眾的知情權被濫用。 ■記者 戚鈺峰

概念圖



延伸閱讀

- 《餵哺孩子由你作主》，衛生署家庭健康服務網站，http://www.fhs.gov.hk/tc_chi/health_info/child/30030.html
- 《母乳餵哺社區》，衛生署家庭健康服務網站，http://www.fhs.gov.hk/tc_chi/breastfeeding/community.html
- 《在商業樓宇提供育嬰間設施》，屋宇署網站，<http://www.bd.gov.hk/chineseT/documents/pnap/ADV/ADV032.pdf> ■記者 戚鈺峰