

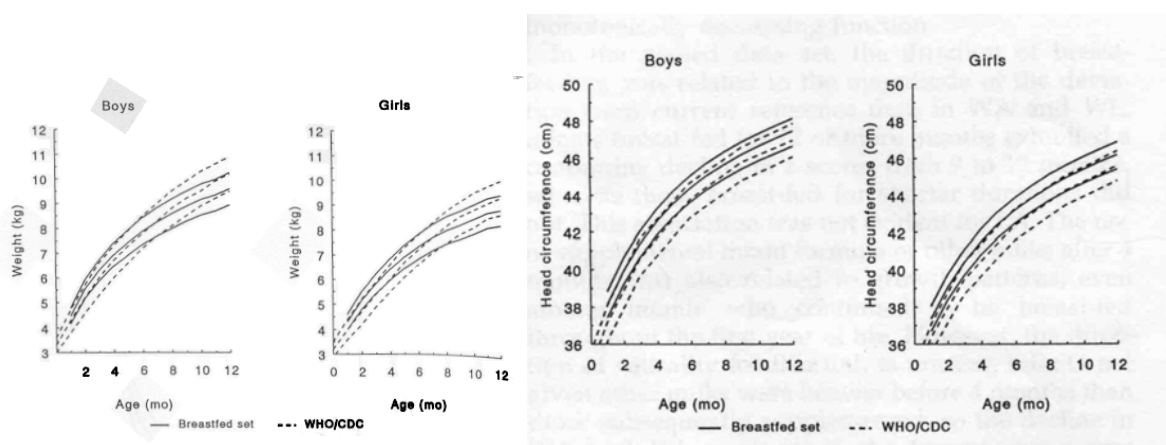
## 母乳寶寶的生長曲線

高雄榮總小兒科醫師 林淑敏

2002 年，世界衛生組織(WHO)及聯合國兒童基金會(UNICEF)採用嬰幼兒餵食全球策略，呼籲所有政府及其他相關部門：加強並建立新措施來保護，支持及鼓勵純哺育母乳六個月，並在提供安全適當的副食品的同時，持續哺乳到兩歲或兩歲以上。對於絕大多數的嬰兒來說，純哺育母乳可提供六個月前的嬰兒足夠的營養，沒有研究證據顯示需要更早添加副食品。

依照這樣的建議，母乳寶寶的生長曲線會如何？目前國內所使用的生長曲線表，其統計製作的年代，正是台灣母乳哺育率最低的時期，可見其中僅包含少數的母乳寶寶，主要是餵配方奶的寶寶，尤其是一歲前的生長曲線表，母乳寶寶和餵配方奶的寶寶是不同的。

母乳寶寶典型的體重及頭圍曲線圖：



在前 3 個月，體重、身長，尤其是體重明顯高於配方奶寶寶，3 至 8 個月，生長曲線較持平，主要是體重，甚至低於配方奶寶寶之平均，純母乳時間愈久，此一現象亦愈持久且較明顯，但在兩歲以後，則其生長曲線並無明顯差異。值得注意的是，雖然 3 個月後，體重身高增加較少，甚至低於配方奶寶寶，頭圍則是從 0-12 個月，皆大於配方奶寶寶。另一個有趣的現象是，在 8 到 10 個月時，純母乳寶寶可看到一快速成長的高峰，若混合餵食或愈早添加副食品的寶寶則不明顯。此一快速成長的高峰，是否與荷爾蒙的調控有關，或者母乳寶寶能自我調控食慾，而有此現象，其對寶寶生長的意義或重要性，目前仍不清楚，有待更進一步的研究。

雖然這一篇研究的個案數和個案特質，不足以涵蓋各種不同族群的母乳寶寶，其他的研究報告也顯示類似的結果，不同的國家如日本、泰國、印度也是類似的報告。對於某些健康條件差的國家或地區，一歲以前，母乳寶寶的生長曲線和健康狀況反而優於配方奶寶寶。

這也提供幾點迷思值得我們思考：” Does Big mean Good ? “ 大就是好嗎？是否配方奶寶寶是被過度餵食了呢？嬰幼兒的健康評估除了身高、體重以外，寶寶的功能，如心智發展、行為、罹病情形...等等，綜合性的評估，並使用適當的參考標準，才是合宜的。人類的嬰兒期在所有的哺乳動物中是最長的，嬰兒期大腦的成長速度也是最快的，這也符合人類是萬物之靈，這是人類的寶寶成長成熟所需。母乳的營養不只提供身高體重成

長所需，也恰恰好適合寶寶大腦成長所需（所有哺乳動物的母乳都恰恰好適合其新生兒所需）。哺育母乳時，寶寶從吸吮媽媽乳房所得到的發展刺激，母親和寶寶的互動，都與我們寶寶適合人類如此複雜，細膩的發展有關，因此，純母乳六個月後，在添加副食品的同時，繼續餵母乳是必要的。人類的壽命將近百年，只有出生這幾個月只靠一種食物存活，只有這幾年吃媽媽的奶，我們能不慎重嗎！

研究報告和經驗告訴我們，相關醫護人員對於哺育母乳的了解及態度會影響母親持續哺育母乳。然而，研究卻指出，相關醫護人員對母乳寶寶的生長曲線不同於配方奶寶寶這一點了解並不足，可能因錯誤解讀母乳寶寶的生長而過早地建議添加副食品，甚至懷疑母乳的品質，母乳不足而建議給配方奶。過早或不適當的添加副食品，可能因副食品的營養品質而造成嬰兒營養不足或因副食品的製作、準備過程受污染，增加感染的機會。同時，也增加提早離乳的可能性。對於少數有疾病或特殊情況考量的嬰兒，仍需更多的研究來了解六個月前添加副食品，是否有好處或是必要的。

因此，我們也應該有自己本土母乳寶寶的生長曲線表，提供父母及相關醫護人員參考，避免造成父母親不必要的挫折感和擔憂，也可避免因錯誤解讀而給寶寶過早地添加副食品，不但無益，反而可能有害。好消息是，目前國民健康局也注意到母乳寶寶不同於配方奶寶寶的生長曲線，將來在世代研究中，會將此議題納入，我們要做的是，努力推廣及幫助更多的媽媽哺育母乳，並依照目前世界衛生組織(WHO)及聯合國兒童基金會(UNICEF)對嬰幼兒餵食的建議”純哺育母乳六個月，並在提供安全適當的副食品的同時，持續哺乳到兩歲或兩歲以上”。如此，我們才會有自己本土母乳寶寶的生長曲線，加油！

### 參考資料

- 1.Dewey K.G PhD. Growth of Breast-Fed Infants Deviates From Current Reference Data: A pooled analysis of US, Canadian, and European Data Sets PEDIATRICS Vol.96 No.3 p.495-503, 1995
- 2.Dewey K.G PhD. Grow Patterns of Breastfed Infants and the Current status of Growth Charts for Infants Journal of human Lactation Vol.14 No 2 p.89-92, 1998
- 3.deOnis M, Onyango AW. The Centers for disease Control and Prevention 2000 growth charts and the growth of breastfed infants Acta Padiatrics Vol.92 p.413-419, 2003
- 4.deOnis M, Onyango AW. Resident Physicians' Knowledge of Breastfeeding and Infant Growth Birth Vol.27 No.1 p49-53, 2000