

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



母乳喂养可以大幅缩短宝宝的肺炎患病时间²

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

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

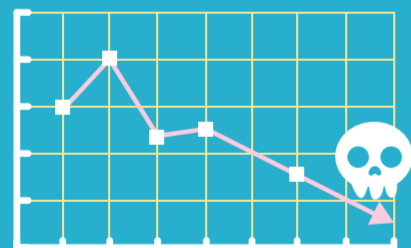


和纯母乳喂养相比，非母乳喂养宝宝患有严重营养不良的几率超出10%⁵



母乳喂养可将宝宝患哮喘的几率降低9%⁶

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



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，聚乙烯吡唑，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



unicef
联合国儿童基金会

中国疾病预防控制中心
妇幼保健中心

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(1): e92-99

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

5. 拯救儿童，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, Bajonowski, 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

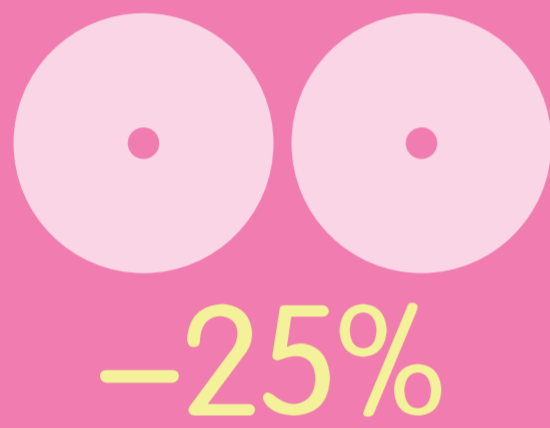
10m²

unicf.cn/10m2

给妈妈的多重益处

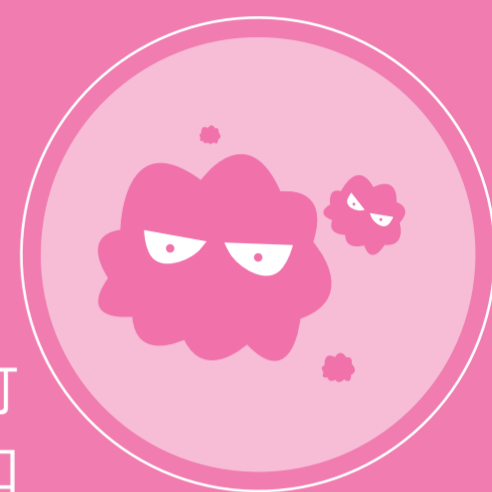
母乳喂养 自然之爱

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}



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



-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

母乳喂养可以使妈妈身患糖尿病风险降低15%⁶

-15%



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

unicef
联合国儿童基金会



中国疾病预防控制中心
妇幼保健中心

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, Willet 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. 哺乳产妇产血管疾病和危险因素持续时间。Obstet Gynecol 2009 May; 113:974.

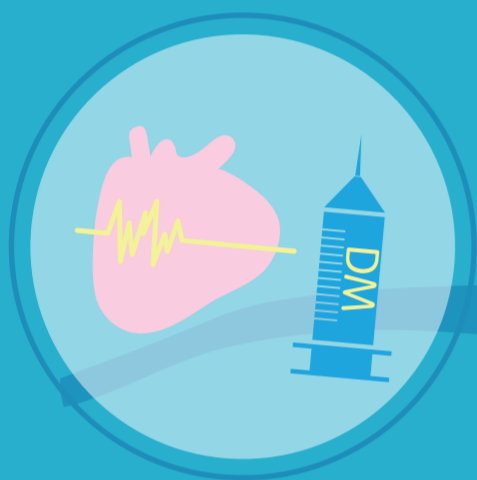
10m²

unicf.cn/10m2

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



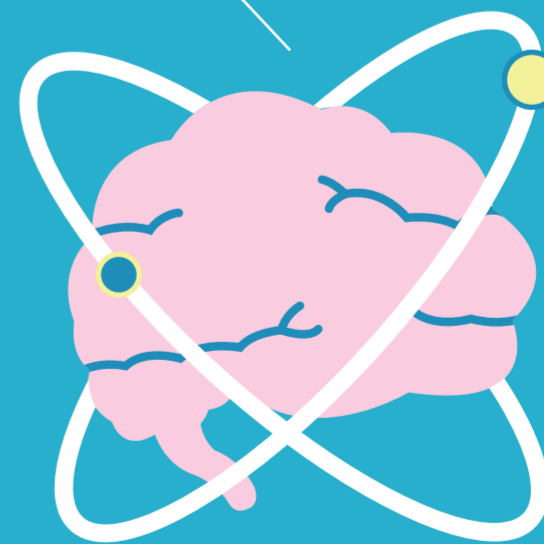
更长时间的纯母乳喂养有利于儿童和青少年的心肺功能发育，在未来能有更健康的心血管⁵



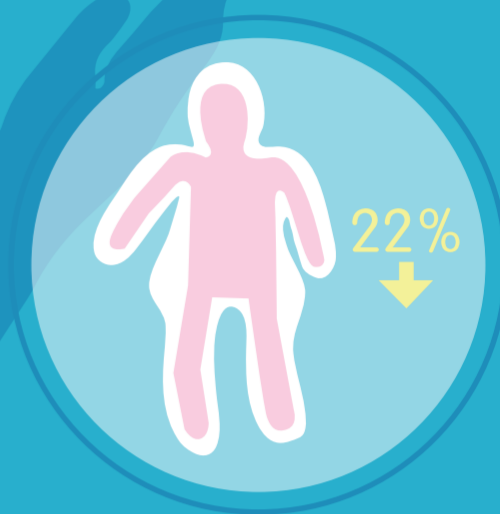
纯母乳喂养的宝宝平均智商要高出配方奶粉喂养5分^{6,7}



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