

哺乳支持~

停

看

聽



賴美玲

2022.04.27

「狂推餵母乳」成新手媽惡夢 林昶佐要求衛福部 **檢討**

2022/04/13 07:30

壓力



院會

行政院長施政報告並備詢

即時字幕為輔助資訊服務，發言內容以立法院公報為準

國會頻道1
• LIVE

立法委員
林昶佐(無)

年輕人較少用幼嬰這樣的字眼
都用Baby
：好
不知道 請委員指教

美國20%而已
我們已經40幾%
加拿大40幾%、澳洲20幾%
英國1%

04-12-111 16:48:33

「狂推餵母乳」成新手媽惡夢 林昶佐要求衛福部檢討

2022/04/13 07:30

〔記者楊丞彧 / 台北報導〕少子化成為嚴重國安危機，針對母嬰的不友善環境也成為各界關注焦點。無黨籍立委林昶佐昨在立法院院會針對母乳哺育以及孕婦衛教手冊提出質詢，林昶佐表示，許多孕婦遇到「積極做業績」的醫療院所不斷推銷餵母乳，造成相當大的壓力，原因出在衛福部對此「有點數」，點數多的可享有較多補助，建議衛福部應檢討政策方向，或將補助改為用在聘請泌乳顧問。

衛福部長陳時中答詢表示，執行面的問題，衛福部會來討論。行政院長蘇貞昌也認同，會請衛福部進一步改善。

林昶佐指出，我國2001年為了跟進世界衛生組織（WHO）的政策，朝2025年6個月以下完全哺育母乳比例要超過50%方向邁進，開始推動媽媽餵母乳，也開辦母嬰親善認證診所。辦到2016年時，獲認證醫療院所超過180家。而2018年我國6個月以下完全哺育母乳比例達到46.2%高峰，可說是全球模範生。對比美加約兩成多，澳洲約一成，英國甚至只有1%，台灣已經是WHO所謂的模範生。

林昶佐提到，這兩年餵母乳的比例快速下降，落到約37%左右，原因是很多醫療院所為了達到「業績目標」讓醫護搞得像母乳業務員不斷推銷，造成新手媽媽莫大的心理壓力。因此，這幾年許多醫療院所開始反其道而行，以「非母嬰親善醫療院所」為號召，反倒吸引更多新手爸媽青睞。

林昶佐舉例，有孕婦還在產台上用力，結果就被問要不要餵母乳；也有媽媽才剛剖完腹，也一直被問要不要餵母乳；也有新手媽奶水不足，卻仍被不斷被問要不要餵母乳，搞得自己都受傷，嬰兒營養也不足。

林昶佐強調，很多上述離譜的案例會發生，都跟我國為了達成WHO所設的KPI有關。醫療院所人員很賣力地推銷，是因為這樣點數會比較高，可以受到衛福部的補助或支持等。也因為這樣的狀況，造成這幾年的反宣傳，沒獲得認證的更受歡迎，母乳哺育率也下降，得到認證院所的也不要了。

林昶佐認為，我國以WHO標準而言完全是模範生了，但這個20、30年前的標準，現在先進國家是怎麼思考的，是否符合母嬰的權利，大家會有不同的想法。林昶佐請衛福部考慮，這個政策是否還要朝這方向進行？若還是要朝這方向前進，補助的方式是否改成補助醫療院所聘用專業泌乳顧問，比較能站在新手媽媽的角度鼓勵。

陳時中表示，他沒聽說過母嬰哺育對小孩子是不好的，但推動的手段是否夠友善，能不能讓大家都接受，這是執行面得問題，衛福部會進行討論。蘇貞昌也說，他覺得林昶佐關心這議題很有道理，方法上要講究，不要壞了好意，他會請衛福部照委員指教，在這方面進一步改善。

積極做業績 ~ 不斷推銷母乳
醫護搞得母乳業務員
不斷推銷 ~ 造成新手媽媽
莫大心理壓力

推銷
母乳

在產台上用力 ~
被問要不要餵母乳
媽媽才剖腹 ~
被問要不要餵母乳
新手媽媽奶水不足，
不斷被問要不要餵母乳

母乳
餵餵餵

母嬰親善醫院 ~ 有點數
補助改為聘請專業泌乳顧問，
比較能站在新手媽媽角度鼓勵

母嬰
親善

非母嬰
親善

非母嬰親善醫療院所為號召
反吸引更多新手爸媽青睞

停看聽! 反思!

壓力



檢討強推母乳政策，打造友善育環境



林昶佐 Freddy Lim 

April 14 at 11:49 AM 



【檢討強推母乳政策，打造友善育兒環境】

立法院總質詢我就「母嬰親善醫療院所認證」的問題，請蘇貞昌院長、陳時中部長重視、檢討相關政策，獲得許多新手爸媽的迴響，在此進一步完整說明。

2001年時為響應WHO6個月以下純母乳哺育率50%的2025年目標，國健署開始辦理「母嬰親善醫療院所認證」，以提升純母乳哺育率作為評鑑標準。為爭取認證，許多第一線的醫護人員被迫強力推銷母乳，有媽媽還在生產台上就被再三追問確認為什麼不餵母乳，剛剖腹生產完仍需靜養恢復的產婦被強迫要餵奶，奶水不足的產婦被強迫餵到受傷寶寶還因此挨餓...各種光怪陸離的情況一再發生，顯示這種無視每個孕婦身心條件及客觀環境的差異，盲目追求純母乳哺育率的政策，對醫療人員以及新手父母都造成極大困擾，對母嬰親善甚至有負面影響，必須被嚴肅檢討。... [See more](#)

我有話想說~

母乳的好處和你想的不太一樣、**餵母乳不輕鬆**

[張宇文 / 反思中的丹麥小教授](#) 2022/04/22

作者身為公共衛生學者，目前仍親餵孩子中
因立法院新聞，研讀台灣衛福部跟國民健康局相關文宣
分享釐清觀念及個人哺乳經驗、觀察台灣哺乳環境，提出建言
給政府。

對一些媽媽來說，餵奶是最自然不過的事情。

對筆者來說，餵奶是從懷孕、生產到小孩一歲前，最辛苦的一件事情。

迷思一

過於誇大母乳對嬰兒的好處
強調母乳的優點遠勝於配方奶

迷思二

只提母乳對媽媽的好處
忽略對媽媽的壞處及負擔
把哺乳當作是一件「容易」、「輕易上手」的事

迷思三

餵母乳
不用花錢
是免費的

親自餵奶的媽媽 要想到的事情是外人很難想像的

餵奶這件事

生產完前幾天奶量不夠是否要用配方奶補充？

母乳什麼時候才會有？

嬰兒在睡覺可是胸部腫脹，要把他叫起來餵嗎？

要不要用吸奶器幫忙

乳腺卡住了怎麼辦

出門穿衣一定要找胸口有扣子、內衣可以中間打開的設計，放溢乳墊

想過？

要在哪裡餵奶呢？

可以用保護套保護嗎？

用了會影響嬰兒吸吮嗎？

聽過？

如果吃抗生素會不會對嬰兒不好？

哪些食物可吃不可吃？

看過？

乳頭被咬傷，可以擦藥嗎？

感到？

在產前

在母乳哺育專業知能的醫護人員指導下
認識到正確哺乳觀念與技巧

生產後

寶寶很快吸上母乳
媽媽可舒服的側躺餵寶寶
依周遭朋友經驗，順利的人其實極少。



部份
文宣內容

「坐著哺乳好輕鬆」
母乳手冊

出外時哺乳輕鬆：
穿著輕鬆哺乳衣
瓶瓶罐罐不用愁
哺乳背巾好幫手
隨時隨地可哺乳

「呼籲孕媽咪選擇母嬰親善醫療院所，透過孕產期 3 部曲服務，容易成功哺餵母乳」

寫出「容易」兩字，可猜測是沒有哺餵過母乳的人。

餵母乳經費加一加其實蠻「壯觀」

想過？

溢乳墊、餵奶枕頭
(很貴!)

保護乳頭的道具及乳液

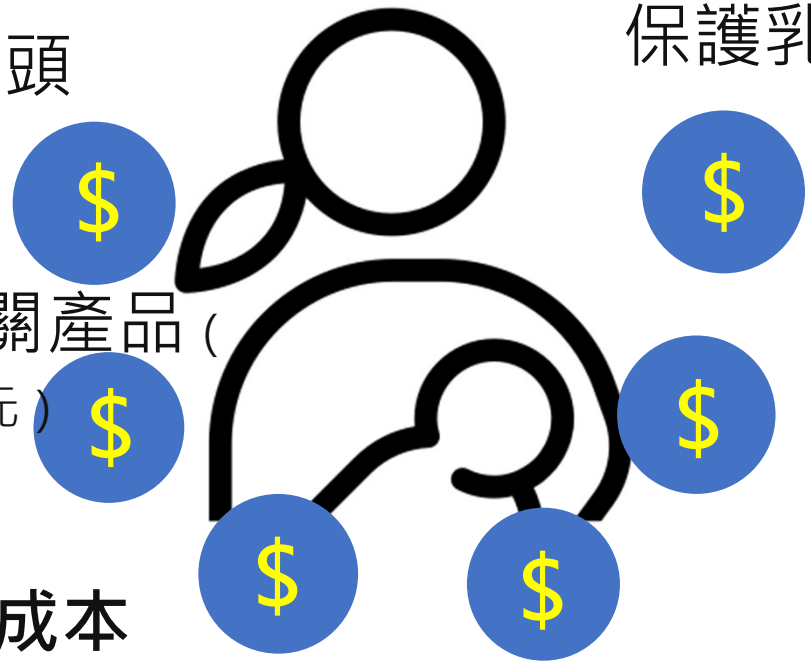
布巾，吸奶器及相關產品 (電動機器加零件加起來上萬元)

適合衣服及內衣
(小孩一歲前只能穿
可從中間打開衣服)

媽媽的時間跟精神成本

如果把餵奶當作工作
花上的時數乘上時薪
是非常可觀的

讓母乳更有營養或分泌
更多的飲食，不便宜。



給政策制定者建議：

推廣餵母乳的優點、在醫院鼓勵媽媽試著親餵是好事
但不應誇大這些優點，更不應該忽略對於媽媽的負擔
這不只是台灣的問題，歐美推廣母乳的文宣也幾乎都是如此
如奧斯特教授所說，推廣者可以說：

**「 餵母乳對嬰兒是好的
所以讓我們來協助媽媽們
希望可以讓你們順利餵奶 」**

不是包裝成「母乳是嬰兒發展上最重要的一件事情，如果你無法餵奶，那真的是很不幸，長期下你的小孩會因此而發展不如他人。」

想要幫助媽媽成功餵母乳

可考慮~

產後復原跟奶量、時間彈性跟工作環境、強大的後援提供媽媽們支援。如：

- 衛福部提供的 24 小時哺乳諮詢電話是好的開始
- 但有經驗的人都知道，餵奶的事情用講的不大實用，**要實際4來看、來幫忙比較有效果。**
- 立委建議台灣多訓練泌乳顧問，我十分贊同。

在丹麥

- 除非媽媽是第一胎、有併發症或剖腹，媽媽跟嬰兒在產後 5 個小時內就會回家。
- 接下來的**兩個星期內，每幾天會有護士或助產士來家裡看媽媽跟嬰兒狀況。**
- 他們通常有泌乳顧問的訓練，也會關心餵奶狀況、姿勢、及其他疑問。

「我以為當媽媽很快樂，直到『餵母乳』的壓力成為夢魘……」 ——妳的身體妳作主，即使當了媽媽也一樣

「瓶喂」媽媽們，也該得到的支持與尊重

助產士皇家學院在 6 月 12 日發表[正式聲明](#)，確認無論是親餵(breast-feed)或瓶餵 (bottle-feed)，每個女人的決定都必須被尊重 (the decision of whether or not to breastfeed is a woman's choice and must be respected)。

「給寶寶最好的」——美意變夢魘

4 年多前孩子剛出生，當時一心想要讓孩子喝到母乳，無論怎麼試都不成功，整個醫院助產士團隊人人都來指導，確認哺乳姿勢完全正確，但還是無法如願，最後發炎紅腫，孩子喝不到母乳幾乎要脫水。

馬上要求護士餵他喝配方奶，沒想到助產士不但不鼓勵我們這樣做，還不斷和我們確認：「真的餵配方奶嗎？」

同病房的一位英國媽媽也發生和我差不多的情況

我以為當媽媽應該是一件快樂的事，沒想到竟然需要承受這樣的壓力

儘管沒人逼一定要餵母乳，但專業助產士給我們的感覺就是「母乳是最好的，妳身為母親，當然要給孩子最好的」

這無形的壓力，讓兩位新手媽媽感到非常受挫，因為誰不想給自己的孩子最好的東西呢？

「有健康的媽媽，才有健康的孩子」

就這樣過了 3 天，終於忍不住打電話給鄰居，她是第一個鼓勵我餵配方奶的人，因為她經歷和我一樣的遭遇，一句話讓我如夢初醒：「有健康開心的媽媽才會有健康開心的孩子。」

如果媽媽連自己都照顧不好自己，怎麼可能有餘力把孩子照顧好？

54 ~ 79年次
32 ~ 57歲

X

1965 ~ 1980
較獨立較具創意
充分適應傳統
與數位職場

89 ~ 99年次
12 ~ 22歲

Z

1990年末至
2010年代前期
又稱千禧世代
數位原生世代

嬰兒潮

1946 ~ 1964
經濟龍頭
高齡化代表
品牌忠誠度高

35 ~ 53年次
58 ~ 76歲

Y

1980 ~ 1990
重視體驗而非所有權
訂閱經濟的推手

79 ~ 89年次
22 ~ 32歲

α 數位原生世代之子女
偏好吸睛品牌



嬰兒潮世代



X世代



Y世代



Z世代



α世代

關鍵定義

高齡化
經濟龍頭

中生代
領袖

問東問西
千禧寶寶

首批數位
原生族群

千禧世代
的子女

既有品牌

品牌喜好

經驗品牌

吸睛品牌

知己知彼百戰百勝

來源：天下雜誌出版

<https://www.cheers.com.tw/article/article.action?id=5099579>

2020年，五個世代的衝擊

甚麼事情都可嘗試反骨思維

對於一件事物的**熱度** ~ **六分鐘**

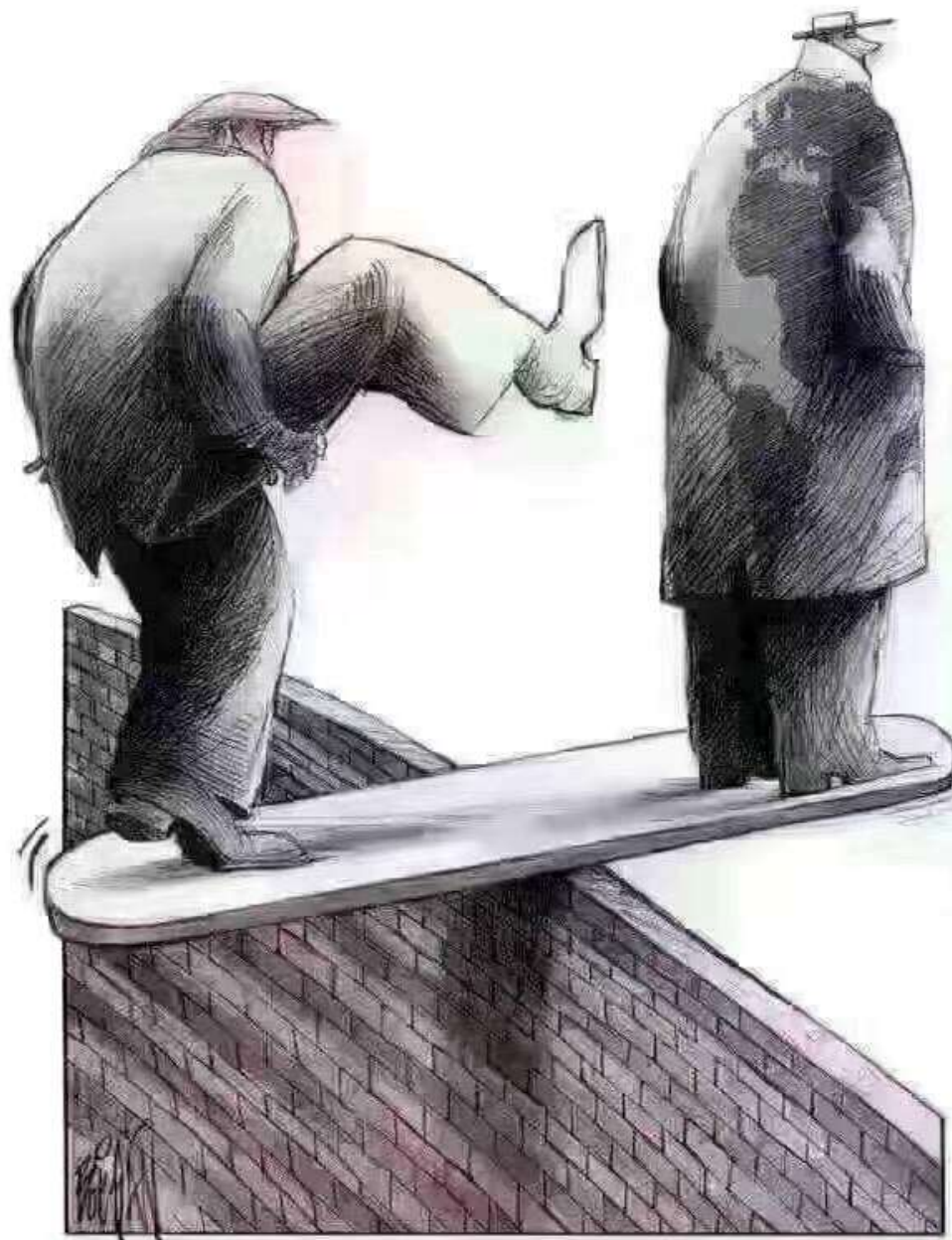
對於一件事物的**堅持** ~ **幾天幾夜**。

對於一份工作 ~ **一兩年**

對於尋找自己 ~ **一輩子**。

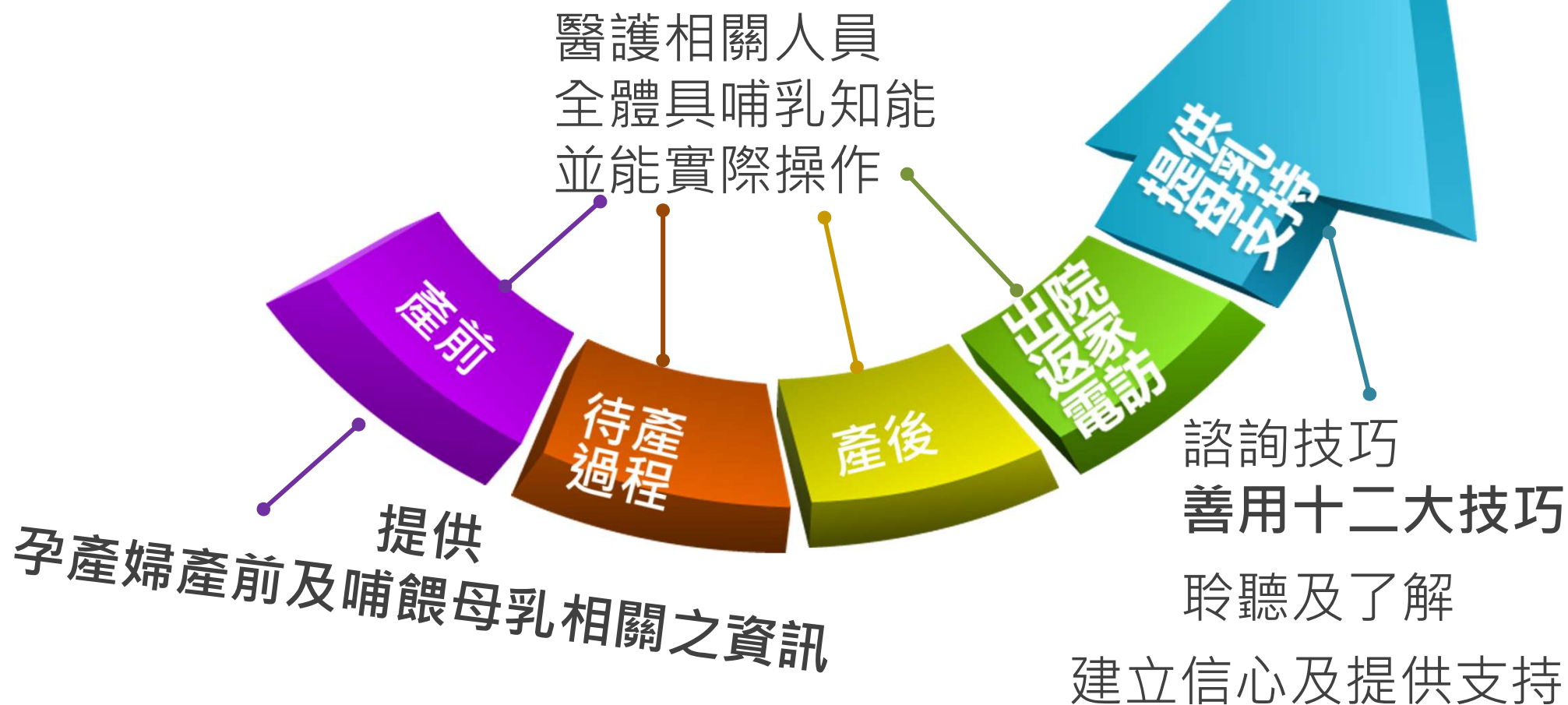
結婚生兒育女
有自己的模式
有自己的想法
有自己的規劃

壓力



產前到產後過程 ~ 我們做了？

成果？









醫療院所
制度

照護母嬰
團隊

聽到什麼
看到什麼
做了什麼

孕產婦

家人

溝通
時機
技巧



反思
自省

支持
技巧

全員
動起來
教育
支持

善用

聆聽與了解



善用

建立信心及提供支持



Mehrabian於1972年研究：

溝通時影響別人接受訊息時感覺所佔的比率

臉部的表情



38%

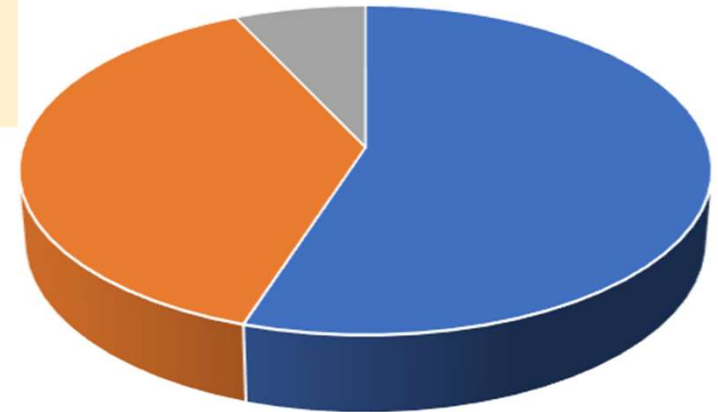
7%

口語



55%

聲音



■ 臉部表情 ■ 口語 ■ 聲音

良好的溝通，來自於傾聽

作者劉秀丹在 [《阿丹老師的幸福說話課》](#)，提供5個傾聽技巧

謹慎地給予忠告

對想要解決的問題感到不知所措時，可能需要的不是情緒上的支持或安慰，是希望能尋求協助。可提供具體建議給對方。
但在說話前，要注意2件事

發揮同理心去傾聽對方的聲音

聆聽是否讓人感到溫暖
關鍵在於能否走出自己的世界
貼近對方現在經歷的各種情緒

利用肢體語言表達關心

有時多說無益，只要給對方一個微笑或適時的點頭，就能表達出內心的支持

用簡短的回應引導對方「多說話」

一個好的傾聽者，會相信對方有能力為自己的生命負責
「鼓勵對方多說話」讓他「自己解決問題」，使其有自我成長的機會
傾聽過程和回應讓對方感受關心支持

摘要式重點整理

簡單扼要重複重點內容，確認自己是否理解正確，避免有誤解，讓說話者能有被了解的溫暖感受。

<https://www.managertoday.com.tw/books/view/5425>

說話前 應該要注意2件事

1.心態



要確認自己的傾聽與提供的幫助，
是「真的想幫助對方解決問題」
而不是為了表現出自己比較厲害

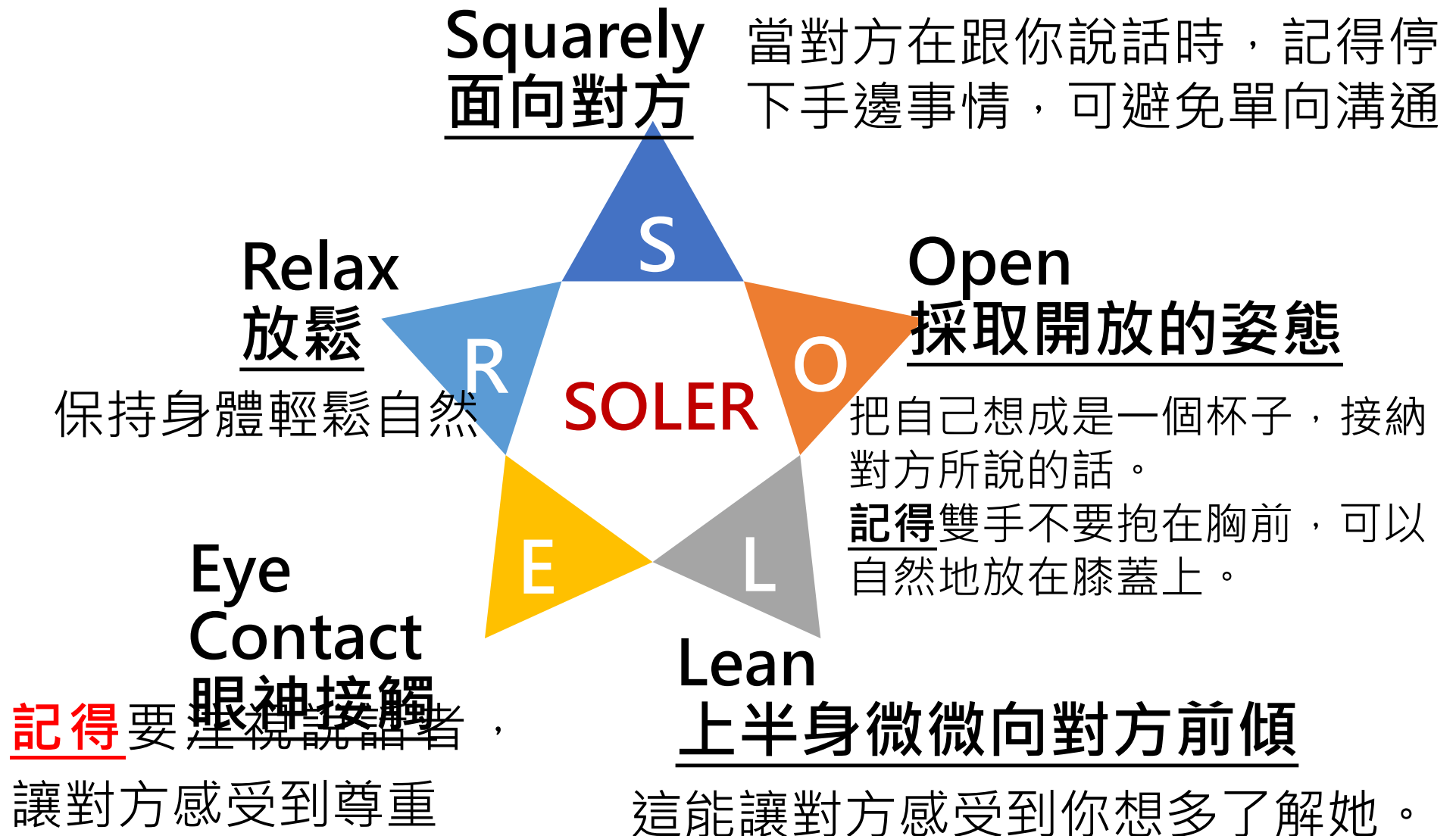
2.需求



講出建議前，可先透過
「你覺得我可以怎麼幫你呢？」
「我能幫上什麼忙嗎？」
「你會想聽聽看我的看法嗎？」
來確認對方是否真的需要自己的忠告。

利用肢體語言表達關心

SOLER 傾聽法



有效溝通的第一步：複誦 + 同步

把對話調整到對的頻率上！

別急著
說、回應

- 如何接收訊息，並非由發出訊息的人（說話者）決定，而是由收訊者（聆聽者）決定。
- 無論收訊者如何用心地聆聽，若這份心情沒能傳達給對方，那麼對方並不會知道。
- 此時能適度地傳達某種「**我有在聽你說話**」的訊息給對方，對方就能實際感受到我們的專注。
- **最簡單的訊息，就是點頭**。它能帶給對方相當大的**安心感**。**點頭**再加上「**嗯**」或「**原來如此**」等簡單回應，效果更好。
- 能正確「複誦」對方的話，更能將共鳴的感受傳達給對方。
- **複誦**同時具有確認對方的發言內容
加深說話者與聆聽者雙方理解程度的效果

複誦 ~ 有三種方式

- 勿重複同一種方式，效果會愈來愈薄弱。

① 複誦對方句子裡的最後結尾（語尾）

發言者：我覺得，還是鐵下心來，整個重新做一次會比較好。

聆聽者（以下統稱引導者）：那樣會比較好，是嗎？

② 複誦話中出現的關鍵字

發言者：我覺得對新時代的領導者而言，引導能力會是必備的一種技巧。

引導者：你的意思是，未來引導能力會很重要？

③ 將對方所言內容用自己的表達方式重新整理後，再「換句話說」拋回給對方

發言者：我覺得那個產品是有它的吸引力沒錯啦，但是沒有擊中要害、一槍命中，總覺得好像少了點什麼.....

引導者：換句話說，你不是很喜歡？

- 複誦，能讓對方產生「被接納」的感覺。
- 但複誦並非等於同意對方說法，只是單純地表示我們確實聽進對方所言內容，讓對方知道「你所說的，我已經放進腦子裡」。

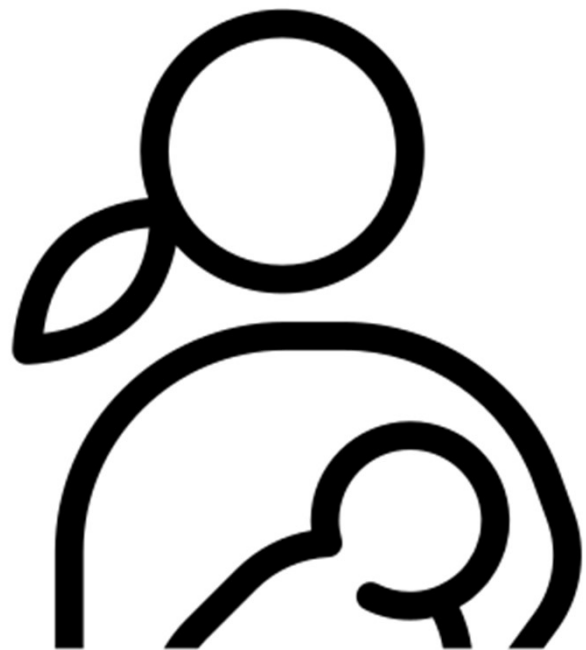
每段溝通，均有兩個部分：



- 內容是溝通時討論的焦點
- 過程是溝通的方式
- 人比較容易記住討論的過程，記住互動時的感覺
- 不會記得太多討論內容。
- 溝通時要理解對方的目標與訴求
- 最終目的是為理解，分享彼此真實感受。
- 正向溝通過程可以建立連結感，達成雙贏的局面。

記住：

不是為了解釋而解釋！



說明清楚！

講明白！

才能讓人放心