



## 为何选择母乳喂养？

作为加利福尼亚州最大的分娩中心之一，Pomona Valley Hospital Medical Center (PVHMC) 深知母乳喂养的重要性。美国儿科学会建议，婴儿应接受纯母乳喂养，直至其满六个月大。之所以推荐这一国家标准，是因为母乳能为宝宝、母亲、家庭乃至整个社会带来诸多益处。

### 您是正在进行母乳喂养，还是在考虑母乳喂养？我们可随时为您提供帮助！

我们的哺乳中心为妈妈们提供顺利哺乳所需的支持和工具。无论在何处分娩，您都可以带孩子前来，我们会为您解答疑问、排解忧虑、解决问题。哺乳中心的开放时间为周一至周五，需提前预约。如需预约或对母乳喂养有任何其他问题或疑虑，请拨打我们的全天候母乳喂养信息热线 [909.623.6455](tel:909.623.6455)。

## 母乳喂养的好处

### 营养

母乳是婴儿最佳的营养来源之一。随着宝宝的成长，母乳的成分也会动态调整，以适应宝宝不断变化的需求。母乳易于消化，并含有天然糖分。

### 抗体

母乳喂养时，您体内的抗体会传递给宝宝，帮助宝宝建立更强大的免疫系统，抵御疾病和感染。

### 保护

母乳喂养有助于保护宝宝，预防多种短期及长期疾病：

- 降低婴儿猝死综合症 (SIDS) 风险
- 降低哮喘和胃肠道感染风险
- 降低患肥胖症和糖尿病等慢性疾病的风险
- 降低耳部感染风险

### 母亲的健康

母乳喂养对母亲的好处：

- 降低产后抑郁风险
- 降低患卵巢癌和乳腺癌的风险
- 降低患 2 型糖尿病和高血压的风险
- 随着子宫恢复到孕前状态，体重也会减轻得更快

### 方便省心，增进亲情

- 母乳喂养非常方便，妈妈们可以随时随地给宝宝哺乳。
- 母乳喂养这一亲密的举动有助于安抚宝宝，为宝宝提供安全感与情感上的联结。



Pomona Valley Hospital Medical Center 荣获“美国母婴亲善医院”称号，这标志我们卓越的护理水准，以及对母乳喂养和母婴情感联结的坚定承诺。

\*来源：Centers for Disease Control and Prevention (美国疾病控制与预防中心)