

母乳喂养的好处

母乳喂养是大多数婴幼儿的最佳营养来源。
美国儿科学会 (AAP)
和世界卫生组织 (WHO)
建议在最初 6 个月进行纯母乳喂养。

根据 2017 年进行的美国国家免疫调查数据，
仅有 25.6% 的婴儿
在最初 6 个月内接受纯母乳喂养。

根据美国明尼苏达州卫生部的数据，2015 年，在参加 WIC 的母亲中，
每 8 人中有 1 人 在 6 个月时仍在进行母乳喂养。
：
每 27 人中有 1 人 在 12 个月时仍在进行母乳喂养。

健康的婴幼儿 进行母乳喂养可降低罹患以下疾病的风险：



哮喘
胃肠道感染
(腹泻/呕吐)
肥胖
I 型糖尿病
严重下呼吸道疾病
婴儿猝死综合征 (SIDS)

预防感染/加强免疫系统



母乳能刺激并支持免疫系统。
母乳中存在多种抗体，可从母亲传递给婴幼儿。

母乳喂养有助于加强早产儿的免疫系统。

健康的母亲 进行母乳喂养可降低罹患以下疾病的风险：



高血压
2 型糖尿病
卵巢癌
乳腺癌

根据美国夏威夷州卫生部的数据，
在 2009-2011 年分娩的妇女中，有

在洛杉矶郡——亚洲以外地区最大的亚裔人口居住地——
只有 6% 的哺乳专业人士会说亚洲语言。
(breastfeedla.org)。



45.2%
在产后 8 周进行纯母乳喂养。

妇女、婴儿和儿童计划 (WIC)



妇女、婴儿和儿童计划 (WIC) 是美国联邦或各州支持的一项计划，以确保低收入妇女、婴儿和儿童获得适当健康和营养。

请咨询您的医生以了解更多信息。

WIC 资源包括：

健康食品，如婴儿谷物食品和婴幼儿食品。

有助于成功促进母乳喂养的其他信息、资源和支持。

其他资源：

- USBC: 母乳喂养公共卫生合作伙伴工具包 (usbreastfeeding.org)
- BreastfeedLA: 亚裔和太平洋岛民母乳喂养工作组 (breastfeedla.org)
- 夏威夷土著母乳喂养协作组 (breastfeedinghawaii.org)