

# 用最舒服的力量和频率“吸奶”

由于工作和生活作息等诸多原因,吸奶器的使用越来越普遍,甚至成为很多在职妈妈的必备用品之一。但近期,关于吸奶器的负面消息也频繁出现。据报道,有人用吸奶器吸奶,结果吸成了乳腺炎;也有专业医师表示,滥用吸奶器有健康隐患,不是万不得已不要用。那么,到底能不能用吸奶器呢?

D05-D06版采写/新京报记者 林文龙



专家指出,作为一种辅助工具,使用吸奶器要感觉“舒服”才好。

图/gettyimages

“大家都说母乳喂养好,但又要上班,肯定要用吸奶器。”妈妈赵亚的看法很有代表性。

记者在不少育儿论坛里看到,吸奶器因为“简单、方便”,用途又多,如奶量多时可存奶;奶量少时可刺激分泌;不存在乳头大小而影响哺乳甚至乳头受伤的问题,因而颇受职场妈妈们的青睐。

“哺乳喂养初期,吸奶器可帮助疏通乳管,减少或避免乳腺炎发生。”著名儿科专家、北京和睦家医院儿科主任崔玉涛认为,如果使用合适的吸奶器,妈妈在使用时很舒服,不会对乳腺或皮肤造成损伤。

想母乳喂养的妈妈,应了

解吸奶器的使用方法,特别是那些在职妈妈。崔玉涛说,哺乳中,若妈妈乳汁过多,可在每次哺乳后吸出多余乳汁,置冰箱内冷冻(可保存3-6个月),以备妈妈不在家时使用;妈妈上班后要定时吸乳,从而保证能够继续坚持母乳喂养。

目前市面上的吸奶器很多,有电动的,有手动的,有单头的,也有双头的,价格差异也极大,有些准妈妈或新手妈妈想买吸奶器又不知该如何选择,崔玉涛建议,如果家庭条件允许,还是买电动的,有多档调节的,最好是双头的。另外,从亲朋好友处“继承”吸奶器也是一个好办法。

## 解答专家

著名儿科专家、北京和睦家医院儿科主任崔玉涛

## ■ 热点问题 Q 吸奶器如何选?

A:吸奶器最重要的是频率和力量,只要妈妈感觉很舒服,就不会对乳腺或皮肤造成损伤。如果家庭条件允许,还是买电动的,有多档调节的,最好是双头的。手动吸奶器的问题是人工控制吸奶过程,不能保持恒定的频率和力量,因而难以形成对乳房的良好刺激;而电动吸奶器可以调控到妈妈认为最舒服的力量和频率,且能持久恒定,再有,双头吸奶器可以节省吸奶时间。

(下转 D06版)

责编 刘映 图编 林沛青 美编 顾乐晓 责校 王心



天士力制药  
TASLY PHARM.

OTC

## 现代中药 抗菌消炎





### 穿心莲内酯滴丸

CHUANXINLIAN NEIZHI DRIPPING PILLS

**穿心莲内酯纯度高达98% 起效快**

**功能主治**

清热解毒, 抗菌消炎。  
用于上呼吸道感染风  
证所致的咽痛。

国药准字: Z20040078 津药广审(文)第2012100173号 请按药品说明书或在药师指导下购买和使用 禁忌: 忌烟酒、辛辣、鱼腥食物。

天士力制药集团股份有限公司  
TASLY PHARMACEUTICAL GROUP CO., LTD.

天士力健康星  
800-818-9818 (免费)  
400-618-9818 (收费)

大健康  
www.dajiankang.com

## 品自然奢华 为成功干杯



**完美** 扬州完美日用品有限公司

YANGZHOU PERFECT CO., LTD.

地址: 江苏省扬州邗江经济开发区牧羊路88号  
电话: (0514)87771828 传真: (0514)87771818  
网址: http://www.perfect99.com 邮编: 225127

健康食品 个人护理品 家居日用品 美容护肤品