

哺餵母乳可以預防疾病嗎？

哺餵母乳已經被證實可以有效地預防許多疾病，包括令人痛苦的中耳感染、上呼吸道或下呼吸道疾病、過敏、腸胃不適、感冒、病毒感染、葡萄球菌、鏈球菌和大腸桿菌感染、糖尿病、幼年型類風濕性關節炎、許多兒童期的癌症、腦膜炎、肺炎、泌尿道感染、沙門氏菌、嬰兒猝死症 (SIDS)，和終生可預防的疾病如局部性迴腸炎 (Crohn 氏疾病)、潰瘍結腸炎、一些淋巴瘤、胰島素依賴型糖尿病、還有針對女人的乳房癌以及卵巢癌。

哺乳能保護新生兒免於疾病的一種方式便是它的免疫分子，一般稱為抗體，它會存在於乳汁中。妳身體的免疫系統製造了這些抗體，而這些非常獨特的分子能幫助妳對抗每一種疾病。剛出生的寶寶，他們的免疫系統尚未成熟，沒有足夠的能力對抗會引起疾病的病菌。對於妳已經免疫的或是曾經得過的疾病，經由妳的乳汁，能讓妳的寶寶也具有這些疾病的免疫力。哺乳也可以讓妳的寶寶將病菌傳給妳，妳的免疫系統便會有所反應，因此而合成抗體！這意謂著假如妳的寶寶接觸到妳不曾接觸過的病菌，他（她）會在下一次哺乳的時候將病菌傳給妳；在那次的哺乳過程中，妳的身體會開始製造針對此特定病菌的抗體。下一次哺乳前，妳整個免疫系統便會開始作用，提供免疫力給妳和妳的寶寶。如果妳暴露於任何細菌或病毒之下，妳的身體會產生抗體對付它們，而這些都會存在於妳的乳汁中。母乳中也包含了許多其他種類的免疫分子，這也可以保護妳的寶寶免於病菌的感染。這真是個令人感到敬畏的系統！

研究顯示孩子的免疫系統要好幾年的時間才會臻於成熟，當此免疫系統仍在發展時，他需要母乳來保護他。相較於配方奶寶寶，母乳寶寶自己的免疫系統也會發展的較迅速。

這就表示母乳寶寶都不會生病嗎？不，他們也會生病。不過，他們的症狀通常比不曾吃過母乳的寶寶來的輕微且時間較短。

母乳就像液體黃金般珍貴，而且這是妳所能給的！

最後由 sak 更新於 2001 年 12 月 11 日 (二) 下午 1:15

本文由中華民國寶貝花園母乳推廣協會翻譯
國際母乳會台灣分會花蓮地區哺乳輔導陳淑娟審閱
中華民國寶貝花園母乳推廣協會網址 <http://www.babysgarden.org>

本文翻譯自 <http://www.llli.net/FAQ/prevention.html>