Breastfeeding - We Care

母乳餵哺 人人樂道

Baby Friendly Hospital Initiative Hong Kong Association

October 2017

從失控到掌控 男人該如何看待母乳

作者:無名老公一枚。普通人一個。嗜好與大部分男人一樣:打機、電子產品、(觀看)運動、扮型。 生孩子之後對育兒意見(或曰牢騷)漸多,欲與同道中人分享。

我女兒今年6歲。老婆餵哺母乳·歷時5年多。老婆要我分享心得。驀然回首 ﴾ 想了好久,終於稍微有點頭緒,體會到這個歷程的最大得着。

養小孩,是一件苦事。苦,是因為從一開始嘗試懷孕、成長、學習、失敗、男朋友、生病、還有男朋友,直到永遠。整件事就是要讓人學習失去控制。

- 失控,是因為我控制不了我的精子表現。
- 失控,是其實買燕窩煲湯看醫生都不能完全確保老婆和她肚裏小 孩的健康。
- 失控·是我形式上的安撫(「加油!我在!握我的手!」)其實 完全不能改變/減少/幫助老婆的陣痛(「你收聲啦!」)。
- 失控,是因為孩子未來的伴侶是個笨蛋(#@X\$!)。



首先,奶頭不是我的

可能最令人感到洩氣的日常育兒功夫,就是要堅持餵哺母乳。

首先,奶頭不是我的。我沒辦法掌控。

- 醫院未必讓老婆隨時見、抱、餵小孩。除非我是醫生+護士+食衞局局長三位一體,否則我 人微言輕,沒法幫忙。
- 長輩經常提醒我們,我們當年也是吃奶粉長大的。長輩、親人所提供的觀點/評論/意見/ 壓力,我基本上堵也堵不住。
- 我的Facebook (男性) 朋友因為我發表對支持餵哺母乳的言論·把我看成不切實際的無麩質有機弱漢時·我也拿他們沒辦法。

不過,從這六年的經歷,我學會了幾點關於失控和掌控。

餵哺母乳是無敵的鎮靜劑

很多時候,在(在成人眼裡)完全無預警無原因的情況下,孩子會「突然」失控,哭心、笑 , 叫 , 吹 , 、咬 , 爆 , 。但我發現,最有效的鎮靜劑,是他媽的乳房、母乳和身體接觸。這靈丹萬試萬靈,隨傳隨到。



「你細個咪一樣」

- 怒目瞠視所有批評者、好色鬼、不認同人士,向「你點做人老豆老母」的人還以顏色。
- 老婆要什麼給什麼。(這包括「出去!」)
- 準備回應親友的金句:
 - o 男性豬朋狗友專用:「你細個咪一樣!」
 - o 我媽專用:「媽,其實有件事,我好想告訴你。我人生最大的童年陰影,就是 我細個時,你。。。」

母乳是神藥

不管是小孩生病,還是治理敏感、傷口,母乳都有獨到功效,非常神奇。很多次本來一件感覺很失控的事,只要一兩滴母乳,情況就受到控制了。

母乳是唯一肯定正確的選擇

母乳經過幾百萬年的驗證, 肯定健康有益。奶粉的科技縱然日新月異, 但廠家還需大灑金錢(可能比投入科研的更多),來嘗試說服大眾它們的奶粉如何「比得上」母乳。這就是一個不可控/待定/TBD的表現。由始至終,最可靠、最可控的,其實就在眼前。

這種安撫,一直都在

所以,我發現當所有事情長期都處於不可控的狀態,我能做到的,其實很少。反過來看,我學會了最有把握的一招,就是積極地製造一個老婆和孩子需要的環境,讓他們(和我)享受母乳帶來的安穩。

最後,我發現以前我常說的一句話 — 「你選擇什麼,我都支持」— 其實十分虛弱和空泛。細心想來, 我當時這樣說,是因為我其實不知道可以做什麼、我害怕要負責任、我不想作出任何承擔。 但六年後,我發現當我擁抱這種未知之數,努力為老婆爭取(注意,爭取是超越「口頭/精神上支持」的真漢子有血有淚有粗口的實際行動)哺乳空間,其實就是對我們一家人最有把握、最有用的支持。

母乳幫我從失控中找到掌控。這種安撫,一直都在。自然定律嘛。

作者在本文章表達的見解,未必代表愛嬰醫院香港協會的意見或立場

總編輯: 梁士莉醫生

編輯組成員: 陳翠雲女士、周愛鳳女士、劉慧儀醫生、黃章翹女士、黃惠芳女士、徐瑩女士

插畫: 楊卓伶小姐



Website: www.babyfriendly.org.hk
Baby Friendly Hotline: 2838 7727 (9am-9pm)
General Enquiry: 2591 0782, Fax: 2338 5521
Email: info@bfhihka.org.hk

Address: 7th Floor, SUP Tower, 75-83 King's Road, Hong Kong

Supported by:



聯合國兒童基金香港委員會