

**學習目標：**

修畢本課程及通過考試的學員會有適當的態度，及足夠的知識和技能去

- 尊重媽媽餵哺孩子的決定，並有效地與產後媽媽及家人溝通
- 在餵哺技巧和情緒上支援產後媽媽餵哺母乳
- 透過觀察嬰兒的飽餓信號和大小便情況等，幫助媽媽掌握何時需要餵哺和嬰兒是否吃得足夠
- 協助媽媽預防和及早察覺一些常見的餵哺母乳問題（如：乳脹、乳痛和塞奶等）若在餵哺母乳的過程中發生問題（如：乳腺炎和奶量不足等），協助媽媽尋求醫護專業的診治
- 若有需要，協助媽媽處理擠出的母乳和消毒泵奶器具，及用適當的餵奶用具（如小杯）給嬰兒餵食母乳

**課程重點：**

乳汁的分泌及調控	手擠奶示範
如何協助母嬰分離的媽媽	擠奶方法及技巧
正確的含吮和哺乳姿勢	哺乳順利的徵象
常見的餵哺問題（乳頭痛、塞奶、乳頭平/凹乳頭、產量不足等）	補奶的方法
母乳媽媽常用穴位簡介與操作	坐月飲食宜忌及餐單設計
餵哺多胞胎或早產兒	產後常見健康問題的食療對策
溝通技巧	上班媽媽的準備

**上課形式：**導師講課，小組討論和實習

**授課語言：**粵語授課，中文教材

**導師：**

1. 林志愛醫護師 [註冊護士，註冊助產士，護理科學士，助產科碩士，世界衛生組織/聯合國兒童基金 母乳餵哺輔導員 及 課程培訓導師]
2. 葉錫蘭女士 [註冊護士，註冊助產士，護理學學士，婦女健康課程文憑，國際母乳餵哺顧問，世界衛生組織/聯合國兒童基金 母乳餵哺課程培訓導師]
3. 謝嘉雯中醫師 [註冊中醫，香港浸會大學中醫學學士及生物醫學理學士（榮譽），香港中文大學中風及臨床神經科學理學碩士，香港中文大學婦產科學院-生殖醫學及輔助生殖技術證書，母親與嬰兒營養學證書]
4. 黃雅慧女士 [註冊護士，護理學學士，流行病學與生物統計學文憑，公共健康碩士，國際母乳餵哺顧問，醫療行政文憑，世界衛生組織/聯合國兒童基金 母乳餵哺輔導員 及 課程培訓導師]
5. 陳艷芬女士 [註冊護士，註冊助產士，醫療行政管理碩士，國際母乳餵哺顧問，醫院管理局母乳餵哺課程臨床評核導師]

完成初階、中階、高階班所有課程（合共 20 小時）及通過考試的學員，將由主辦機構發出「合格證書」。合格學員可於名片上標示「專業陪月員（母乳餵哺）高階課程（2021）合格證書」。合格學員名單將上載於主辦機構的相關網頁，為期三年。