



## 分享的力量：捐贈母乳 將愛伸延

### 作者簡介：

**黃章翹女士：**曾任無線新聞部首席編輯、政府資訊科技總監辦公室高級編輯

談到母乳餵哺，每位媽媽都有自己的故事。有些媽媽為奶量不足而焦慮不安，有些媽媽則因奶量過多而不得不忍痛棄掉。倘若能將資源好好配對，將有多少家庭可以受惠？這正是母乳庫的使命所在。為了讓大家更了解建立母乳庫的意義，我們先來聽聽兩位媽媽的經歷。

Kitman是兩名兒子的媽媽，從懷孕時就下定決心用母乳餵哺，準備一應俱全。生產後，她日夜「趕工」泵奶，為的是確保兩個寶寶在她復工後仍能吃到母乳。幸運的是，她的奶量十分充沛，高峰期甚至儲到100包奶，「打爆」了兩個冰箱！

「母乳媽媽經常壓力大，擔心不夠奶，尤其是上班媽媽。所以，我兩胎都不敢偷懶，每天堅持泵奶三次，就是怕上班後寶寶沒奶吃。」Kitman娓娓道來她的泵奶歷程。



丈夫雖然一開始有點驚訝家裏變成「人奶倉庫」，但看到太太的辛勞，也很支持她。Kitman笑說：「雖然他無法體會泵奶的痛，但他會為我打氣，還負責冰箱的『後勤管理』！」

到了第二胎，問題來了。他們搬了新家，家裏只放得下一個冰箱，結果倉庫「爆滿」。

「剩餘的奶沒地方放，只好用來給寶寶沖涼。」Kitman無奈地說。「即使每天為寶寶泡人奶浴，還有剩餘，最後不得不把一些奶丟掉，真的很可惜。」

「每一滴奶都是營養和心血，真的不希望白白浪費掉。曾經從新聞看到外國有母乳捐贈，住在保溫箱的**早產寶寶吃著捐贈的母乳**慢慢長大，直到健康出院。我就想，**若香港也有捐贈母乳的安排，應該幫到不少家庭。**」Kitman說道。

**李小姐也是經歷早產的媽媽，她兩胎都有妊娠毒血症，大女兒和小兒子都是早產出生。**

「看到寶寶的小小身軀插滿喉管，那一刻真的很心痛又無助，可是我還要經歷兩次！」李小姐說起32周出生的兒子，特別感觸。「他不僅不會呼吸，連吃奶都不懂，更別提親餵了。」

「我知道母乳有很多好處，心裏無比希望給寶寶餵母乳，但當時我的奶量根本不夠應付。」她回想當時每天都在焦慮和疲憊中度過。

「我只想寶寶健康起來，但自己的身體還未復原，奶量不夠，整天擔心他們的健康，弄得身心俱疲。」



幸運的是，生大女兒時得到一位**好朋友分享母乳**，大大減輕她的壓力。

「我的好朋友恰巧也在同時期分娩，她的奶量多於寶寶的需要，主動提出幫我儲存一些冰奶，這樣我的大女兒才吃到母乳。」李小姐說到這裏，滿是感激。

然而，兒子出生時情況却沒那麼順利。「這次沒有朋友的幫助，只能靠自己一點一滴地泵奶，儘管艱難，但最終都夠餵兒子。」



如今，兩個孩子都健康成長，大女兒9歲，小兒子也滿5歲了。「回想起來，當時的壓力實在太大了，看到他們健康成長，真的感到無比欣慰。」李小姐深明**母乳對早產嬰兒有多重要**，對於母乳庫，她充滿期待。

「有了母乳庫，與我有同樣經歷的媽媽就不會感到那麼無助了。早產寶寶的健康狀況每天牽動著媽媽的心，母乳不僅為早產寶寶提供營養，更可以減輕媽媽的焦慮。」李小姐說。

#### 編者按：

欲知更多關於香港母乳庫的資訊，請參閱香港母乳庫官方網頁：[www.ha.org.hk/hkch/hkbmb](http://www.ha.org.hk/hkch/hkbmb)

很多媽媽可能對存放和運送母乳等抱有疑問，下一篇愛嬰通訊將深入講解即將成立的母乳庫如何運作，讓媽媽安心捐贈，幫助有需要的寶寶。敬請期待！



作者在本文表達的見解，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

編輯部成員：曾珮瑜女士、謝嘉雯中醫師、徐瑩女士、黃章翹女士

本文所用照片由自然育兒網絡提供

P.2



Baby Friendly Hospital Initiative  
Hong Kong Association  
愛嬰醫院香港協會

Website: [www.babyfriendly.org.hk](http://www.babyfriendly.org.hk)  
Baby Friendly Hotline: 2838 7727 (9am-9pm)  
General Enquiry: 2591 0782, Fax: 2338 5521  
Email: [info@bfhihka.org.hk](mailto:info@bfhihka.org.hk)  
Address: 7th Floor, SUP Tower, 75-83 King's Road, Hong Kong

Supported by:

