



配方奶泡製指導手冊

臺中榮民總醫院

經兒科專科醫師專家檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

2024-01-22 制訂

進行配方奶泡製需認識下列步驟

- 配方奶選擇
- 配方奶沖泡步驟
- 拍嗝的方法
- 奶瓶消毒
- 其他應注意事項
- 常見問題解答

嬰兒配方奶粉不是無菌的產品

在生產過程當中可能含有**阪崎腸桿菌**和**腸道沙門氏菌**等有害細菌；容易造成嬰兒嚴重疾病與死亡。

不適宜的操作配置方法
會加劇問題的衍生!!





01

配方奶選擇



配方奶選擇

- **1.1 選擇適合的配方奶**

諮詢醫生或專業醫療人員的建議

選擇符合嬰兒年齡和需求的奶粉

有衛生福利部認證的圖樣

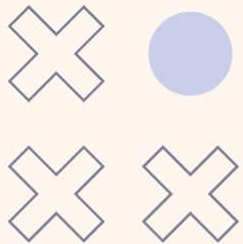
- **1.2 配方奶保存**

保存在乾燥、陰涼的地方

注意瓶罐上的保存日期

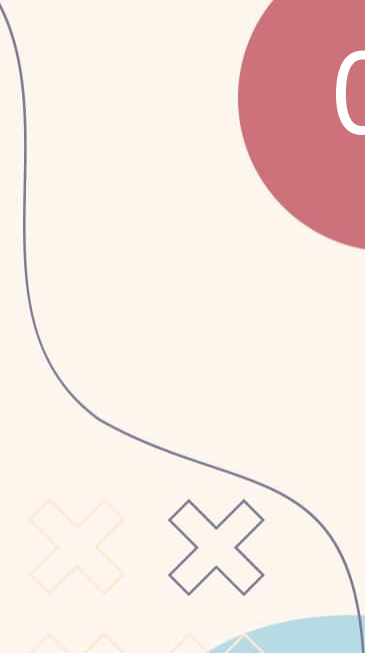
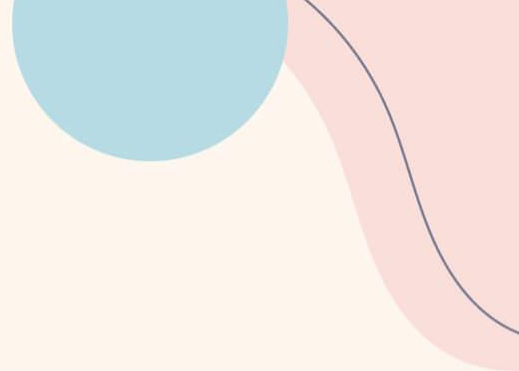
奶粉開封後，保存期限為一個月





02

沖泡步驟



如何挑選適合的奶嘴頭

• 2.1 圓孔洞

自然出乳，瓶身若傾斜奶會流出

流速固定，吸吮較不費力

適合**早產兒**或是**吸吮力弱**的新生兒

• 2.2 十字孔

可依寶寶的習慣調節乳量

寶寶較不易有噎奶的情況發生

適合三個月以上、**吸吮力佳**或較大孩子

• 2.3 孔洞的選擇

是以奶瓶倒立時，奶水可一滴一滴流下來，速度約每秒一滴為宜

奶嘴孔徑

圓孔

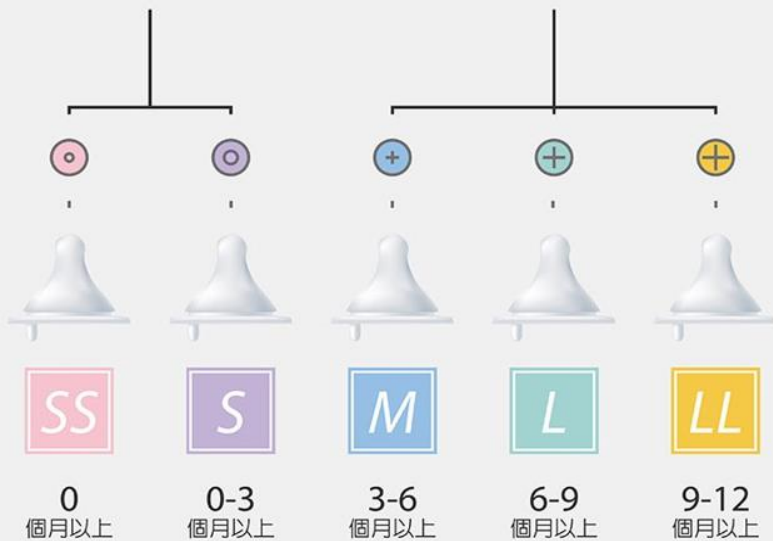


奶水緩慢自然滴出
引導寶寶練習吸吮
適合初生嬰兒

十字孔



奶水須靠吸吮流出
可自行控制流量
適合具備吸吮能力的寶寶



每位寶寶生長發育速度不同，可依實際狀況做選擇

沖泡步驟

- 2.4 準備工作

清潔雙手

準備所需的配方奶、溫水、奶瓶等

- 2.5 加入溫水(水溫不低於70度)

先將煮沸過的溫開水注入奶瓶至標準刻度

煮沸後不能閒置超過30分鐘

70度以上水溫可降低阪崎腸桿菌和腸道沙門氏菌等有害細菌感染的風險

沖泡步驟

• 2.6 正確量取配方奶粉

- ✓ 依照瓶罐指示比例調配
- ✓ 使用原瓶裝內的量匙，每平匙計算為一匙
- ✓ 沖泡完成會高於預定的數字是正常的

• 2.7 均勻溶解

左右輕輕搖勻搖勻奶粉

避免上下搖晃，減少氣泡產生



嬰兒體重 (公斤)	嬰兒年齡	每次餵哺份量	
		溫開水 (毫升)	奶粉 (平量匙)*
3.3	1-2週大	90	3
3.8	3-4週大	120	4
5	2個月大	150	5
5.8	3-4個月大	180	6
6.9	5-6個月大	210	7
7.6	7-9個月大	210	7
8.5~	第10個月起	210	7



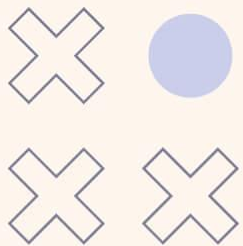
沖泡步驟

- 2.8 檢查溫度

將奶瓶置於水龍頭下沖涼或浸泡於冷水

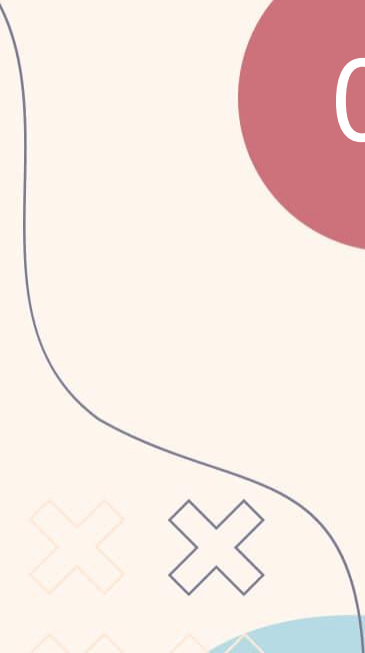
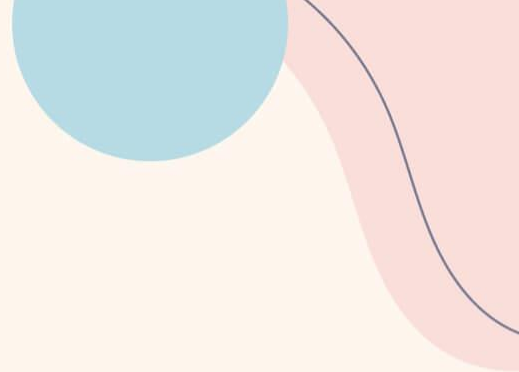
將奶水降溫，以滴在手腕內側不燙為原則





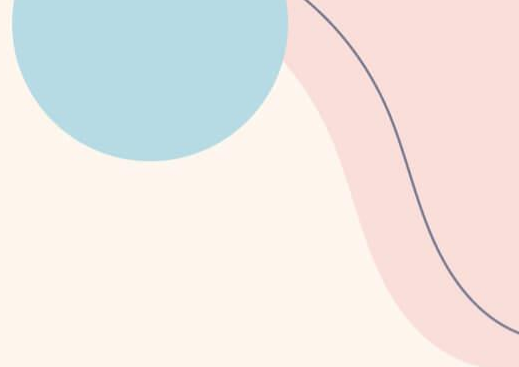
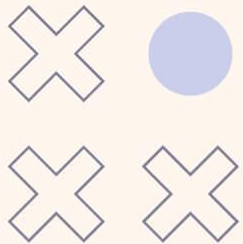
03

拍嗝的方法



拍嗝的方法

- ① 讓寶寶採直立，頭靠在餵食者的肩膀上，用一隻手輕輕撫摸寶寶的後背或輕拍(由下往上)背部，幫助打嗝
 - ② 讓寶寶坐在餵食者的大腿上，用一隻手支撐寶寶的胸部及頭部，另一隻手輕輕撫摸寶寶的後背或輕拍(由下往上)背部，幫助打嗝
- 若已輕拍一分鐘後無打嗝，就可停止
 - 寶寶並不是每次餵奶後都會打嗝排氣



04

奶瓶消毒

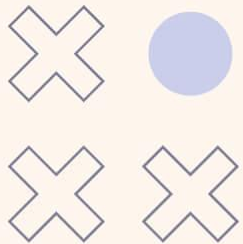


奶瓶消毒-煮沸法

- ①先用清水徹底刷洗，奶嘴及奶栓需分開
- ②玻璃奶瓶倒放入充滿水的鍋內，完全沒入水中，蓋上鍋蓋，水煮沸後再煮 10 分鐘，然後將奶嘴、奶栓、奶蓋一併放入鍋內煮 3-5 分鐘
塑膠奶瓶則和奶嘴、奶栓、奶蓋於水沸後同時放入煮 3-5 分鐘
- ③將鍋內水倒乾，鍋蓋勿拿起，以鍋內熱氣蒸乾
- ④在需要使用哺餵工具時再打開鍋蓋

奶瓶消毒-消毒鍋

- ① 先用清水徹底刷洗，奶嘴及奶栓需分開
- ② 將清洗後的工具放入消毒鍋中
- ③ 依指示進行消毒鍋操作
 - 為防止再次汙染，最好在需要使用前才取出配置器具
 - 如果配置器具取出未立即使用，請加奶瓶完全組裝並加蓋，防止受到汙染



05

其他注意事項



其他應注意事項

- 3.1 依配方奶罐上說明調配奶粉與水量比例

沖泡太濃 → 易致腹瀉及增加腎臟負擔

沖泡太淡 → 易造成營養不均衡及便秘

- 3.2 兩小時內未能吃完的乳汁應全部倒掉

餵哺表

嬰兒體重 (公斤)	嬰兒年齡	每次餵哺份量	
		溫開水 (毫升)	奶粉 (平量匙)*
3.3	1-2週大	90	3
3.8	3-4週大	120	4
5	2個月大	150	5
5.8	3-4個月大	180	6
6.9	5-6個月大	210	7
7.6	7-9個月大	210	7
8.5~	第10個月起	210	7

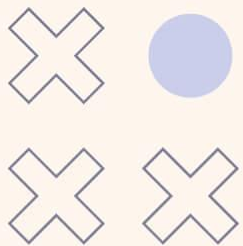
其他應注意事項

- **3.3 調配完成的配方奶 保存期限**

置於攝氏5度以下冰箱冷藏室，可保存24小時，逾時則丟棄

- **3.4 加熱奶水**

隔水回溫配方奶，勿使用微波爐或瓦斯爐加熱，且不應留到下一餐使用



06

常見問題解答



常見問題解答

➤ 暫時沒有(熱)開水該怎麼辦?

可以使用新鮮、乾淨的室溫水沖調，然後馬上食用

使用70°C以下的溫水沖調的乳汁應即刻食用，不得存放以備後用

兩小時後剩餘的乳汁請全部倒掉

The background is a light cream color with various abstract shapes and patterns. In the top left, there is a purple shape with a grid of small orange dots. In the top right, there are two white 'X' marks and a teal circle. On the right side, there is a pink shape with a wavy line and a pattern of white zig-zags. In the bottom left, there is a pink shape with white 'X' marks. In the bottom right, there is a pink shape with a grid of small orange dots. A dark grey dot is located on the left side of the purple shape.

THE END
THANKS