

「111年推動臺北市友善哺乳環境」計畫

111年9月24日母乳哺育教育實作訓練

一、主辦單位：臺北市政府衛生局

二、承辦單位：台灣母乳哺育聯合學會

三、課程目的：透過分組演練(知識講解、技巧學習、教具使用)，使其了解技巧與相關的知識，並學習如何教導父母(或是說明)；演練後可搭配教具實際示範講解知識或技巧。

四、學習範圍：

- 1.依嬰兒需求哺乳
- 2.分辨嬰兒飢餓徵象
- 3.嬰兒主導式瓶餵
- 4.正確哺乳姿勢
- 5.正確含乳姿勢
- 6.手擠乳
- 7.吸乳器使用原則
- 8.配方奶使用注意事項
- 9.乳房腫脹的處理
- 10.乳暈水腫的處理

五、課程方式：分組演練回饋活動，共分為四組，每組 10 人，共 40 人。

- 1.世界咖啡館：四部曲每組 35 分鐘 (35*4 = 140 分鐘) 換組，全部主題每位學員都要演練。
- 2.回覆示教及角色扮演：4 個主題抽籤 2 個，每個主題抽籤 3 名學員 (扮演諮詢者、個案與觀察者)，每個主題演練及討論30分鐘，包括角色扮演示範 5 分鐘，觀察者回饋 5 分鐘，講師帶領討論、講評或是示範20 分鐘

六、參加對象：

(一) 台北市地區醫療機構及產後護理機構護理人員，名額共 40 人。

(二) 報名須附上執業執照證明。

七、時間與地點：

(一) 日期：111 年 9 月 24 日(星期六)下午 13 時至 17 時

(二) 地點：財團法人台大景福基金會 1 樓會議室 (台北市中正區公園路 15-2 號)

八、報名方式：

(一) 學會網站 (錄取名單 111.09.15 公布於學會網站上)。

(二) 報名截止日：8 月 12 日至 9 月 12 日中午 12:00。

(三) 報名網址：<https://forms.gle/NiXSJdma3aKpjApP8>

九、先備知識：

學員課前準備學理：

- 1.乳房結構(乳房生理解剖)：乳房發育、瞭解乳房主要結構。
- 2.母乳成分與哺乳重要性：母乳於各階段成分及功能、母乳與其他乳汁區別、哺乳重要性。
- 3.乳汁生成及泌乳機轉：母乳於各階段的生成及調控機制、孕期乳腺發育與荷爾蒙作用、泌乳各階段過程、乳汁分泌及排出的神經內分泌機制。
- 4.乳房常見問題：乳房問題評估、乳房腫脹及乳暈水腫的處理。
- 5.實際評估協助哺乳：協助母親哺乳重點、哺乳時機、哺乳姿勢。
- 6.如何確定嬰兒吃到乳汁：正確及不良含乳姿勢的差異、有效及無效吸吮的差異、確認嬰兒是否有得到足夠的乳汁、哺乳嬰兒生長判讀。
- 7.母乳供需平衡：供需平衡的重要性、乳腺炎的預防。
- 8.嬰兒主導式瓶餵：避免過度餵食，減少腹脹引起的嘔吐或焦躁感。
- 9.配方奶介入時機及注意事項：使用添加物或不使用母乳醫療適應症、如何減少配方奶使用風險。
- 10.母嬰分離時的乳汁移出：手擠乳時機、技巧與吸乳器使用原則。

十、課程表

日期	時間	課程主題	講師	
111 年 9 月 24 日 (星期六) (實務訓練)	12:50~13:00	報到		
	13:00~15:20	分組演練 (140 分鐘)		
		第一組	哺乳首部曲~奶水量取決於如何開始哺乳 依嬰兒需求哺乳、嬰兒主導式瓶餵、如何分辨 嬰兒飢餓徵象(哺乳的時機)	王嘉慧督導
		第二組	哺乳二部曲~正確哺乳及含乳姿勢影響持續 哺乳意願 正確的哺乳姿勢、正確的含乳方式	胡夢玲副護理長
		第三組	哺乳三部曲~維持泌乳的方法 手擠乳、吸乳器使用原則、配方奶使用原則	林永麗督導
		第四組	哺乳四部曲~哺乳問題正確因應可持續哺乳 乳房腫脹、乳暈水腫發生原因與處理原則	劉珮伶護理顧問
	15:20~15:30	休息		
	15:30~16:30	回覆示教及角色扮演(60 分鐘)	劉珮伶護理顧問 林永麗督導 王嘉慧督導 胡夢玲副護理長 郭素珍兼任教授	
	16:30~16:45	疑問澄清與回饋(15 分鐘)	劉珮伶護理顧問 林永麗督導 王嘉慧督導 胡夢玲副護理長 郭素珍兼任教授	
	16:45~17:00	滿意度調查		

十一、講師簡介(依課程順序)

王嘉慧	新北市惠心產後護理機構 督導	國民健康署母乳哺育種子講師
胡夢玲	宜蘭縣藍田產後護理機構 副護理長	國民健康署母乳哺育種子講師
林永麗	臺北市人之初產後護理機構 督導	國民健康署母乳哺育種子講師
劉珮伶	臺北市藍田產後護理機構 護理顧問	國民健康署母乳哺育種子講師
郭素珍	臺北護理健康大學護理助產及婦女健康系 兼任教授	國民健康署母乳哺育種子講師

十二、注意事項：

- (一)申請教育積分中(護理、助產)，本次不提供上課時數證明。
- (二)聯繫窗口：楊小姐，信箱 breastfeedingcase@gmail.com
- (三)本課程必須確實簽到及簽退。遲到、早退、代簽或中途離席者，恕不給予繼續教育積分認證。
- (四)本課程必須填寫前後測及課後滿意度才給予積分。
- (五)於課前一週提供電子講義下載，不提供紙本講義。