



# 母乳喂养和奶粉喂养有什么区别？

小宝宝的出生，衣、食、住、行都牵动着全家人的心，生怕稍不留神，就影响了宝宝的发育。那么喂养宝宝，是母乳喂养好，还是奶粉喂养好呢？很多宝妈自从升级为新手妈妈以后，一家人都喜气洋洋的，炫耀家里添了可爱的新成员。但是，很多宝妈却高兴不起来，整天为宝宝的喂养问题发愁。母乳喂养对宝宝好，但有些宝妈担心影响身材。也经常有忙碌的宝妈问：配方奶粉能替代母乳喂养么？下面我们就一起来讨论一下这两种喂养方式的区别。



## 两种喂养方式的区别

十月怀胎，一朝分娩。从宝宝出生后，就成了家里的掌中宝，对于宝宝的喂养方式也成了家里的头等大事。母乳喂养和奶粉喂养肯定也各有各的好处，这里帮助宝妈们做一下区分：

### 1. 从喂养流程上看

母乳喂养宝宝的方式是自然、安全、健康的。而奶粉喂养宝宝，就是花钱购买调制的奶粉，让宝宝吃人工制造的。两者都能喂饱宝宝，但是从喂养流程上看，区别明显。母乳喂养宝宝，只要妈妈分泌乳汁没有问题，宝宝饿了，妈妈揭开衣服就能喂宝宝，操作简单直接。但是，奶粉喂养宝宝，中间就涉及到冲调多少奶粉、奶粉温度的控制等，相对麻烦。

### 2. 从母婴感情上看

母乳喂养宝宝，可以增进妈妈和宝宝之间的关系。宝宝可以

在妈妈的怀里感受到妈妈专属的温度，妈妈的声音，让宝宝感到安全，亲子关系就会慢慢建立起来。这对之后宝宝的成长是很有好处的。但是奶粉喂养宝宝，通常情况下是宝宝抱着奶瓶吃奶。对宝宝来说，他们和妈妈身体接触的频率相对减少，不利于宝宝和妈妈建立深厚的感情。

### 3. 从营养状况上来看

母乳是妈妈身体里分泌出来的乳汁，是妈妈身体的一部分，是根据每一个宝宝的出生，自动定制的，唯一的、适合宝宝的，对宝宝来说，是非常有营养的。母乳可以满足宝宝的生长发育的生理需求，而且母乳更容易让宝宝吸收。但是，奶粉是人为制造出来的，制成过程都是尽可能地还原母乳。所以，从影响状况上来看，肯定是母乳的质量更高。奶粉中的营养成分再高，也较母乳差一些。同时，母乳中所含的

免疫因子是配方奶粉无可比拟的，母乳的营养和免疫成分还会随着孩子生长发育而自动调节，来更好地满足宝宝的需求。

### 如何选择喂养宝宝的方式

当然，母乳喂养宝宝是非常好的。但是，有的宝妈因为客观原因，对母乳喂养宝宝，还是有一些顾虑的。如何选择喂养宝宝的方式呢？

1. 考虑身体状况 在选择喂养宝宝的方式时，要考虑一下自己的身体健康状况。如果宝妈身体出现问题，宝宝也很难幸福。所以，是“母乳喂养宝宝”还是“奶粉喂养宝宝”，应该先考虑身体状况。如果身体状况好，没有疾病，或者没有产后后遗症等问题，可以优先考虑母乳喂养。

2. 从经济条件上考虑 奶粉喂养宝宝也是可取的。奶粉喂养宝宝可以帮助无法正常分泌乳汁的宝妈，减轻喂养宝宝的压力。但

是，还是要考虑经济条件。现在好的奶粉价格是不便宜的，如果经济情况有限，还是选择母乳喂养吧。

3. 从时间和精力上考虑 宝宝喂养过程是十分艰辛的。但是，宝宝重要的成长过程，也就只有几年的时间，这个阶段是亲子间培养感情的重要阶段。所以，如果时间和精力允许的话，宝妈不会因为工作忙等缘故，无法喂养宝宝。其实也是可以考虑牺牲一点，给宝宝进行母乳喂养。当然，如果宝妈时间精力不允许，只能退而求其次，选择奶粉喂养宝宝了。

总之，建议宝妈优先选择母乳喂养，母乳喂养不仅对宝宝好处多多，而且对妈妈好处多多。另外，对于爱美的妈妈们来说，还可以帮助你消耗多余的热量，恢复完美的身材！

玉林市妇幼保健院 黄玉琼  
李玉英 陈恒 徐秀英 李莉娜

## 中耳炎感染途径和日常护理

中耳炎是一种十分常见的耳部疾病，可由细菌或病毒感染引起，可累及中耳全部或部分结构。根据病变部位可分为分泌性中耳炎、急性化脓性中耳炎、慢性化脓性中耳炎、胆脂瘤型中耳炎四种类型。中耳炎会对人们的听力功能产生较大影响，并给人们的生活及工作带来不便。

### 中耳炎感染途径

#### 1. 咽鼓管传播

咽鼓管是指连接鼓室和鼻咽部的管道，当出现急性上呼吸道感染后，细菌能通过咽鼓管侵入中耳引发感染。它包括有两种方式：一是鼻咽炎症会沿着咽鼓管黏膜直接蔓延；二是经管腔直入。婴幼儿的咽鼓管较为粗大，并且短直，其位置接近水平，当鼻咽感染后更易侵入中耳，并引发中耳炎。

#### 2. 血液传播

中耳炎也常通过血液途径传播，血液感染多发生在重症传染病出疹期。

#### 3. 外耳道途径传播

外耳道途径是指外耳道感染时，病原体可以通过外耳道感染引起中耳炎。如挖耳或游泳时脏水进入外耳道，可能会导致中耳炎。

#### 4. 逆行途径传播

逆行途径传播主要指从颅腔沿听神经和面神经传入中耳引发感染，通过该途径感染的患者较为少

见。

#### 5. 其他途径传播

临近结构的病变，如扁桃腺炎、腺样体肥大、鼻窦炎也会并发中耳炎。一些鼻咽部治疗及手术操作也会引发中耳炎，例如洗鼻、止血和鼻腔填塞等，不适当的擤鼻和咽鼓管吹张法也会造成中耳炎疾病的发生。

### 中耳炎的症状

不同类型的中耳炎，其症状有一定的差异。主要有耳闷胀感或闭塞感、听力减退、流脓、耳痛、耳鸣。幼儿还常表现为听话迟钝或注意力不集中、搔耳、哭闹。

#### 1. 耳闷塞感

耳内闭塞感、闷胀感是分泌性中耳炎患者的常见主述之一，且按压耳屏后该症状可暂时减轻。

#### 2. 听力减退

听力下降是各种类型中耳炎的常见症状。急性分泌性中耳炎大多有感冒病史，随后听力会逐渐下降。多数慢性化脓性中耳炎会伴有不同程度的听力下降。

#### 3. 耳溢液

急性化脓性中耳炎鼓膜穿孔后，耳内可流出脓液，随着脓液流出，耳痛症状随之减轻。慢性化脓性中耳炎耳溢液主要表现为间断性或长期持续性，当存在上呼吸道感染时，耳溢液的量会增多。

#### 4. 耳痛

当发生急性化脓性中耳炎后，会表现出耳痛症状，主要为耳部深痛，耳痛症状呈现出持续性，也可出现抽痛情况，且在吞咽、咳嗽时加重，可向同侧头部放射。小儿主要表现为搔耳、摇头、哭闹不安等。分泌性中耳炎成人一般无明显的耳痛或有较轻耳痛。而对于慢性化脓性中耳炎患者来说，其疼痛症状则不明显。

#### 5. 耳鸣

分泌性中耳炎时耳鸣症状多呈现为低调间歇性特点，患者会感到嗡嗡声和流水声，在进行头部运动、打哈欠或擤鼻时，耳内可出现气过水声。部分慢性化脓性中耳炎者会伴有低调或高调耳鸣。

#### 6. 全身症状

急性化脓性中耳炎急性期可出现寒战、高热、食欲减退等。

### 中耳炎的日常护理

1. 在发生中耳炎时需要注意从多方面进行护理，最重要的是需要注意休息，避免劳累，加强室内空气流通，保证鼻腔通畅。

2. 保持外耳道清洁干燥，防止患侧耳朵进水，避免一系列可能对中耳炎病情加重的运动和动作，例如游泳、跳水、潜水、乘坐飞机、咽鼓管吹张等。如果在耳潮湿后经常发生中耳炎，大概率与水有关，需要记得在每次耳朵弄湿后，加强消毒干燥，可使用酒精进行消毒。

3. 遵医嘱全身应用抗生素和局部应用滴耳液。使用滴耳液前先将药瓶握在手中数分钟，使药液的温度接近体温，以免药液温度过低，滴入耳内后引起眩晕、恶心等不适症状。滴耳时患耳朝上，成人将耳廓向后上方牵拉，儿童将耳廓向后方牵拉，把外耳道伸直，沿着外耳道壁缓慢滴入，并用手指轻轻按压耳屏 3~4 次以排出空气，保持体位浸泡至少 3~4 分钟或根据医生嘱托延长浸泡时间。

4. 擤鼻涕时禁止过于用力，或同时按压两个鼻孔，需要交叉单侧按压鼻孔进行擤鼻涕。

5. 养成良好的生活习惯，在日常生活中不要过度挖耳，这是由于耳道有自洁功能，且不建议不洁采耳。在听音乐、看电视过程中，音量不要太高，且要尽量将声音外放，避免长时间使用耳机。避免长时间在吵杂的环境中工作，无法避免时应佩戴耳罩，保护我们的耳朵。

6. 在饮食方面，需要保持饮食清淡，避免食用辛辣刺激的食物，多以面汤、粥类食物为主，并增加日常饮水量。多食用蔬菜与水果，确保维生素摄入量充足，促进疾病尽早改善。

7. 高热、疼痛难忍时，遵医嘱使用退热和止痛药物。

崇左市人民医院 陆丽芳