

母乳 · 與母

探討香港人餵哺母乳及奶粉的情況

浸信會明才中學

指導老師：李穎茵老師

組長 2A 陳培鏗 (2)

組員 陳天樂 (5)

陳穎欣 (6)

張諾詩 (8)

蔡詠恩 (21)

姚安立 (23)

目錄

| | |
|-------------------|--------|
| 引言及研究方法 | P. 1 |
| 母乳及奶粉的好壞 | P. 2 |
| 問卷調查 | P. 3-6 |
| 母親餵哺母乳與她們的教育程度的關係 | P. 7 |
| 香港有足夠的育嬰設備嗎? | P. 8-9 |
| 建議及總結 | P. 10 |
| 參考資料 | P. 11 |
| (附錄一)問卷調查樣本 | P. 12 |
| (附錄二)組員工作分配表 | P. 13 |
| (附錄三)感想 | P. 14 |

引言

現時市面上，不同品牌的嬰幼兒奶粉均標榜含有多種不同有助嬰幼兒腦部發展及成長的成分；但政府卻鼓勵母親餵哺母乳，母乳除了對嬰幼兒成長和發育有益外，對母親亦有好處。

根據調查顯示，本港母乳餵哺率只有六成二，遠低於世界水平的七成五。醫院管理局為鼓勵餵哺母乳，將於兩年內停止接受奶粉商供應免費奶粉。近年來，母乳餵哺漸漸成為一個趨勢，究竟母親應選擇以母乳還是奶粉來餵哺她的嬰兒呢？透過這個專題研究，我們將從各方面去探討這個問題。

研究方法

我們將會透過互聯網、報章等搜集資料。另外我們也會向母親進行問卷調查，亦會進行實地考察，務求令此研究變得更全面。

母乳的好處及壞處

餵哺母乳的好處多不勝數，它百分百天然，容易被消化和吸收，母親透過餵哺母乳更可以建立親密的母子關係。此外，它還可以加快母親的產後復原，減低癌病機會，而且有助母親減肥修身。最重要的是母乳中含有母親的抗體及免疫物質，可增強嬰兒對疾病的抵抗力。

但母乳亦有它的壞處。母乳中含有污染物，例如二噁英、農藥、重金屬等。這些污染物會進入嬰兒的體內，儲存在人體脂肪，不能排走。而母乳含有豐富的奶脂肪，在哺乳過程中可能令污染物進入嬰兒體內，損害嬰兒健康。

奶粉的好處及壞處

奶粉的成分包括多種營養素(例如 DHA, AHA)，甚至比母乳的更多。而餵奶粉的時間比母乳的短，奶粉的儲藏時間亦比較長，方便準備和餵哺。

但奶粉亦有很多壞處。奶粉在生產過程中有可能受到污染，而且它不含母乳的抗體。嬰兒還有可能對奶粉中的動物蛋白質產生過敏反應。另外，嬰兒會因用奶樽飲奶而引起入風問題。

問卷調查

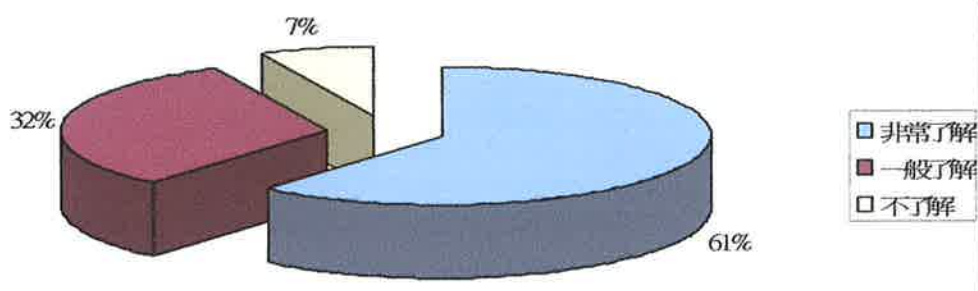
1. 研究目的

我們曾到過商場及母嬰健康院附近進行問卷調查，調查中共訪問了約 100 位母親。

進行此問卷調查的目的是想探討香港母親餵哺母乳的普及性及她們是否明白母乳的益處，並了解她們不餵哺母乳的原因，亦會研究協助母親餵哺母乳的設施是否足夠，從而找出提高餵哺母乳率的方法。

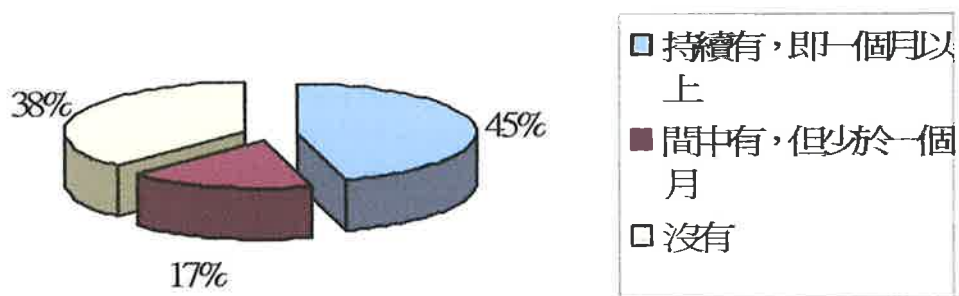
2. 母親餵哺母乳的情況

(a) 您了解餵哺母乳的好處嗎？



超過 60% 受訪者認為自己非常了解餵哺母乳的好處

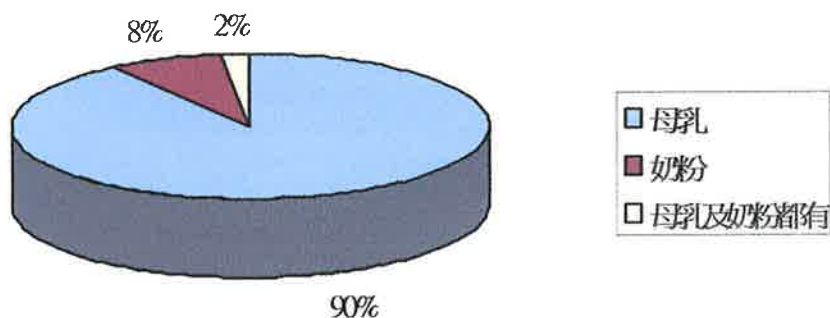
(b) 您有否以母乳餵哺您的嬰兒？



餵哺母乳一個月以上的只有 45%，但沒有/沒有持續餵哺母乳的卻共有 55%

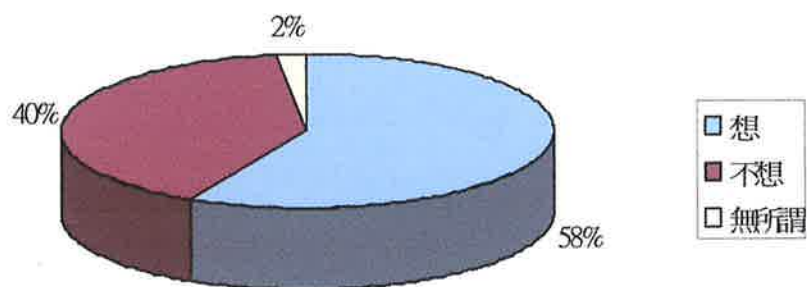
3. 間中/沒有餵哺母乳的母親

(a) 你認為母乳還是奶粉對嬰兒的健康較為有益?



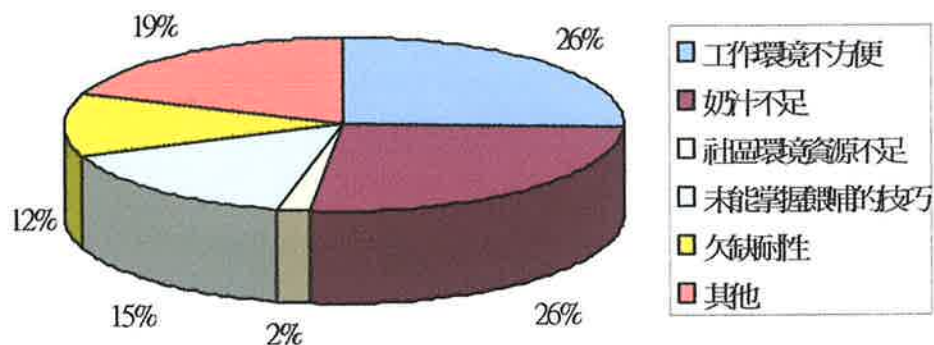
90%間中/沒有餵哺母乳的母親都認為母乳比奶粉有益。

(b) 如果您再有一個孩子，您想不想以母乳餵哺他/她呢?



如果情況許可，過半數間中/沒有餵哺母乳的受訪者都會選擇以母乳餵哺嬰兒。既然她們知道母乳比奶粉有益，又想以母乳餵哺嬰兒，那麼她們不餵哺母乳的原因是？

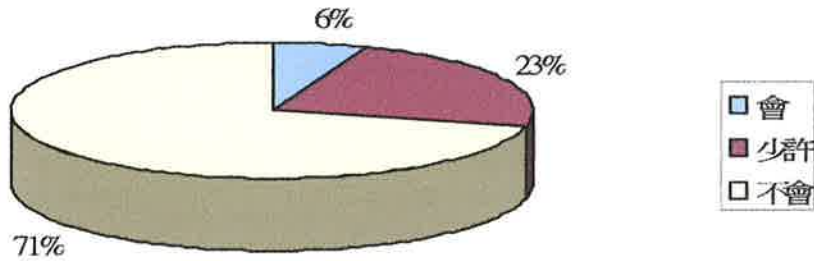
(c) 您為什麼間中/沒有餵哺母乳?



受訪者間中/沒有餵哺母乳的兩大原因是工作環境不方便及奶汁不足。其實工作環境不方便、社區環境資源不足及未能掌握餵哺的技巧的問題都可以由政府協助解決，但奶汁

不足及欠缺耐性就分別屬於母親生理上及心理上問題，政府較難逐一解決。

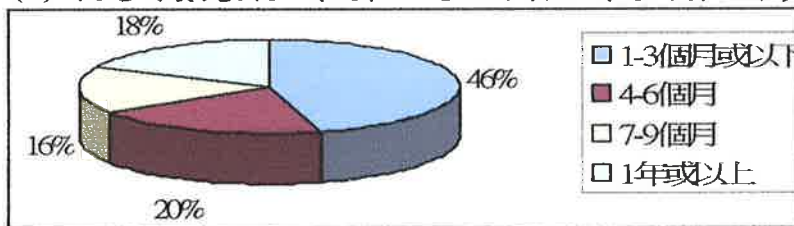
(d) 您會不會因為未能/不能持續以母乳餵哺您的嬰孩而自責？



約 70% 受訪者表示不會為此感到自責，按推測可能她們認為工作環境不方便、社區環境資源不足等等因素都不是她們能控制的，所以不會自責。

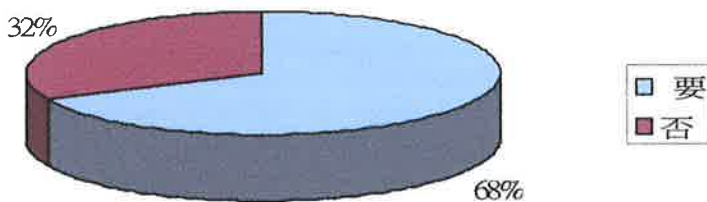
4. 持續餵哺母乳的母親

(a) 從您的嬰兒出生到現在，您以母乳餵哺您的嬰孩了多久？



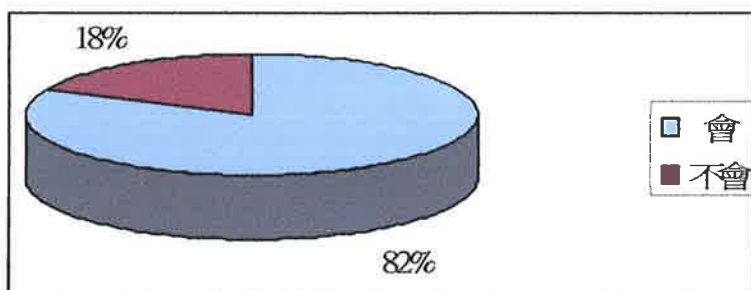
近 60% 持續餵哺母乳的母親都餵哺了 4 個月至一年，可見她們對餵哺母乳確有一定的堅持，數字確實令人鼓舞。

(b) 請問您需要上班工作嗎？



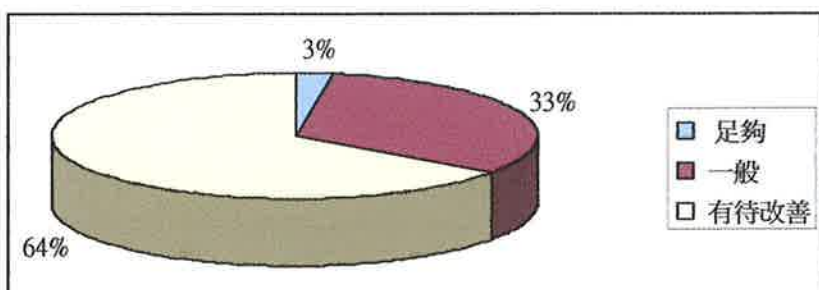
近 70% 受訪者雖然要上班工作，但仍然看出她們堅持餵哺母乳，這數字明顯反映餵哺母乳的在職母親非常認同母乳本身的好處。

(c) 您會不會因為自己能夠以母乳餵哺你的嬰孩而感到自豪或有滿足感?



有近 80%受訪者表示餵哺母乳為她們帶來滿足感，這可以說是她們堅持的其中一個動力，可見餵哺母乳能帶給母親最真實而不可取代的滿足感。

(d) 您認為社區上有足夠設施來協助母親餵哺母乳嗎(如育嬰室)?

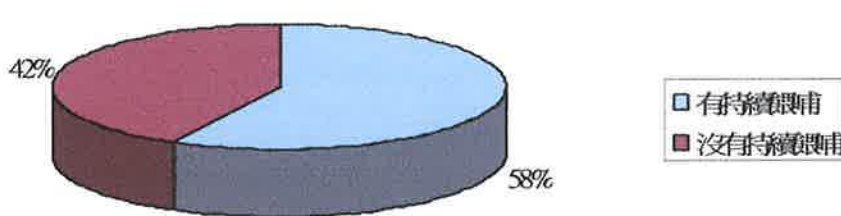


近 60%半受訪者指協助母親餵哺母乳的設施不足，她們希望有更多設施來協助她們餵哺母乳。例如在社區的公共場所可設一些育嬰室，會方便母親隨時隨地餵哺母乳。

母親餵哺母乳與她們的教育程度有關係嗎？

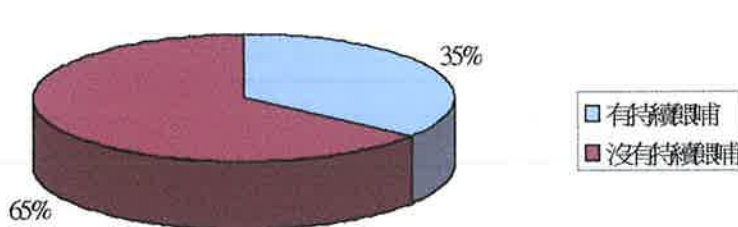
為了研究母親會否餵哺母乳與她們的教育程度的關係，我們比較了不同教育程度的受訪者餵哺母乳的比率。以下是結果和分析：

1. 教育程度為大專或以上的受訪者餵哺母乳的情況



統計結果顯示近 60% 教育程度為大專或以上的受訪者都有持續餵哺母乳。我們推測擁有較高知識水平的她們，可能對母乳的好處有較深認識，工作時間及環境可能較有彈性，所以餵哺母乳的比率也較高。

2. 教育程度為中小學的受訪者餵哺母乳的情況



統計結果與以上的剛剛相反，65% 教育程度為中小學的受訪者都沒有持續餵哺母乳。我們推測擁有相對較低知識水平的她們，可能未有深入了解母乳的好處，工作時間及環境相對困倦，餵哺母乳的比率也因而較低。

從以上的資料可見，母親的教育程度與她們會否餵哺母乳有一定的關係。

香港有足夠的育嬰設備嗎？

會計界立法會議員譚香文曾實地視察全港15個大型商場及13個公共場所是否提供育嬰室，並就育嬰室室內的設施及環境進行評估。

全港15個大型商場中有9個都設有育嬰室（旺角朗豪坊、觀塘APM、將軍澳新都城、青衣城、沙田新城市廣場、銅鑼灣時代廣場、荃灣愉景新城、鑽石山荷里活廣場、中環國際金融中心），而其餘未設有育嬰室的6個商場（旺角新世紀廣場、九龍塘又一城、九龍灣德福廣場、尖沙咀海港城、太古城中心、金鐘太古廣場），都設有其他育嬰設施（如換尿布墊板）。我們也到了一田百貨公司地下的育嬰室實地觀察，發覺確有提供充足的育嬰設施，整體均算十分整潔，光線亦充足，給母親一個舒適的餵哺環境。以下為該育嬰室的照片：



另一方面，在 13 個政府轄下的公共場所當中只有 4 個設有育嬰室（香港歷史博物館、鄧志昂母嬰健康院、將軍澳寶寧路母嬰健康院、油麻地母嬰健康院），有 5 個是沒有提供育嬰室，但有其他育嬰設施（香港太空館、香港科學館、香港中央圖書館、九龍公共圖書館、楊屋道市政大樓），其餘 4 個則沒有任何育嬰設施（香港公園、香港會議展覽中心、跑馬地市政大樓、紅磡市政大樓）。

我們亦到了瀝源母嬰健康院視察，那裡並沒設有育嬰室，而且洗手間內更沒有任何育嬰設施，衛生情況更不太理想，母親難以在那裡餵哺母乳。以下是瀝源母嬰健康院女洗手間的照片：



綜合譚議員的調查及我們的實地考察，我們發現就大型商場而言，大部份都設有育嬰室；即使沒有，在女洗手間亦設有育嬰設施，而且有關設施的整潔程度亦令人滿意。

反觀在政府轄下的公共場所，則大部份沒有設有育嬰室，顯示政府設施或公用設施均沒有配合政府鼓勵母親餵哺母乳的政策。母親要在這些地方餵哺母乳將會遇上困難。

建議

既然政府瞭解香港將會有愈來愈多母親以母乳餵哺子女，也清楚母乳餵哺為母親和嬰兒帶來的好處，公共設施就應加以配合。為了令香港有更多母親餵哺母乳，我們向政府提出了以下的建議：

1. 政府需考慮訂立指引，盡量在新興建的公共設施裏，都預留地方設置育嬰室，方便有需要的市民。
2. 由於部份設於公共設施的育嬰室空間和環境只屬一般，政府應盡快予以改善，增加育嬰室的空間及應有的設施，如椅子、換尿布墊板、洗手盆、通風系統及門鎖等。
3. 研究在育嬰室內裝設電源，讓母親可以使用電動擠奶器擠出母乳來餵哺嬰兒。
4. 為剛產子的母親舉辦更多講座，教導她們餵哺母乳的正確方法及其好處，從而鼓勵她們餵哺母乳。
5. 為市民提供普及教育或加強宣傳，令大眾餵哺母乳有正確及正面的看法。

總結

雖然政府大力鼓勵母親餵哺母乳，但母乳和奶粉各有好壞，母親在兩者之間選擇時，應最先考慮自己的健康狀況及工作環境是否適合。在此研究當中，我們發現母乳餵哺在香港已開始成為趨勢，社會各界應該正視，加以配合。我們亦發現社區上協助母親餵哺母乳的設施有不足的問題，所以政府除了要在鼓勵母親餵哺母乳這方面多加宣傳，鼓勵她們儘量以餵哺母乳；同時亦需檢討及改善社區上育嬰設施不足的問題。

參考資料

1. 父母百科全書

www.baby-kingdom.com/?184080

2. 香港母乳育嬰協會

<http://www.breastfeeding.org.hk/>

3. 會計界立法會議員譚香文所做之一個調查

(附錄一)問卷調查樣本

我們是浸信會呂明才中學的中二級學生，此問卷調查是關於母親對餵哺母乳的認識程度及在餵哺母乳的過程中所需要面對的困難。問卷只供專題研習參考之用，內容絕對保密。研習結束後，問卷資料將被銷毀。

1. 您了解餵哺母乳的好處嗎?

非常了解 一般了解 不了解

2. 您有否以母乳餵哺您的嬰兒?

持續有,即一個月以上(請到 A 部份) 間中有,但少於一個月(請到 B 部份)

沒有(請到 B 部份)

A. 1. 從您的嬰兒出生到現在，您以母乳餵哺您的嬰孩了多久?

1-3 個月 4-6 個月 7-9 個月 1 年或以上

2. 請問您需要上班工作嗎?

要 否

3. 您認為社區上有足夠設施來協助母親餵哺母乳嗎(如育嬰室)?

足夠 一般 有待改善

4. 您會不會因為自己能夠以母乳餵哺你的嬰孩而感到自豪或有滿足感?

會(請到 C 部份) 不會(請到 C 部份)

B. 1. 您為什麼要間中/沒有以母乳餵哺你的嬰孩(請只選出一項主要原因)?

工作環境不方便 奶汁不足 社區環境資源不足(如育嬰室)

未能掌握餵哺的技巧 欠缺耐性 其他_____

2. 您會不會因為未能/不能持續以母乳餵哺你的嬰孩而自責?

有 少許 不會,因為我已盡了力

3. 你認為母乳還是奶粉對嬰兒的健康較為有益?

母乳 奶粉

4. 如果您再有一個孩子，您想不想以母乳餵哺他/她呢?

想(請到 C 部份) 不想(請到 C 部份)

C. 個人資料:

您的年齡:

20 歲以下 21-30 歲 31-40 歲 41-50 歲 51 歲或以上

您的教育程度:

小學 中學 大專或以上

(附錄二)

組員工作分配表

| | 陳培鐸(2) | 陳天樂(5) | 陳穎欣(6) | 張諾詩(8) | 蔡詠恩(21) | 姚安立(23) |
|-------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|
| 資料搜集 | | | | | | |
| 資料整理 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 問卷設計 | | | | | | |
| 問卷統計 | | | | | | |
| 書面報告 | ✓ | ✓ | | ✓ | ✓ | ✓ |
| 統計圖製作 | ✓ | | ✓ | ✓ | ✓ | |
| 口頭匯報 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 匯報話劇 | | ✓ | | | | ✓ |
| 會議記錄 | | | ✓ | | | |

(附錄三)

感想

經過這次的專題研習，我們深深明白到要完成一個專題研習並不是一件容易的事。一個專題研習要集合我們所有組員的血汗和努力，可見團結的力量是十分重要的。雖然我們也有意見不合的時候，但是我們都有著一個共同的目標：盡力去做好這次的專題研習。漸漸地，我們亦明白到組員之間不同的意見及討論可以令到我們的研究變得更好，我們亦開始學會聆聽別人的意見及互相包容。總括而言，這次的專題研習實在令我們獲益良多。