

职场妈妈艰辛背奶

我市母乳喂养率连续三年逐年提高，

□记者 滕华 孙美星 实习生 吕玉敏 覃靖婷 通讯员 马蝶翼 许嘉琛

一个吸奶器、一个冰包、几个储奶袋——这是一位“背奶妈妈”的标准“装备”。

今年8月1日-7日是第25个世界母乳喂养周。据统计，最近3年，我市6个月以内婴儿的母乳喂养率逐年提高，这与职场妈妈重返工作岗位后坚持背奶的努力密不可分。不过职场妈妈背奶之路也异常艰辛，有调查显示，宁波妈妈们所在单位能提供哺乳室福利的只有15.71%，就算是休息时间带宝宝外出，想找个舒适安静的哺乳场所也不容易。

故事1

挤奶就像打游击 背奶妈妈要动作敏捷还要脸皮厚

卫生间、闲置的会议室、私家车的车厢……一年来，背奶妈妈小燕躲闪着众人的目光，用打游击的方式变化着挤奶地点，坚持给宝宝全做到了纯母乳喂养。

今年28岁的小燕家住江东，上班地点在镇海。产假结束后，为了让宝宝喝上母乳，她配齐了背奶装备，开始了背奶之路。“现在想真的是很不容易，我们单位是企业，没有专门地方给妈妈挤奶，我都是见缝插针，有时候利用闲置的会议室挤奶，如果会议室有人开会，就只能在卫生间里解决。”小燕说，在卫生间挤奶，挤奶器等装备只能放在马桶盖上，特别不卫生。而且卫生间里闷热，有时候隔壁间有人方便，这边自己在挤奶，自己都觉得恶心。“有时候上厕所的人比较多，还

不时有人敲门，弄得手忙脚乱的。但是没办法，为了宝宝的口粮，也只能克服，动作快一点就好了。”

小燕的工作主要在办公室里，但偶尔也需要出外勤。“我们领导已经算照顾我了，一般不安排我外出，但有时候人手太少，自己也不好意思坐着。”小燕说，一次在外办事晚了，到了挤奶时间来不及回去，乳房涨得结块，头都有点晕了，只能咬牙坚持着。后来她只要外出就带着挤奶包，来不及回单位挤奶，就在自己车里挂上衣服挡着挤。

“背奶妈妈就是要动作敏捷脸皮厚。”小燕说，一次她在会议室吸奶，走出来以后，一位男同事问她刚刚会议室里是什么声音，让她特别尴尬。不过看着宝宝一天天长大，小燕觉得一切都值了。

故事2

自带小冰箱 后来干脆租房 小三阳妈妈喂出了健康宝宝

每个妈妈都希望自己喂宝宝，今年32岁的小陈也不例外，但她在孕期检查的时候得知自己有小三阳，曾一度放弃这个打算。

“宝宝刚生的时候，在医院里我差点就签字拒绝母乳喂养了，但医生护士反复说我可以的，我决定还是试一下。”小陈说，按照医生的说法，只要肝功能正常，病毒没有复制，就可以母乳喂养，而她正好满足这些条件。

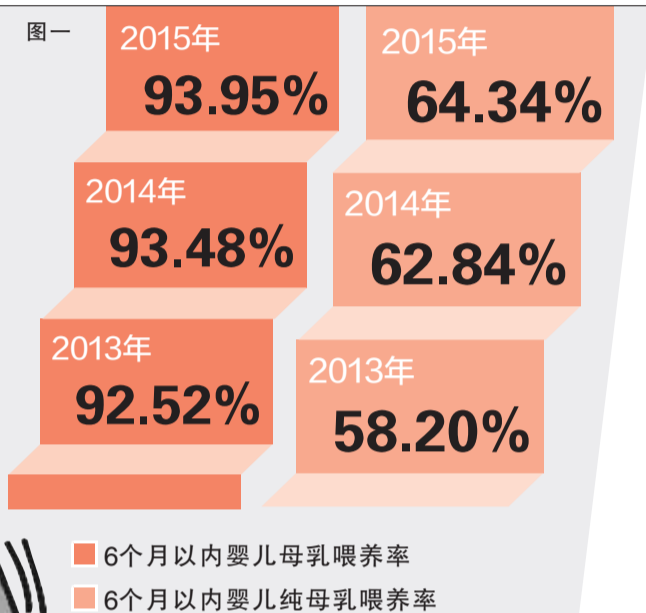
有小三阳的妈妈哺乳需要特别当心，不能让宝宝吸破乳头，否则可能有传染的风险。“我有一个乳头有凹陷，宝宝吸奶的时候能出来，但不吸的时候又会缩回去，儿子就特别不喜欢吸这个乳头。”因为一侧乳头不好吸，需要反复试验，还要防着孩子吸破皮肤，每次喂奶母子两人都费劲，弄得一头大汗，有时候孩子还哭闹不止。

克服了种种困难，小陈还是坚持了下来，上班以后她也成为背奶妈妈中一员。怕吸奶器会弄破皮肤，她先后换了2个吸奶器。担心母乳储存温度不够低会变质，她甚至在办公室里买了一个迷你小冰箱。配备了这么多硬件，还是会出问题。

“不知道怎么回事，我用吸奶器乳房特别容易堵，特别是那个有凹陷的乳房。堵了好几次，中间还发炎过，后来我自己都怕了。”小陈说，为了减少人工吸奶的次数，她干脆在单位附近租了一套房子，让老人带着孩子跟着她一起上班，方便她中午抽空去喂，下午下班再一起回家。

“一套房子租金将近三千元啊，不过想想能让宝宝身体好，什么都值了。”小陈说，如今她宝宝七个月，各方面身体检查都达标。她的计划，至少母乳喂养坚持到宝宝一周岁以后。

图一



■ 6个月以内婴儿母乳喂养率
■ 6个月以内婴儿纯母乳喂养率



漫画 章丽珍
制图 雷林燕

女性所在单位可以提供

15.71%

哺乳室

15.71%

女性所在单位
不会为职场妈妈
提供任何福利

图二

现状

职场妈妈返岗后奶水减少 坚持母乳喂养不容易

随着母乳喂养的理念深入人心，如今，越来越多的宁波妈妈坚持母乳喂养。记者从市卫计委了解到一组数据，从2013年到2015年，我市母乳喂养率逐年提升。（见图一）

根据世界卫生组织的建议，6个月内，婴儿应该纯母乳喂养。如果条件允许，最好

坚持到两周岁或以上。可大部分产妇生产后，仅在医院待上一周左右便出院了，而在之后的半年时间里，要想做到“一丁点奶粉不沾”的纯母乳喂养，还是有一定难度。

“母乳喂养贵在坚持。很多妈妈虽然都能做到母乳喂养，但能做到6个月内纯母乳的比例

就明显下降。因为很多妈妈在结束产假重返工作岗位后，常常因为压力大，生活节奏突然改变等原因，母乳会减少。”市妇儿医院母乳喂养咨询师、产三科护士长李信群介绍，在门诊遇到职场妈妈最多的问题就是奶水太少，而这也是很多妈妈不能坚持母乳喂养的主要原因。