

分享哺乳经验

何晶：应坚持哺乳

何晶在世界母乳喂养周活动上表示，为人母者，应该坚持给子女哺乳。

56岁的何晶与李显龙总理共有4名孩子。据《星期天时报》报道，何晶透露自己生产后，由于出水痘，被医生指示停止喂养母乳1个星期。

虽然这样做是为了防止把水痘传染给婴儿，可是最终婴儿还是受感染，也出水痘。

“后来医生建议，让我重新开始喂养母乳，让婴儿可以通过母乳得到抗体。不过，当时的情况已经太迟了，我很想重新喂养母乳，可是无论我如何尝试，仍旧不成功。”

何晶表示，当时她应该继续喂养母乳，或者积极挤母乳，这样在她康复后或还能有母乳供应。

“我当时唯一的安慰是能在接下来的一个星期内，让婴儿可以睡在我的胸前。虽然没有通过母乳，至少我们还能肌肤相贴。”

世界卫生组织建议，婴儿应该被喂养母乳至少6个月，研究显示这能减少母亲患有卵巢癌的机率，以及强化婴儿的免疫能力。

何晶表示，要鼓励母亲在她们重返职场工作后，继续喂养母乳是一项挑战。

“在我新加坡公司的办事处，我们有私人房间，方便母亲挤母乳。”



（图／《海峡时报》摄影）
席者分享了她的母乳经验。
何晶在世界母乳喂养周活动中，与出

本地更多妇女选择哺乳子女

研究显示本地有更多母亲选择喂养母乳，并且也延长喂养母乳的阶段。

何晶在保健促进局举行的世界母乳喂养周上，透露去年的一项调查中，本地选择喂养母乳的母亲比起2006年的调查结果，高出了11%。而且本地母亲喂养母乳的平均时期，同比也增加了1.2个月，从2006年的3.3个月，增至去年的4.5个月。

何晶也在会上推荐中文版的喂养母乳手册，还有一个在油池民众俱乐部设立的支援团体“BreatPal@Yew Tee”，公众可以拨电67629647询问如何加入。

吓到票房冠军 笑出票房第一 适合全家大小的爆笑搞鬼作品！

