

# 何晶分享经验： 应坚持给初生儿哺乳

◎林佩碧

刚被美国财经杂志《福布斯》(Forbes)推选为全球最具影响力女性第五位的淡马锡控股执行董事兼总裁何晶，总是予人一副精明干练的女强人印象，其实私底下她和其他母亲一样，希望尽力给孩子最好的，包括从孩子一出世便坚持哺乳。

配合世界哺乳周，何晶昨天受邀出席新加坡哺乳协会一项活动时，大方分享她约20年前的哺乳经验。

与李显龙总理育有两名儿子的她表示，哺乳的好处相当多，特别是可加强婴儿的抵抗力，所以她当年回返工作岗位后，坚持每天携带挤奶器上班。

她说：“唯一的遗憾是，我在其中一个孩子出世一周后不巧感染水痘，

因为怕传染给孩子，我立刻停止哺乳，可是孩子后来还是跟着出水痘。

“医生告诉我，我其实应该继续哺乳，把抗体传给孩子，可是当我准备恢复哺乳却怎么努力也无法重新开始……我能做的，就是把孩子抱来和我一起睡，好让他感觉我一直在他身边。”

## 雇主和丈夫 应给予支持

何晶也吁请雇主以及做丈夫的，给予哺乳中的雇员和妻子更多支持与帮助，减轻她们的负担。

根据AC Nielsen公司去年的一项调查显示，本地母亲的哺乳期平均只有4.5个月，主要是随着她们回返职场而停止。

虽然这已经比2006年平均3.3个月的哺乳期来得长，不过世界卫生组织

和哺乳协会给予母亲的建议是：完全以母乳来喂养婴儿至少6个月。

另一项调查的结果则显示，坚持在6个月期间完全哺乳的本地职业妇女只占20%，非职业妇女为31%。

为了鼓励更多母亲延长哺乳期，哺乳协会这回特别推出华文版的哺乳指导手册，作者是协会顾问罗玉兰。

她受访时说，10多年前就有不少母亲向她提出建议，只是她当时的华文程度有限，不敢马上答应。

她说：“这些妈妈们告诉我，市面上有关哺乳的英文书籍很多，可却没有把本地一些较特殊情况，如坐月子的习俗和饮食等考虑在内，所以她们希望我能在这方面提供意见。”



配合哺乳周，哺乳协会特别推出华文版的哺乳指导手册，作者罗玉兰（右二）及哺乳协会会长黄仁琳（右一），与活动主宾何晶（左二）一起分享哺乳经验。（程友明摄）

罗玉兰于是花了整10年进一步掌握华文。为了确保自己撰写的内容浅白易懂，她还特别邀请不曾有生育孩子经验的朋友阅读初稿，请他们提意见。

另一方面，由12名居住在油池选区的母亲组

成的“油池哺乳小组”，也在昨天宣布正式成立。

育有三名女儿的组员陈淑敏（36岁，家庭主妇）透露，她孩子的哺乳期分别介于11个月至两年多，她目前还在为两岁多的老三哺乳。

陈淑敏说：“老三出

世两个月后患了感冒，我带她去看医生。医生一听说我在哺乳，便告诉我孩子将不药而愈，叫我不必担心。那次的经验让我明白，哺乳的好处原来这么多，所以就一直坚持到现在。”