



# 增加奶水分泌的 大要訣



## 10有問題隨時求援

當你哺乳發生困難時，請不要輕易放棄，可以尋求下列資源：

哺乳諮詢資訊網址為

[www.bhp.doh.gov.tw/breastfeeding/index09.htm](http://www.bhp.doh.gov.tw/breastfeeding/index09.htm)

- 生產醫院/診所哺乳諮詢專線
- 當地衛生局所哺乳諮詢專線
- 當地母乳哺育支持團體



行政院衛生署國民健康局

地址：台中市黎明路二段503號5樓

電話：(04) 22550177



台灣婦產科醫學會

地址：台北市民權西路70號5樓

95.11.20000



奶水不足的迷思一直是諸多哺乳媽媽的困擾，事實上在產前及產時做好以下的準備，熟悉增加奶水分泌十大要訣，成功哺乳不是夢喔!!

