Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者及照护者教育

# 如何在住院期间挤出并储存母乳

本信息介绍了如何在 MSK 挤出并储存母乳。

吸乳是指将乳汁从乳房中排出。 您可以通过泵吸（使用吸乳器）或手挤乳（用手）来完成。

## 去医院之前应采取的措施

如果您要接受手术或医疗程序，请阅读*哺乳或泌乳期时为手术或医疗程序做好准备* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/getting-ready-surgery-breastfeeding)。

### 咨询您的医疗团队

如果您在母乳喂养或处于泌乳期（您的身体正在分泌乳汁），请咨询您的医疗团队。 告知对方您是否想在住院结束后继续进行母乳喂养。 如您选择继续，他们将帮助您在整个护理过程中保持母乳供应。

### 储存母乳

尽量在入院前储存备用母乳。 此举有助于确保孩子不在您身边时也能喝到您的母乳。

### 询问用药情况

与您的医疗团队讨论您将在医院获得的药物类型。 大多数药物在

母乳喂养期间可以安全服用， 但有些则可能会对母乳造成影响。

如您服用了影响母乳的药物，你的医疗团队会为您提供指导。 不同的药物在您体内留存的时间长短各有不同。 您可能需要将乳汁倒掉，直至药物排出您的身体并且不再对乳汁造成影响。 又或者，在给孩子喂奶之前，您可能需要将母乳储存一段时间。

如有问题，请咨询您的医疗团队。 您还可以通过以下资源查找信息。

### Infant Risk Center

www.infantrisk.com
806-352-2519
Infant Risk Center 提供有关孕期用药以及母乳喂养的信息。

### LactMed 药物与哺乳数据库

www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK501922
LactMed 提供可以通过母乳传递给孩子的药物及化学物质的相关信息。

### 与孩子的医生交流

告诉孩子的医生您需要待在医院。 告知医生您可能需要麻醉药（让您入睡的药物）或其他药物。 如有需要，他们可以帮您规划孩子的护理事宜。

## 在医院期间如何保持乳汁供应

在医院期间保持乳汁供应的最佳方法是吸出或用手挤出乳汁。 此举也有助于预防疼痛与肿胀。 肿胀是指您的乳房胀满乳汁，变

硬、胀大。

- **如果您要接受手术或医疗程序**：做好计划，在手术或医疗程序前吸出或用手挤出乳汁。 您可以在进入手术室之前于术前中心完成此操作。 请务必阅读*哺乳或泌乳期时为手术或医疗程序做好准备* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/getting-ready-surgery-breastfeeding)。
- **如果您需要在医院过夜或住院几天**：做好计划，在整个住院期间吸出或用手吸出乳汁。 最好按照您通常喂养孩子的相同时间表执行此操作。 此举有助于为您维持稳定的母乳供应。

为进行母乳喂养，您的孩子可以去医院探访您。 如需探访，您的医疗团队需要帮忙进行规划。 请在去医院之前与医疗团队沟通。

## 在 MSK 吸乳

### 告知护士您需要吸乳

到达医院后，告知护士您正处于哺乳期，并计划吸奶或用手挤奶。 您的护士将确保在您的病历中记录该信息。 她们还将帮您获取在 MSK 储存母乳所需的用品。

住院期间，您可能会转至新病房或新地点。 届时请告诉护士您正处于哺乳期，并计划吸奶或用手挤奶。

### 自带吸乳器与吸乳用品

我们建议您在医院期间自带吸乳用品。

**请记得带上以下物品：**

- 您自己的吸乳器及其电源。
- 吸乳所需的所有用品。
- 母乳储存容器。
- 装有冰袋的冷藏袋，用于储存吸出的乳汁。

技术人员将检查您的吸乳器，以确保其可以在医院安全使用。 通常在您的床旁进行。 技术人员有时可能需要将吸乳器移开片刻，进行检查。

### 使用 MSK 的吸乳器

您自带的吸乳器可能会停止工作或出现故障。 如出现这种情况，您可以使用我们的便携式 Medela Symphony® 电动吸乳器。 请向您的医疗团队咨询详细信息。 我们在以下 MSK 场所备有吸乳器：

- **Memorial Hospital（MSK 的主医院）**
  约克大道 1275 号（东 67 大街与东 68 大街之间）
  纽约，邮编 NY 10065
- **David H. Koch 癌症治疗中心**
  东 74 大街 530 号
  纽约，邮编 NY 10021
- **Josie Robertson 手术中心**
  约克大道 1133 号
  纽约，邮编 NY 10065

## 清洗吸乳用品

### 每次使用后需清洗吸乳用品

吸乳后，请清洗所有接触过乳汁或皮肤的吸乳用品。 包括所有收集容器与吸盘（吸乳器上覆盖乳头的部分）。 清洗此类用品有助于清除细菌。

可向您的医疗团队索要洗脸盆，或者其他容器与洗碗皂。 用热水与肥皂在卫生间的洗脸盆中清洗吸乳用品。 用温水冲洗。 风干所有部件。 不要清洗或弄湿管路。 如有需要，请向医疗团队寻求帮助。

**对吸乳用品每天进行一次消毒**

每天对接触母乳或皮肤的吸乳用品进行一次消毒。 此举有助于清除吸乳用品上可能存在的任意细菌。 向孩子的医疗保健提供者索要 Quick Clean™ 微波炉袋。

Quick Clean™ 微波炉袋的使用方法如下：

1. 将洗过的吸乳用品（管路除外）放入微波炉袋中。
2. 向袋中添加 2 盎司水。 使用收集瓶量出 2 盎司。
3. 请工作人员帮您找到微波炉。 将袋子放入微波炉中，高温加热 3 分钟。
4. 将袋子从微波炉中取出。 请小心不要烫伤自己。 袋子可能会很烫。
5. 在水槽旁打开袋子侧面的蒸汽通风口。 沥干水并用纸巾擦干吸乳用品。

如有需要，请向医疗团队寻求帮助。

# 储存母乳

您的住院时长可能会超过 24 小时（1 天）。 如出现这种情况，请试着让家人或朋友每天将母乳带回家中。 将母乳带回家后，应立即将其喂给孩子。 或者将母乳存在冰箱，或进行冷冻。

如您必须在医院储存母乳过夜，请将其存放在带有冰袋的隔热冷藏袋中。 始终将冰袋放在储奶容器上。 为维持母乳的低温，请尽量少打开冷藏袋。

**不得将母乳存放于食品储藏室冰箱中。**

## 将母乳储存于 MSK 的母乳冰箱

如果您无法每天将母乳送回家，您可以将其储存于 MSK 的母乳冰箱。 可以在此冰箱中储存最多 3 天。 冰箱上锁，由护理人员管理。

**在 MSK 母乳冰箱中存放母乳的时长不得超过 3 天。** 如果您住院超过 3 天，请让朋友或家人将母乳带回家。 3 天后仍未送回家的母乳都将被丢弃。

可使用本资源末尾的“母乳储存日志”来追踪母乳的储存时间。 您可以将母乳储存在 MSK 的以下地点之一：

- **Memorial Hospital（MSK 的主医院）**
  约克大道 1275 号（东 67 大街与东 68 大街之间）
  纽约，邮编 NY 10065
- **David H. Koch 癌症治疗中心**
  东 74 大街 530 号

纽约，邮编 NY 10021

- **Josie Robertson 手术中心**
  约克大道 1133 号
  纽约，邮编 NY 10065

### 将母乳倒入 MSK 储存瓶

您需要先将母乳倒入 MSK 储存瓶，以便将其存放于 MSK 母乳冰箱。 请向你的护士索要此类储存瓶。

母乳在存入冰箱之前可以在室温下最长保存 4 小时。

存入冰箱之前，您的护士会检查以下事宜：

1. 母乳已倒入 MSK 储存瓶。
2. 每个瓶子都贴有您的患者身份标签。 标签上写有日期、时间以及您的姓名大写首字母， 以此展示您吸乳或手动挤奶的日期。

## 离开医院之前

出院之前，请让您的护士为您取回储存的母乳。 您遗留的母乳会被扔掉。

您可以将母乳存放于带有冰袋的隔热冷藏袋中长达 24 小时。 始终将冰袋放在储奶容器上。 为维持母乳的低温，请尽量少打开冷藏袋。

将母乳带回家后，请立即使用、将其存放于冰箱或予以冷冻。

如需了解有关如何在家中或旅行途中安全储存母乳的更多信息，请

访问美国疾病防控中心 (CDC) 网站：www.cdc.gov/breastfeeding/breast-milk-preparation-and-storage/handling-…

## 母乳储存日志

写下您储存母乳的时间，以便您知悉何时将母乳带回家中。

请谨记，您的母乳在 MSK 不得存放超过 3 天。 **您出院后遗留的母乳都会被扔掉。**

| 您储存母乳的日期 | 储存地点（冷藏袋或冰箱） | 带回家的截止日期 |
|---|---|---|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。


Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利