

## 替孩子轉換奶粉

### 1. 替嬰幼兒轉奶粉牌子，是否會影響他們的健康？

標準嬰兒配方奶粉大多以牛乳提煉，和參考母乳的營養成分加工而製成。製造商生產奶粉，一般要符合國際標準或生產商所在地的嬰兒奶粉標準。因此，市面上的嬰幼兒配方奶粉，成分均大同小異。

一般而言，醫護人員並不鼓勵父母輕易因小問題轉換奶粉。但如真的有需要替嬰幼兒轉換其他牌子的配方奶粉，亦不會影響他們的健康。

然而，家長必須選擇適合孩子的配方奶粉。具體來說，當孩子為

#### 甲、 初生至 6 個月：

現已飲用以牛奶製成的「初生嬰兒配方」奶粉，可直接轉用其他牌子以牛乳製成的「初生嬰兒配方」奶粉。切記不可食用高蛋白「較大嬰兒配方」，因為高蛋白奶粉對新生嬰兒的腎臟會造成負荷，亦可能引致脫水、腸道炎、甚至腦部受損的情況。

#### 乙、 6-12 個月：

可選擇初生至 6 個月「初生嬰兒配方」或 6-12 個月「較大嬰兒配方」。當嬰兒約 6 個月大，便應開始引進固體食物。初期，奶仍是主要的營養來源，但當孩子進食固體食物分量逐漸增加及多樣化，吃奶量便可逐步減少。全脂牛奶並不適合 12 個月以下的孩子。

#### 丙、 一歲或以上：

到了一歲，多樣化及均衡的固體食物已可代替奶成為主食，為孩子提供各種營養素。孩子可飲用全脂牛奶，如冷藏的鮮牛奶或以高溫消毒的全脂牛奶(UHT 紙包奶)。

#### 丁、 飲用特別配方奶粉：

應由醫生按個別情況建議使用。

## 2. 家長如何正確地替孩子轉奶粉？轉奶粉時需要注意什麼？

不同牌子的奶粉一般有不同的沖調方法，因此，我們並不建議家長以兩款或以上不同牌子的配方奶粉混合沖調。

轉換奶粉的過程並沒有硬性規定，只要視乎寶寶接受新口味的程度來調節。因為個別奶粉有不同的味道，有些孩子可能需要多些時間來適應。家長可慢慢增加新奶粉的餐數。若孩子能接受，便可加快增加新奶粉的餐數，直至把舊奶粉完全取代。

家長替孩子轉用其他配方奶粉時，可能會發現孩子的大便次數、質地及顏色有所改變，這是因為不同牌子奶粉的添加成分(例如鐵質、益生菌等)會略有不同，這些都是正常的現象。家長無須過分擔心或再轉換其他牌子配方奶粉。事實上，若孩子對最初飲用的牛乳配方奶粉沒有過敏反應，轉用其他牌子的牛乳配方奶粉是不會引致過敏反應的。