

# 臺北市托嬰教養資訊刊物

臺北市政府社會局委託國立臺北護理健康大學編製

## 有需要喝較大嬰兒配方奶粉嗎？



### 【小故事】

小儒喝牛奶已經快六個月大了，有天，媽咪接到奶粉廠商的小姐來電勸說：隨著寶寶年齡的增長，「務必」要認真思考孩子的營養需求量。嬰兒較大配方奶粉，含有高比率的蛋白質，這不但有助於寶寶的生長，更是刺激智能發展的要素。媽咪半信半疑的至托嬰中心，詢問托育人員：什麼是較大嬰兒成長奶粉？真有需要更換較大嬰兒配方奶粉嗎？成份與嬰兒配方奶粉有何差別呢？若要更換的話，有沒有特別需要留意的問題？聽說，更換較大嬰兒配方奶粉，寶寶不但不厭奶反而變得很喜歡喝奶，這是真的嗎？

### 【想一想】

疼惜孩子的父母總以為寶寶長大，需要添加營養。因此，未依年齡更換不同的奶粉，營養恐怕不足。特別是在慢慢學坐學爬滿六個月以後嬰幼兒，因肢體動作能量增加，是不是改喝較大嬰兒配方奶粉或成長奶粉，才能滿足孩子活動所需的熱量呢？廠商為了推銷自家奶粉，依據孩子發展特性，時常推出不同階段的成長奶粉。為了鼓動家長消費選購，刻意強調其必要性及嚴重性，的確造成不少新手父母的疑慮與恐慌。1996年第39屆「世界健康會議」，曾對嬰兒是否應哺餵「較大嬰兒配方奶粉」提案討論，結論是「不一定需要」。

「不一定需要」乃是依據父母及嬰兒的情況決定「要」或「不要」。一般而

言，嬰兒的配方奶，滿足6個月以前嬰兒所需的熱量及營養需求。6個月大之後，就必須開始接觸適量的副食品，以補充成長後所需的熱量及營養需求。如果，父母能準備副食品，孩子也能接受副食品，實在沒有必要更換較大嬰兒配方奶粉。但是，假若孩子排斥副食品，同時又出現明顯的厭奶，便可考慮更換口感較好的較大嬰兒配方奶粉。

什麼是「較大嬰兒配方奶粉」？較大嬰兒配方奶粉是針對較大寶寶（6~12個月），慢慢減少對母乳或嬰兒配方奶粉的依賴，到正式以固體食物為主食，這個過渡時期的營養輔助品。較大嬰兒配方奶粉成份與普通嬰兒奶粉有何差別呢？台大醫院北護分院小兒部主治醫師湯國廷提供了以下的說明：

**1. 口感較好：**多數的較大嬰兒奶粉，除了乳糖之外，幾乎都加上了「蔗糖」成分。

加了蔗糖之後，當然比較好吃，也因此能提高嬰兒喝奶的興趣。所以，的確能稍微減輕厭奶的現象。不過，這也可能促使嬰兒階段就「口味」過重，養成不甜就不吃的飲食型態。

**2. 蛋白質含量較高：**嬰兒每天每公斤體重的蛋白質需要量是大人の2~3倍，但

這個比例隨著年齡的增加而減少。例如，6個月大以前的嬰兒則需每天每公斤2.2公克，6個月至周歲的嬰兒則降為每天每公斤1.5公克。對於喝奶量明顯降低的嬰兒而言，此時用蛋白質含量較高的較大嬰兒配方奶，確實可彌補蛋白質攝取不足的問題。但如果喝奶量足，父母又同時補充蛋、魚、肉泥等蛋白質食物時，可能就會發生蛋白質過量的問題。

**3. 鈣和鐵的含量較多：**在6個月大之後的嬰兒，由於對鈣的需求增加，所以較大

嬰兒配方奶會將鈣的含量提高。同時，因為6個月以後的嬰兒，為避免發生缺

鐵性貧血的現象，因此，較大嬰兒配方奶粉也會提高鐵的含量。

### 【小提醒】

嬰兒成長需要「均衡」的營養，較大嬰兒配方奶粉只是營養來源之一。如果能從副食品中獲得營養，更換較大嬰兒配方奶粉就不是那麼必要。特別提醒家長，營養過量對嬰兒成長是「無益有害」的。例如，喝較大嬰兒奶粉最常見的問題是便秘。因為，一般的較大嬰兒奶粉會含有較多的鐵質，如果鐵質含量過高，而喝水量及富含纖維質的副食品添加量不足，多數嬰兒會發生便秘問題。另外，對於某些部分或完全缺乏蔗糖酵素的嬰兒來說，若喝嬰兒較大奶粉，則可能會發生腹瀉的問題。事實上，蛋白質攝取量過高，不但不會刺激智能發展，反而可能會造成嬰兒腎臟負荷過大的傷害！

---

此篇文章由國立臺北護理健康大學嬰幼兒保育系訪視輔導員提供！