





































宝宝的年龄	一周							两周	三周	
	1天	2天	3天	4天	5天	6天	7天			
你应该多长时间给宝宝喂一次母乳？ 每天，24小时平均情况	        <p>每天至少喂8次，(每隔1~3小时)。宝宝会用力慢慢地、持续地吮吸、吞咽。</p>									
宝宝的胃有多大	 <p>像樱桃那么大</p>		 <p>像核桃那么大</p>			 <p>像杏那么大</p>		 <p>像鸡蛋那么大</p>		
湿尿布： 湿几次，有多湿 每天，24小时平均情况	 <p>至少一次</p>		  <p>至少两次</p>		   <p>至少三次</p>		    <p>至少四次</p>		      <p>至少六次 非常湿，有淡黄色或清澈的尿液。</p>	
带大便的尿布： 大便的次数和颜色 每天，24小时平均情况	  <p>至少一到两次 黑色或深绿色</p>			   <p>至少三次 棕色、绿色或黄色</p>			   <p>至少三次，量多而柔软的大便 黄色的</p>			
宝宝的体重	宝宝出生后头三天体重平均减轻7%。				从第4天起，宝宝的体重每天应该增加20到35克(2/3到1 1/3盎司)，到第10天至第14天，应该恢复到出生时的体重。					
其它征兆	宝宝哭声会很大、活泼爱动、睡觉时容易醒。母乳喂养后，你的乳房会感觉松软、不那么充盈。									

宝宝头6个月所需要的一切食物就是母乳—到了6个月大的时候，可以开始加一些固体食物，同时继续母乳喂养。正常情况下，建议母乳喂养宝宝直到两岁或以上。(世界卫生组织，联合国儿童基金会，加拿大儿科学会)

如果需要帮助，你可以咨询医生、护士或者助产士。如需找到离你最近的卫生部门，可以致电信息热线：1-800-268-1154。如需获得同侪其他母乳喂养的母亲的母乳喂养支持，可以致电加拿大母乳协会的转介服务 1-800-665-4324。