



母乳會傳咖啡因？

Q：我是個餵哺母乳的媽媽，有喝咖啡的習慣。請問咖啡因會否經由母乳傳給寶寶，影響其健康？

A：兒科專科醫生何慕清表示，餵哺母乳的媽媽可以喝咖啡，因為母體會自動將咖啡因過濾。即使仍有機會透過母乳傳給寶寶，份量也非常少，不會影響寶寶的健康。但若然媽媽真的很擔心，建議可以在餵奶後才飲用咖啡，並且不要飲用過量，便不會有任何問題。



初生B點解會甩皮？

Q：為甚麼初生寶寶的皮膚皺皺的，有時甚至會脫皮，這個情況是否正常？

A：初生寶寶有脫皮現象，是很常見的，絕大部份屬正常的皮膚替換。但越來越多研究發現，寶寶脫皮可能代表他們有皮膚乾燥的問題，又或是正值皮膚敏感的前期。若爸媽本身有濕疹或皮膚敏感病史，寶寶的皮膚也會較為敏感或乾燥。因此，應先查出寶寶是屬於哪種脫皮情況。何醫生建議，皮膚較為乾燥的寶寶，日常應多注重保濕，例如日常盡量使用成份天然的潤膚產品；洗澡時，使用較滋潤溫和的梘液；把握洗澡後的「黃金3分鐘」塗抹潤膚產品，因毛孔遇熱力擴張，吸收效果最佳。至於補搽的次數，則要視乎不同情況。如寶寶有皮膚敏感或濕疹問題，以及在天氣乾燥的日子，塗抹的次數可能要頻密一些。

食奶嘴會爆牙？

Q：有說法指，讓寶寶吃奶嘴，他們日後會長出「爆牙」，這是真的嗎？

A：這需視乎寶寶吃奶嘴的情況而定，例如時間長短。如果吃奶嘴的時間不是太長，未必會令牙床變形。然而，牙床的確會根據奶嘴的形狀定型，令寶寶日後長出「爆牙」的風險提高。爸媽應盡量避免讓寶寶吃奶嘴，如真的無可避免，則越早戒除越好，戒奶嘴時一定要狠心。如不吃奶嘴，有些寶寶可能會吃手指，但會引伸衛生問題，而且次數太頻密有機會令手指生繭；有些爸媽則會讓寶寶吃手指餅，但要注意餅乾碎可能會令寶寶噎到。所以，世上並沒有一種最好的奶嘴替代品。何醫生認為，讓寶寶順其自然便最好。另外，吃奶嘴除了有可能令牙床變形，更有機會導致蛀牙。有些寶寶飲奶後立即吃奶嘴，令口腔內的奶水有機會沾上奶嘴。當奶水一直貼近牙齒及牙床，便有可能導致蛀牙。

百日咳要咳100日？

Q：如寶寶患上百日咳，真的會咳上100日嗎？如果咳嗽太嚴重，會否對肺部造成傷害？

A：「百日咳」只是種病的名稱，並不一定會咳100日。百日咳常見於兒童，徵狀是咳嗽日益加劇，影響病人飲食和呼吸，嚴重者更會抽搐及昏迷不醒。在本港，百日咳疫苗已列入「香港兒童免疫接種計劃」的範圍內，由於接種率高，現在已很少見。至於嚴重咳嗽會否傷肺，要先找出咳嗽的原因，假若咳嗽是緣於哮喘，忽視治理的話，長遠而言的確會影響肺功能。

