樓層	暱稱	媽咪問題	穆淑琪醫師回覆
1	海裡的星星	寶寶六個月大 正要母乳與配方奶混搭 想著要準備給他吃副食品~不過寶寶腸胃似乎還不適應 有時會拉肚肚~請問該怎麼預備副食品~寶寶才會吃得舒適不拉肚肚呢	媽媽您好，建議可以從十倍粥開始。待寶寶6個月大，吞嚥功能較好之後，就可直接嘗試稀釋蘋果泥、稀飯、魚、蛋黃等半固體食物。各種食物都可以讓寶寶嚐嚐看，每種食物嘗試3～5天之後再更換。寶寶剛開始吃副食品需要時間來適應從吸吮到咬食的不同進食方式，這是腸胃調整的必經階段，大約嘗試2周之後，寶寶就會逐漸適應，所以，別因為寶寶吃得不好、吐出來，就不讓寶寶繼續嘗試。
2	新手小寶媽媽	目前懷孕八個月了，我本身體質容易過敏，想問醫生說我這樣直接哺餵母乳，會有疑慮嗎? 或是我現在可以吃益生菌嗎?對哺餵母乳會不會好一點 謝謝醫生	媽媽您好，孕婦本身如果體質過敏，哺餵母乳的時候建議要盡量避免您吃了會過敏的食物喔！食用益生菌的部份對於哺餵母乳應該不會有太大的影響。也請媽媽要多注意寶寶的狀況，如果有疑似過敏的症狀請儘速洽詢您的兒科醫師。
3	妞妞愛跳舞	穆醫生您好：我目前小孩出生四個月了，我覺得他常拉肚子，現在到了要開始有副食品的加入，想請問醫生有沒有甚麼建議的食物或是不要吃的食物，另外，母奶已經差不多餵完，有沒有建議的配方的奶粉會比較好，才能讓寶寶不拉肚子，謝謝	媽媽您好，建議可以從十倍粥開始。待寶寶6個月大，吞嚥功能較好之後，就可直接嘗試稀釋蘋果泥、稀飯、魚、蛋黃等半固體食物。各種食物都可以讓寶寶嚐嚐看，每種食物嘗試3～5天之後再更換，大約嘗試2周之後，寶寶就會逐漸適應。配方奶的部份，市面上的配方奶都是經過衛福部核准上架的，應該都可以做嘗試。如果您的寶寶有特殊的營養需求，例如對配方奶中某些成分不耐受等，可再與專業兒科醫師討論如何挑選合適的配方喔！
4	wonderful mama	年齡：寶寶˙7個月 狀況：母奶結束，已經喝配方奶 也有搭配副食品 但目前搭配副食品開始有腹瀉狀況 是不是有甚麼食物不要搭配	媽媽您好，只要注意副食品的衛生，自己製作，不要買外面過多添加的副食品即可。也請您回想一下，寶寶是否吃到特定副食品的時候就會腹瀉？如果是，那麼就要懷疑寶寶是否對特定的食材過敏喔！
5	適應中的新手爸爸	第一次留言多多指教，小孩出生3個月 都喝配方奶 最近剛始脹氣 老婆想換奶粉 但我覺得喝得很順啊 想問醫生可以怎麼判斷要不要換奶粉呢 謝謝	爸爸您好，寶寶如果有脹氣的問題，首先要注意的是奶瓶開口大小、有無拍嗝、是否吸空奶瓶過久等，拍嗝幫助寶寶排出消化道多於氣體，同時避免寶寶吸入過多空氣。當然也不排除是因為寶寶對配方奶成分不適應，建議更換配方前先跟您的兒科醫師討論。

6	粉圓小Q媽媽	我的寶寶9個月了，目前開始吃副食品，但是便便都是稀的~屁股也是紅紅，但小孩沒有哭鬧 只是在想是不是跟喝的配方奶有關係~或是跟副食品內的食材有關係 寶寶的杜子還不大適應 要比較注意哪一個部份呢	媽媽您好，如果寶寶有腹瀉的問題，可能與副食品跟配方奶都有關係，首先要媽媽要釐清寶寶是否對配方奶中某些成分不耐受。但是如果該配方已經使用一段時間，才開始出現這個現象，可能就不是配方奶的問題，有可能是寶寶有感冒等其他生理不適狀況。副食品的部分，要注意食品的衛生安全，製作完成後不要放置過久，也不要買外面加工的副食品，要注意寶寶有沒有對某些食物有過敏的現象。
7	angela baby love	我想問醫生 聽人家說懷孕不能吃奇異果 小孩會過敏 有這樣的說法嗎 我身體是過敏體質 所以很擔心會遺傳給小孩 再懷孕期間有甚麼可以注意的 可以讓小孩更健康 謝謝	媽媽您好，沒有這樣的說法喔!如果父母有過敏體質，小孩發生過敏的機率是比較高的。不是因為媽媽在懷孕的時候吃了什麼東西，是基因有關。從懷孕的第二產期(即第四個月)以前就開始避免接觸家族內過敏的過敏原(必須經由過敏免疫學專科醫師加以證實)，包括母親應禁食家族中過敏的食物；減少塵蟎、蟑螂、黴菌、貓狗等有毛寵物，與空氣污染物或香菸的接觸。另外也有研究指出，孕婦如果能於懷孕期間補充富含DHA的食物，可能可以減少寶寶出生後發生過敏的機會。
9	閃亮亮家庭	現在肚子裡正有小寶寶~ 我是屬於過敏體質~ 可以在懷孕的時候特別吃些什麼、或是不要吃什麼~ 能避免小孩也有過敏體質呢~	媽媽您好，如果父母對特定食物過敏，小孩也對特定食物有過敏的機率是比較高的。從懷孕的第二產期(即第四個月)以前就開始避免接觸家族內過敏的過敏原(必須經由過敏免疫學專科醫師加以證實)，包括母親應禁食家族中過敏的食物；減少塵蟎、蟑螂、黴菌、貓狗等有毛寵物，與空氣污染物或香菸的接觸。 另外也有研究指出，孕婦如果能於懷孕期間補充富含DHA的食物，可能可以減少寶寶出生後發生過敏的機會。
10	仙草蜜媽媽	我的寶寶現在7個月 有加入麥精，爸他的爸爸最近買了米精加入，孩子就會不太想吃 便便也有一點點硬，不知道是甚麼狀況 請問這樣還能繼續加米精嗎?	媽媽您好，其實不建議將米精、麥精直接加入配方奶中沖泡給寶寶喝喔！另外您提到寶寶便便比較硬，建議您可以增加副食品中富含纖維質食物的補充，可以改善便便較硬的問題。

11	cd6911	1.四個多月2.目前使用無乳糖配方奶粉，尚未添加副食品3.原本出生後純母乳，三個多月大時因感冒引起腹瀉，醫生建議下暫時換無乳糖配方奶粉，一兩天後無腹瀉即換回全母乳，馬上又腹瀉了，故趕緊再換成奶粉，純奶粉一週後，慢慢換回母乳，換奶也花一週時間，過程無不適，等換回全母乳後兩天又開始腹瀉，故現在只好又改無乳糖奶粉，已經喝快一週了，想請問無乳糖配方奶粉到底要喝多久才能換回母乳?換奶過程又需多久?這種情況算是乳糖不耐嗎?無乳糖配方奶粉是否較無營養?需提早添加副食品	媽媽您好，首先要確認寶寶的狀況，如果寶寶只是因為乳糖酶功能發展尚未成熟，對於乳糖消化的能力不足，這個時候可以選擇改用低乳糖的配方奶；但若是天生無法消化乳糖的寶寶，就只能選擇無乳糖配方，但媽媽不用擔心，即使是無乳糖配方奶，其營養成分也是足夠的，一般來說喝到一歲大都沒有問題。
12	新手媽媽擠奶中	1. 寶寶三個月 2.純母乳，但第四個月要換配方奶，因為我要上班了 3.寶寶常脹氣 接下來換奶醫生有沒有甚麼好建議 4.現在母奶快沒了~感覺對寶寶很愧疚~但就是沒有母奶好傷心　如果有喝三個月了一樣是有健康嗎 我很擔心他以後不夠健康 醫生有建議要再補充甚麼嗎	媽媽您好，引起寶寶脹氣的原因有很多，可能是寶寶哭的時候吸入太多空氣、或是奶嘴開口大小不適合等。要記得幫寶寶拍嗝，幫助寶寶將多餘氣體排出，也可以搭配按摩腹部。媽媽不用太過自責，有給寶寶喝母乳就已經很棒了!如果寶寶有脹氣的問題，一開始還是建議使用一般的配方奶，如果寶寶對配方奶中某些成分不耐，再來做更換。一般市面上通過衛福部註冊核准的配方奶，提供給寶寶的營養都是充足的。
13	小確幸日本遊	我的寶寶六個月了 已經開始吃副食品和配方奶 但脹氣也拉肚子 我婆建議換奶 我老公說應該不是配方奶問題 寶寶體質的問題 到底應該要怎麼做比較好呢 當媽媽真辛苦	媽媽您好，副食品跟配方奶都有可能會造成脹氣、拉肚子等的問題，若寶寶吃了副食品之後，出現脹氣或腹瀉，那問題可能是出在澱粉類以及水果。不過別擔心，這兩類食物雖然容易因發酵而脹氣，讓寶寶腸胃道暫時不適應，但減量之後餵食，通常都還是可以接受的。配方奶的話多半是因為寶寶對配方中的乳糖跟蛋白質無法完全消化。建議您與寶寶的兒科醫師討論是否要改用低乳糖及部分水解的配方來改善消化不適的狀況。

14	同星同心	寶寶目前2個月大，純母奶，白天瓶餵晚上親餵。 我的問題是: 寶寶很容易溢奶，幾乎每餐都會，有時多有時少，有的時候溢奶還會"勘西"，感覺好像有痰 (明明就沒感冒啊~) 目前的做法是喝完直立拍打隔，有空的時候就盡量拉長直立的時間，或是頭部墊高一點睡，但情況仍然是時好時壞，不知道有什麼方法可以解決?!!! 另外請問這跟寶寶容易脹氣有沒有關係?? 脹氣除了按摩還有其他方法可以改善嗎?? 謝謝!!	媽媽您好，母奶已經是最適合寶寶的食物，也較不易產生脹氣，要特別注意寶寶在親餵的時候，嘴巴要完全覆蓋乳頭、奶瓶奶嘴的開口大小，避免寶寶吸入過多空氣。吐奶不用太過擔心，這個是生理上自然的反應，因為寶寶胃部的賁門尚未發育完全，所以一但喝得量過多或是腹部用力，就很容易將喝下的奶給吐出來。拍嗝及按摩腹部都可以改善脹氣。另外哺餵母乳的媽媽，要特別注意飲食，盡量避免零食、飲料、補品、以及中西藥物。天然食物當中除了帶殼海鮮比較常造成寶寶過敏之外，其他都還好。
16	小男生vs小女生	穆醫生您好 目前我已經懷孕6個月，我本身是過敏體質，奶蛋白不大能吃， 在孕期過程還有需要注意甚麼嗎?才不會讓我小朋友也有過敏 謝謝醫生	媽媽您好，如果父母對特定食物過敏，小孩也對特定食物有過敏的機率是比較高的。從懷孕的第二產期(即第四個月)以前就開始避免接觸家族內過敏的過敏原(必須經由過敏免疫學專科醫師加以證實)，包括母親應禁食家族中過敏的食物，如您提到的奶蛋白；減少塵蟎、蟑螂、黴菌、貓狗等有毛寵物，與空氣污染物或香菸的接觸。 另外也有研究指出，孕婦如果能於懷孕期間補充富含DHA的食物，可能可以減少寶寶出生後發生過敏的機會。
17	幸福的小順順	1. 寶寶10個月 2. 剛換奶了 3. 之前´6個月換的原因是常便秘 4. 現在換奶則是稀便，是黃金色，也比較不會脹氣 5. 喝了一個月後 開始拉肚子~有點紅屁屁 婆婆希望在換奶 但是寶寶其實大很快~也睡很好~ 6. 有吃副食品~我在想是不是副食品拉肚子~有沒有甚麼要特別注意的 謝謝	媽媽您好，拉肚子的可能性有很多，有可能是水份攝取過多、感冒、或是對配方中某些成分不適應，但根據媽媽描述，配方奶已經吃了一段時間，應該不是配方奶的問題。若寶寶吃了副食品之後，有些脹氣或腹瀉的狀況，那問題可能是出在澱粉類以及水果。不過別擔心，這兩類食物雖然容易因發酵而脹氣，讓寶寶腸胃道暫時不適應，但減量之後餵食，通常都還是可以接受的。
18	胖嘟嘟娃娃	寶寶9個月了，已經結束母奶，換喝一班奶粉，也開始吃副食品 最近常拉稀 接下來要讓寶寶副食品注意甚麼嗎? 還有奶粉要泡淡一點嗎 謝謝	媽媽您好，副食品要注意不要吃過多水分，不用將奶粉泡淡，如果糞便中有血絲，請立即諮詢專業兒科醫師。
20	小星星天使娃娃	穆醫生您好 我婆婆說奇異果是過敏原 所以我在懷孕的時候不能吃~我想確認是這樣嗎? 另外~我是過敏體質~會遺傳給小孩媽 我目前懷孕6個月有沒有要注意的事項呢 謝	媽媽您好，奇異果富含葉酸及維他命C，很適合孕婦食用。過敏有可能會遺傳給小孩，所以媽媽要盡量避免生活中的過敏原，如二手菸、塵蹣等。

22	小碗公寶寶	醫生好：如果小孩已經一歲了，喝配方奶連續一個星期拉肚子，也有吃稀飯，沒有感冒症狀，要從哪個方式判斷，是奶粉的問題或是副食品呢?另外~小孩他們吃甚麼會特別容易拉肚子 沒有給小孩喝飲料和吃餅乾~謝謝	媽媽您好，請問配方奶才剛換一個禮拜嗎?如果配方奶已經喝了一段時間，只有最近這一個禮拜拉肚子，可能就不是配方奶的關係。天氣變熱，水分攝取過多也有可能造成拉肚子，副食品的部分避免吃水分過多、太涼的食物。
23	咪兔兔	小孩目前才一個多月，是母奶搭配方奶(亞x親護1號)，一直覺得他有便秘，因為每次大便時他都會大哭，也都非常用力，臉會漲紅，感覺就很痛苦，而且一天只解一次大便，有時候二天才解，但便便是軟軟的，放屁很臭(很常放屁)，這樣有算便秘嗎？這個時期的嬰幼兒可以給他吃益生菌嗎？哪一種的比較適合呢？或是有什麼其他的解決方式呢？	媽媽您好，喝配方奶的寶寶，正常的狀況下，可能一天排便2-3次也可能2-3天排便1次。重要的是，寶寶的便便是否有變得很硬？臨床上便秘的定義是寶寶因為糞便變硬導致排便困難、肛門疼痛而哭鬧，甚至出血。如果您的寶寶曾經出現上述排便困難的狀況，建議找專業兒科醫師檢查，看是否對配方奶不適應或有其他腸胃道功能的問題。一歲以下的寶寶，如果要使用益生菌，建議您先諮詢兒科專科醫師。
24	甜蜜蜜小妞妞	我們家小妞妞現在喝配方奶，也是常常便秘，目前9個月，是不是要一天補充多少水量 才不會再便秘~還是要換奶粉呢 每天都被這些問題好擔心~~照顧小孩真的很不容易啊	媽媽您好，喝配方奶的寶寶，正常的狀況下，可能一天排便2-3次也可能2-3天排便1次。重要的是，寶寶的便便是否有變得很硬？臨床上便秘的定義是寶寶因為糞便變硬導致排便困難、肛門疼痛而哭鬧，甚至出血。如果您的寶寶曾經出現上述排便困難的狀況，建議找專業兒科醫師檢查，看是否對配方奶不適應或有其他腸胃道功能的問題。
25	黑黑小小伸	想問醫生~小朋友現在9M10D，是喝配方奶家副食品的，副食品是吻仔魚+稀飯而已 配方奶是大品牌的~但是有便祕狀況，大的大便一粒一粒的 我老婆說要喝水~但是一天應該喝多少水呢?在麻煩醫生說明了	媽媽您好，寶寶喝水的水量因人而異，並沒有說一定要喝多少量的水才行。臨床上便秘的定義是寶寶因為糞便變硬導致排便困難、肛門疼痛而哭鬧，甚至出血。如果您的寶寶曾經出現上述排便困難的狀況，建議找專業兒科醫師檢查，看是否對配方奶不適應或有其他腸胃道功能的問題。
26	希望能夢想成真	寶寶年齡1Y6M,目前只有早晚餐喝配方奶,不知是否可以改喝鮮奶或豆漿?	媽媽您好，可以的，要注意牛奶及豆漿的來源。
27	筠庭妹	目前寶寶6個月大，有時後便秘6天才大便，有時候一天大好幾次，這樣是不是腸胃蠕動有問題呢？	媽媽您好，喝母乳的嬰幼兒排便次數彈性很大，有可能7～8天才1次，也可能1天就有7～8次。喝配方奶的寶寶，正常的狀況下，可能一天排便2-3次也可能2-3天排便1次。重要的是，寶寶的便便是否有變得很硬？如便便不硬且食慾也正常，應可再觀察看看。

28	Joytintin	穆醫生您好　我目前懷孕三個月,因為本身是過敏體質,應該要注意什麼,才能避免遺傳給小孩呢?　謝謝	媽媽您好，如果本身就已經是過敏體質，在懷孕的期間，避免接觸高致敏性物質。如:甲殼類(如蝦、蟹、干貝等海鮮)、蛋白類(牛奶、蛋、黃豆)、乾果、核果類(花生)等；環境方面：包括塵蹣、灰塵、棉絮、二手菸等都是常見的過敏原。維持正常生活型態:心情放鬆、充分睡眠、運動以及壓力的緩解都有助於提升身體免疫力，對抗外來疾病，減少過敏機會。
29	blueberry Baby	醫生您好：我目前懷孕五個月，本身是過敏體質，也很擔心之後小朋友出生的身體不好，最近看了好多書也查了多資料，在飲食也做了一些調整，儘量避開容易引發過敏的食物~只是想先詢問醫生，寶寶出生後該喝母奶好還是選擇配方奶粉，出生後有什麼需要特別照護的地方嗎？	媽媽您好，母乳最適合寶寶消化和吸收，母乳是嬰兒的最佳食物來源。若母乳的量不足，且您很擔心寶寶之後有過敏的現象，可考慮以部分水解蛋白配方替代一般配方奶。但如果出生後確診為牛奶蛋白過敏，建議應使用高度水解蛋白配方。
30	^o^妞&娃馬麻^o^	穆醫師您好 目前我們家小寶貝的狀況如下 1. 5m7d 2. 只喝配方奶，一天六次~我沒有母奶，有時候會脹氣，這周卻開始便秘，大便的顏色是正常，但是大便時脹紅臉不大順暢 3. 我們有讓寶寶一天喝600cc水 4. 也要開始準備副食品，要注意甚麼食物防止便秘呢?	媽媽您好，建議可以在副食品中多添加果汁、果泥等，改善糞便軟硬度。
31	親愛的小黑	目前寶寶已經10個月大了 但還是很容易喝奶脹氣 尤其喝配方奶特別容易如此 請問應該如何挑選合適的配方奶 才能避免寶寶脹氣狀況呢?	媽媽您好，除了要拍嗝以外，也要注意奶瓶奶嘴開口大小，避免寶寶吸入過多空氣。若懷疑是配方奶的關係，建議您帶寶寶給專業兒科醫師檢查，以確認寶寶是否因為對配方奶中某些成分無法適應，才造成脹氣。待確認造成不適應的原因後，醫師才能為您建議該如何選擇適當的配方。

32	佑佑的小媽咪	我的小寶貝目前剛出生，因為我本身有過敏體質，親問母乳哺餵及未來搭配配方奶，是否有需要特別注意的地方，避免小朋友跟我一樣體質，請醫師多多幫忙了~	媽媽您好，哺餵母乳是最好的選擇，易過敏食物要特別注意，如:海鮮鴨肉、鵝肉、堅果類（如：花生）、玉米、蛋製品、奇異果、芒果、巧克力...等，也屬於比較容易過敏的食物，媽媽食用之後也要特別注意寶寶是否出現過敏的現象。本身屬於過敏體質的媽媽在哺餵母乳的期間就應避免食用自己會過敏的食物。此外，媽咪在吃任何食物時，也要注意寶寶的反應，觀察是否有特定食物會使寶寶出現過敏或腹瀉...等反應。配方奶的選擇，如果媽媽很擔心寶寶對配方奶敏感，可以考慮建議選擇部分水解蛋白配方。但如果之後寶寶確診對牛奶蛋白過敏，建議應使用高度水解蛋白配方。
33	貼心愛護的爸	我家小寶6個月了 目前正值搭配副食品的時期 想請問如何挑選合適食材給寶寶吃才不會身體不適易脹氣腹瀉 是否可告知挑選原則	媽媽您好，澱粉類以及水果這兩類食物雖然容易因發酵而脹氣，讓寶寶腸胃道暫時不適應，但減量之後餵食，通常都還是可以接受的。如果媽媽很擔心寶寶對配方奶敏感，可以考慮建議選擇部分水解蛋白配方。
35	ritafamliy	我是新手媽媽~寶寶剛出生一個月喝母奶每天噗噗噗~都拉稀 很容易紅屁屁 我超煩惱的 是不是要從我吃的食物改變 或是可以怎麼幫寶寶按摩調整呢?	媽媽您好，母乳對寶寶來說是最好消化的食品，媽媽本身的飲食也要特別注意，避免食用太涼、刺激性太高的食物。喝母乳的嬰幼兒排便次數彈性很大，有可能7～8天才1次，也可能1天就有7～8次，而且一般來說，喝母乳的寶寶，便便較軟。要請您多費心注意的是：如果寶寶的便便有水瀉的情形，或甚至帶有血絲等狀況，建議您儘速找專業兒科醫師檢查。
36	請叫我孟母	朋友的可愛寶寶已經8個月了~ 開始小小的吃副食品~ 可是不知道是為什麼~他的可愛小寶寶夜晚哭鬧的狀況在吃副食品後有比較明顯~ 不知道是不是副食品不合嗎~ 不知道該怎麼做比較好~	媽媽您好，哭鬧的原因有很多，如天氣太熱、身體不舒服、需要人關注等，不一定是副食品的問題，若媽媽覺得是副食品方面的問題，請觀察寶寶是否有任何不舒服的狀況，如脹氣、拉肚子等，導致小寶寶在夜晚哭鬧，避免食用容易引起脹氣、拉肚子等症狀的副食品。

37	恩碩的屋屋	再過一個月就用生BB了!鼻子過敏得很嚴重! 因為我自己是過敏體質!想問醫生我有沒有要注意的食物 以及寶寶出生後!我會努力餵母奶真的沒有母奶!該怎麼挑選奶粉!真煩惱	媽媽您好，哺餵母乳是最好的選擇，易過敏食物要特別注意，如:海鮮鴨肉、鵝肉、堅果類（如：花生）、玉米、蛋製品、奇異果、芒果、巧克力...等，也屬於比較容易過敏的食物，媽媽食用之後也要特別注意寶寶是否出現過敏的現象。本身屬於過敏體質的媽媽在哺餵母乳的期間就應避免食用自己會過敏的食物。此外，媽咪在吃任何食物時，也要注意寶寶的反應，觀察是否有特定食物會使寶寶出現過敏或腹瀉...等反應。配方奶的選擇，如果媽媽很擔心寶寶對配方奶敏感，可以考慮建議選擇部分水解蛋白配方。但如果之後寶寶確診對牛奶蛋白過敏，建議應使用高度水解蛋白配方。
38	爸爸帶我去游泳	我的寶寶快要6個月了，準備要吃副食品了 請問開始吃副食品有沒有需要注意的狀況 還是大家有比較推薦的副食品 我也好怕寶寶有腹脹的狀況 之前有腹脹的經驗，寶寶跟我整晚都沒睡	媽媽您好，澱粉類以及水果這兩類食物雖然容易因發酵而脹氣，讓寶寶腸胃道暫時不適應，但減量之後餵食，通常都還是可以接受的。
39	小寶愛大寶	我家寶寶目前5個月了~平常就有喝配方奶，但因為體質較為敏弱，所以想再為他挑合適的配方奶，請問醫師，我該如何為寶寶再挑選合適奶粉，更換不同配方奶給寶寶喝，有沒有需要特別注意的事項，比如說奶的比例調整，或是直接更	媽媽您好，如果寶寶對配方中某些成分有不適應的狀況，請諮詢專業兒科醫師，請醫師判別並建議是否需更換配方奶。換配方奶的時候須循序漸進，一餐、兩餐、三餐慢慢更換。
40	飛天小女巫	寶寶剛出生 想問醫師，一開始親餵母乳每次多少量才適宜，大約甚麼樣的狀況會建議更換配方奶，若本身有過敏體質，要如何為寶寶挑選奶粉或是在母體飲食上應如何調整？	媽媽您好，寶寶剛出生，胃的容量很小，每個寶寶的食量也是因人而異，最簡單的方式就是讓寶寶喝到飽了、不喝了。若本身有過敏，哺餵母乳時請避免食用容易引起過敏或已知會過敏的食物。配方奶的選擇，如果媽媽很擔心寶寶對配方奶敏感，可以考慮建議選擇部分水解蛋白配方。但如果之後寶寶確診對牛奶蛋白過敏，建議應使用高度水解蛋白配方。
41	大堡愛mei	寶寶現在四個月大，出生時醫生有說是個過敏體質的寶寶，目前喝母奶中，但最近想讓寶寶開始喝配方奶粉，不知道挑選奶粉的成份該注意些什麼？想請醫生建議~謝謝	媽媽您好，配方奶的選擇，如果媽媽很擔心寶寶對配方奶敏感，可以考慮建議選擇部分水解蛋白配方。但如果之後寶寶確診對牛奶蛋白過敏，建議應使用高度水解蛋白配方。

42	寶貝最愛動物園	1.2M 2.寶貝喝奶後有時都會有吐奶的狀況，但不一定每次都會有這樣的狀況，想問醫師怎樣可以讓寶寶吐奶狀況降低? 還有溢吐奶是因為何原因呢? 謝謝	媽媽您好，寶寶的胃部賁門發育尚未成熟，所以只要喝得量過多、腹部用力等就容易將未消化的奶給吐出來，這個是正常的生理現象，可以注意寶寶吐完奶之後有沒有不舒服的感覺。餵完奶後要拍嗝、選擇適合的奶瓶奶嘴大小，避免寶寶吸入過多空氣，按摩寶寶腹部，都可以降低吐奶發生機會。
43	海豚abc	我的寶寶10個月了，目前開始吃副食品，但是便便有時候會有酸臭味，但小孩沒有哭鬧，只是在想是不是跟喝的配方奶有關係~或是跟副食品內的食材有關係	媽媽您好，有酸臭味出現，可能因消化不良所致，部分寶寶症狀輕微，不用吃藥，若有其他症狀出現如哭鬧、嘔吐、發燒等，大便次數比平時多，甚至已出現血便，此時要懷疑是否為病毒性感染。
44	baby打勾勾	我是屬於過敏體質~ 可以在懷孕的時候特別吃些什麼、或是不要吃什麼~ 能避免小孩也有過敏體質呢~	媽媽您好，如果父母對特定食物過敏，小孩也對特定食物有過敏的機率是比較高的。從懷孕的第二產期(即第四個月)以前就開始避免接觸家族內過敏的過敏原(必須經由過敏免疫學專科醫師加以證實)，包括母親應禁食家族中過敏的食物，如您提到的奶蛋白；減少塵蟎、蟑螂、黴菌、貓狗等有毛寵物，與空氣污染物或香菸的接觸。 另外也有研究指出，孕婦如果能於懷孕期間補充富含DHA的食物，可能可以減少寶寶出生後發生過敏的機會。
45	恩典常在	我的寶寶2歲多, 可以吃蜂蜜嗎?	媽媽您好，可以，但是攝取任何食物都不應過量，且要注意來源。
48	CATEVA	我的寶寶三個月 全母乳 但常常漲氣該怎麼辦	媽媽您好，母乳對寶寶來說是最好的食物，要注意親餵母乳的時候，嘴巴要完全包覆乳頭、瓶餵的時候注意奶瓶奶嘴開口大小適不適合等。要記得幫寶寶拍嗝，幫助寶寶將多餘氣體排出，也可以搭配按摩腹部。
51	kiki-mama	現在6個月，有異位性皮膚炎，現在要換季，狀況更不好，請問有什麼方法能改善？	媽媽您好，要注意寶寶皮膚保濕、避免接觸過敏原、如果發作的時候可以擦點止癢軟膏、抗發炎藥膏。
53	柚子	我的寶寶目前兩個月大,時常聽到她在打噴嚏,但是沒有發燒,不像是感冒, 這是不是可能為一種鼻子過敏?請問醫生,這種過敏會不會遺傳阿? 因為我有鼻子過敏(有點像是鼻竇炎), 目前在餵母乳, 會不會因為餵母乳,	媽媽您好，寶寶鼻子過敏應該跟餵母乳沒有關係，您應該注意環境是否有容易導致寶寶過敏的因素，如：塵蟎、蟑螂、黴菌、貓狗等有毛寵物，與空氣污染物或香菸的接觸。母乳是寶寶最好的飲食，也可以給寶寶最初的免疫力，您可以放心的哺餵母乳。

54	娃兒	媽媽有過敏體質也容易腸胃脹氣是不是會遺傳給小孩，在孕期有什麼要特別注意的嗎?謝謝	媽媽您好，過敏會遺傳，但是腸胃脹氣等是不會遺傳的。懷孕的期間儘量避免接觸過敏原，如蛋白質、甲殼類、堅果等。
55	ayaya888	請問若媽媽本身有過敏問題， 那寶寶會比較容易過敏嗎？謝謝	媽媽您好，如果父母對特定食物過敏，小孩也對特定食物有過敏的機率是比較高的。
57	哦不	寶寶1y8m 純配方奶 喝完奶後肚子容易脹氣不舒服 是否該換奶?	媽媽您好，建議諮詢小兒科醫師的建議，查明小朋友是否對配方奶中的某些成分不耐受才引起脹氣，也才知道要如何更換。
58	努力打拼中	1.寶寶目前一歲半 2.喝純配方奶已經半年以上 3.寶寶喝水解的配方奶可是還是便秘，該怎麼辦?	媽媽您好，要注意水分的補充，尤其是天氣熱的時候，建議可以添加果汁、果泥等纖維量高的副食品，可以改善糞便的軟硬度。
59	p.p	請教穆醫師孩子的爸爸嚴重過敏,4個月吃副食品時家人說不要給孩子吃蛋類食物,現在9個月了 何時可以吃蛋呢?	媽媽您好，可以吃蛋，但是要注意寶寶對蛋有沒有過敏的情況，也要注意飲食均衡，任何食物都不要過量。
60	雨菲媽媽	1寶寶已經2歲7個月 2出生後前1個多月喝母乳－直拉肚子,後來改喝配方奶; 6個月開始吃副食品!現在開始吃2餐主食! 3想請教醫生2歲多早晚1天的奶量要喝多少才足夠營養!!配方奶要喝到幾歲?	媽媽您好，配方奶可作為小朋友營養補充品，補充的量也建議以廠商標示在罐身上的量作為參考，並未限定只能喝到幾歲。
61	阿薩母紅茶	醫師您好： 我的寶寶6個月了，之前全母奶，快6個月時才開始嚐試副食品，因為接觸副食品時間有點晚，所以我不是一開始就用10倍粥，而是5倍粥，目前嚐試過菠菜和胡蘿蔔，有發現他的便便稍微水水的，這是不適應的症狀嗎？還有老大那時怕他過敏，所以海鮮類我是快1歲才讓他吃，結果他都還沒吃就有點異味性皮膚炎，只是不嚴重...所以老二我想提早讓他接觸海鮮類，不知會	媽媽您好，寶寶剛開始接觸副食品，只要寶寶願意嘗試就沒有問題，如果便便稍微水水，沒有其他不舒服的狀況，媽媽不用擔心。每個寶寶的狀況不一樣，所以可以先少量的給寶寶嘗試，觀察寶寶是否對某些食物有過敏狀況。
62	雨菲媽媽	1寶寶已經5個多月 2出生後喝配方奶! 3想請教醫生配方奶滿6個月－定要換2號嗎？	媽媽您好，一號配方可以喝到寶寶滿一歲，如果寶寶喝得習慣，不用特別轉換成二號。
63	小豆媽媽	想請問三歲以上的小朋友,喝配方奶還鮮奶好?	媽媽您好，配方奶是根據小朋友不同年齡層的需求而設計的營養補充品。但是無論是補充配方奶或鮮奶都要注意飲食中的營養均衡，也要注意小朋友對鮮奶是否能消化吸收。

65	小QQ麻麻	請問我的小朋友目前三歲， 如何得知他是否有過敏的體質呢？ 謝謝！	媽媽您好，抽血檢驗可確認過敏原。要確定是否有過敏疾病，必須依據病史與臨床症狀才能確定診斷，而想了解自己對什麼過敏，除了觀察周遭環境及平常飲食外，可藉由簡單的抽血檢驗來確定過敏原，目前常見檢驗方式有過敏原定性檢驗、特異性過敏原免疫檢驗和皮膚試驗。
68	類新手媽咪	1.寶寶目前11個月。 2.目前喝配方奶，有添加副食品。 3.快到一歲換奶時期，請問一定要準時滿十二個月嗎？差幾天有關係嗎？ 前幾天給他吃奇異果，結果就拉肚子了，請問是奇異果太酸的關係嗎？還是小朋友不適合？ 還有一小段時間，突然常常拉肚子，有鄰居說可能是因為長牙齒的關係？真的是嗎？	媽媽您好，換奶沒有規定一定要準一歲換奶，差幾天沒有關係。奇異果酵素多，小朋友少量吃，如果一下子吃太多，對腸胃會比較刺激。長牙齒會有一些不舒服的狀況，拉肚子也是其中一種，但是引起拉肚子的原因有很多，水喝多、感冒等都會引起，不見得是長牙齒的關係。
69	joyce0516	寶寶六個月大 目前全母奶,想要慢慢切換配方奶喝 也想要準備給他吃副食品~不過擔心寶寶腸胃會不會不適應 有時也會拉肚子,請問該怎麼切換	媽媽您好，配方奶及副食品的添加都是要循序漸進，一餐、兩餐、三餐開始慢慢替換母乳。
70	Louie0088	請問要如何研判過敏是否跟奶粉有關呢？謝謝	媽媽您好，這個要諮詢專業兒科醫師，確認寶寶是否對配方中的某些成分不適應。
71	采綸媽	寶寶已經2歲5個月,不管喝牛奶還是吃飯,也有補充益生菌,但總是脹氣與宿便,該如何改善呢?	媽媽您好，添加含纖維量高的食物，補充充足的水分，另外還可以幫孩子做腸胃道的按摩，用您的手指頭，由右手往左邊按，幫助腸胃道的蠕動。
72	福氣媽咪	寶寶一歲3，有時吃副食品後，臉或手腳會紅紅的一塊，後來會消，請問醫生，這樣是過敏體質嗎?	媽媽您好，要確認是否對該食物過敏或是是否為過敏體質，需要去醫院抽血檢驗，若寶寶吃某特定食物手腳會出現紅紅的一塊，可以高度懷疑對該食物過敏，但仍需確診。
73	yo*baby	寶寶5個多月，全母奶，6個月要開始吃副食品，想請問醫生，先米湯還是米糊好呢？謝謝	媽媽您好，其實都可以，只要寶寶願意吃、吃得下就好。
74	鈞123	寶寶一歲6個月，母奶寶寶，只要吃奇異果就軟稀便，臉紅紅一塊，也會紅屁屁...請問醫生，這是敏感體質嗎？謝謝	媽媽您好，奇異果本身就富含纖維素，會刺激腸胃道蠕動，要確認是否對奇異果過敏，請諮詢專業兒科醫師。
75	♡小湘子♡	請問醫生，我目前懷孕中，很愛吃鳳梨跟荔枝，很怕吃多，會影響到肚裡寶寶，請問如果吃少少的可以嗎？謝謝回答	媽媽您好，任何食物都不建議吃太過量喔！適量攝取對寶寶是不會有影響的。

79	阿 萍	請問爸爸本身是過敏體質.那寶寶是不是比較容易會有過敏體質嗎..... 飲食配方奶各方面是否要比較注意.謝謝	媽媽您好，如果父母對特定食物過敏，小孩也對特定食物有過敏的機率是比較高的。從懷孕的第二產期(即第四個月)以前就開始避免接觸家族內過敏的過敏原(必須經由過敏免疫學專科醫師加以證實)，包括母親應禁食家族中過敏的食物，如您提到的奶蛋白；減少塵蟎、蟑螂、黴菌、貓狗等有毛寵物，與空氣污染物或香菸的接觸。 另外也有研究指出，孕婦如果能於懷孕期間補充富含DHA的食物，可能可以減少寶寶出生後發生過敏的機會。
80	拇指哥	我是屬於過敏體質.請問吃益生菌OK嗎 在懷孕的時候有什麼要特別注意.或是有什麼不能吃 我知道冰不可食.要如何才能避免小孩也有過敏體質呢	媽媽您好，如果父母對特定食物過敏，小孩也對特定食物有過敏的機率是比較高的。從懷孕的第二產期(即第四個月)以前就開始避免接觸家族內過敏的過敏原(必須經由過敏免疫學專科醫師加以證實)，包括母親應禁食家族中過敏的食物，如您提到的奶蛋白；減少塵蟎、蟑螂、黴菌、貓狗等有毛寵物，與空氣污染物或香菸的接觸。 另外也有研究指出，孕婦如果能於懷孕期間補充富含DHA的食物，可能可以減少寶寶出生後發生過敏的機會。
81	萊爸	請問醫生要幾個月開始喝配方奶比較好呢?	爸爸您好，沒有特定的時間，只要母乳量不足，為了讓寶寶能夠吃飽，就可以添加配方奶。
85	虎馬寶媽	寶寶4個多月,想問醫生可以怎麼判斷要不要換奶粉呢 謝謝,是不是一天拉5次就要換呢?	媽媽您好，主要是看寶寶對配方奶能否適應，若寶寶對配方中的成分不耐受，則需考慮換配方，需要專業兒科醫師判定寶寶的狀況。
86	雅淳媽媽	寶寶開始吃副食品後 就一直有便秘的問題 請問有辦法解決嗎? 謝謝!	媽媽您好，除了多喝水以外，建議可以在副食品中多添加果汁、果泥等，改善糞便軟硬度。
87	大肚子媽媽-puppy	寶寶兩歲 喝配方奶 寶寶常便秘,需要在飲食上注意什麼?謝謝!	媽媽您好，除了多喝水以外，建議可以在副食品中多添加果汁、果泥等，改善糞便軟硬度。
88	小豬	我的孩子兩歲一個月了 目前是喝配方奶 請問兩歲的孩子要換配方奶品牌還需依比例慢慢增加新奶粉的份量	媽媽您好，保險的作法，還是一餐、兩餐、三餐，循序漸進更換。
91	樂貴妃的娘	寶寶目前4個月大 純母乳有試著添加米精 該如何餵食副食品，寶寶都不吃？	媽媽您好，少量多種類的餵食，不要勉強寶寶吃，只要寶寶願意吃，吃個一口、兩口都好。

93	Mei．珠	寶寶六個月大 純母乳，五個多月時開始吃副食品 我的寶寶快七個月了，副食品吃得不是很順利 請問該怎麼預備副食品~寶寶才會喜歡吃呢?	媽媽您好，少量多種類的餵食，不要勉強寶寶吃，只要寶寶願意吃，吃個一口、兩口都好。
94	clinical2004	寶寶一歲多 純配方奶 最近發現後頸部也長粗皮 疑似異位性皮膚炎 請問飲食要注意甚麼嗎?	媽媽您好，要注意寶寶皮膚保濕、避免接觸過敏原、如果發作的時候可以擦點止癢軟膏、抗發炎藥膏。如果您擔心寶寶的異位性皮膚炎可能是配方奶造成的，建議帶去給專業兒科醫師檢查。
95	cute6774	寶寶快兩歲 純水解配方奶 人家都說便祕要喝水解的 可是我家的喝水解還是便秘 怎麼辦? 要換奶嗎?	媽媽您好，臨床上便秘的定義是寶寶因為糞便變硬導致排便困難、肛門疼痛而哭鬧，甚至出血。而且造成便秘的原因有很多，喝的水量不夠、天氣熱流汗量多也是會造成便秘，不一定是配方奶造成的。除了多喝水以外，建議可以在副食品中多添加果汁、果泥等，改善糞便軟硬度。
96	谷哥	年齡：寶寶2個月 狀況：全母奶 大便都很黏是不是應該要搭配方奶比較好?	媽媽您好，可以喝母乳就喝母乳，餵哺母乳的寶寶便便本來就會比較稀，不用太過擔心。
101	joya若	寶寶目前快九個月大 母奶為主 副食品一天約一次 寶寶很多天才大便 請問這樣正常嗎? 可以給他吃wakamoto之類 讓他幫助消化嗎?	媽媽您好，喝母乳的嬰幼兒排便次數彈性很大，有可能7～8天才1次，也可能1天就有7～8次。重要的是，寶寶的便便是否有變得很硬？如便便不硬且食慾也正常，應可再觀察看看。
102	～＊紘芯皇后＊～	我的小寶貝10個月大，因為我本身有過敏體質，親問母乳哺餵及未來搭配配方奶，是否有需要特別注意的地方，避免小朋友跟我一樣體質，請醫師多多幫忙了~	媽媽您好，餵哺母乳的媽媽要避免食用刺激性、容易引起過敏的食物，尤其是那些媽媽本身就會過敏者，更不能食用。小朋友會不會有過敏體質是遺傳的，只能儘量避免接觸過敏原。
103	~香~	寶寶兩歲 喝配方奶 寶寶皮膚容易過敏,需要在飲食上注意什麼?謝謝!	媽媽您好，要注意寶寶對那些東西會有過敏的反應產生，避免接觸過敏原。
106	tina0312	穆醫師您好： 寶寶快兩歲, 已正常吃飯,只有早晚喝奶, 他有異位性皮膚炎,請問有那些食物要避免或少食用呢? 謝謝!!	媽媽您好，飲食原則就是: 避免過敏原，若寶寶吃了某樣食物造成異位性皮膚炎症狀惡化，可以暫停兩周後，待症狀消除後再試著食用；若在24小時內又發作，就代表對該食物過敏，應避免食用。喝配方奶的寶寶，若寶寶對牛奶蛋白過敏，經確診後，建議應使用高度水解蛋白配方替代。

107	holoveema	寶寶目前剛滿一歲,在6個月時開始吃粥(有搭配南瓜/胡蘿波/山藥/菠菜....),配方奶喝得比較少了,剛開始吃粥便便還算正常,最近又恢復到之前喝配方奶時一樣 大便一顆一顆,小小硬硬的,要不然就是幾天才大一次,這樣是正常的嗎?副食品方面有要改善些什麼?可以開始給他	媽媽您好，注意水分的補充，添加果汁、果泥等，可以幫助糞便軟化。如果寶寶願意吃乾飯，可以給寶寶吃沒有關係。
108	Maumau	請問3歲小朋友，早晚喝配方奶，午晚餐和大人一起吃飯，最近常說肚子不舒服，是否需注意補充什麼幫助腸胃的營養品?	媽媽您好，要注意寶寶為什麼會覺得肚子不舒服，找出原因來，才能決定接下來要如何處置。
109	小胖豆的媽	市面上有多款的益生菌,請問要如何選購才適合呢?目前吃安麗及康貝爾的益生菌	媽媽您好，要改善便秘問題，首先應調整日常飲食內容，益生菌可用來輔佐腸道好菌增生，但不一定需要固定的額外補充。
111	Julia	我也想知道 給寶寶吃益生菌 是不是真的可以幫助消化 若是，有推薦的品牌或菌種嗎？ 謝謝您~~	媽媽您好，要改善便秘問題，首先應調整日常飲食內容，益生菌可用來輔佐腸道好菌增生，但不一定需要固定的額外補充。
113	abcdejii	妳好: 我的女兒目前7個月大，全母乳，下排長二顆牙 四個月大就開始吃副食品 ，中午晚上各小半碗、有時會再加水果部份 (白稀飯-紅蘿蔔稀飯-地瓜稀飯-豬肉稀飯-魩仔魚稀飯-蘋果泥-香蕉泥-南瓜泥-米餅) 每天都有在吃阿得比四顆，分早晚各二顆 吃副食品後，大便開始比較成型，不會水水，可是每次大便都一點，一天分粉多次，這樣算便秘嗎？ 有給她喝水，是水量喝的不多嗎？ 有時候晚上會一直哭醒，粉怕他是胃腸不舒服！ 這樣吃副食品可以嗎？有要注意什麼嗎？	媽媽您好，臨床上便秘的定義是寶寶因為糞便變硬導致排便困難、肛門疼痛而哭鬧，甚至出血。除了多喝水以外，建議可以在副食品中多添加果汁、果泥等，改善糞便軟硬度。副食品可以，要常常換種類，避免寶寶吃膩，如果寶寶想喝原來的配方奶喝得習慣就繼續喝，不用特別更換。

114	金媽媽的家	醫生您好： 我現在懷孕 8 個月了，很期待寶寶的出生，但也很擔心寶寶出生的健康，一直很擔心寶寶出生後如果母乳不夠喝，該如何選擇奶粉，我本身腸胃消化不太好，爸爸有過敏問題，也很擔心寶寶出生後的健康，想請教醫生的專業建議。	媽媽您好，如果父母對特定食物過敏，小孩也對特定食物有過敏的機率是比較高的。從懷孕的第二產期(即第四個月)以前就開始避免接觸家族內過敏的過敏原(必須經由過敏免疫學專科醫師加以證實)，包括母親應禁食家族中過敏的食物，如您提到的奶蛋白；減少塵蟎、蟑螂、黴菌、貓狗等有毛寵物，與空氣污染物或香菸的接觸。 另外也有研究指出，孕婦如果能於懷孕期間補充富含DHA的食物，可能可以減少寶寶出生後發生過敏的機會。
115	Tomato蝶	小孩現在快6個月 會給他吃米麩~ 但是只要有吃米麩~就會變成2~3天才便便~ 這樣是正常的嗎?	媽媽您好，臨床上便秘的定義是寶寶因為糞便變硬導致排便困難、肛門疼痛而哭鬧，甚至出血。如果寶寶沒有不舒服的狀況，建議多補充水分、果汁、果泥等，改善糞便軟硬度。
117	夢的故鄉	我的寶寶現在2個月 喝的是全母乳 每次一喝完就溢奶 感覺食道很淺 一拍背部就吐奶 我很傷腦筋 想請教要如何才不容易溢奶	媽媽您好，因為寶寶胃部賁門閉鎖尚未發育完全，所以如果吃太飽、打嗝、哭、肚子用力等狀況，容易造成吐奶、溢奶。喝完奶之後除要拍嗝外，餵完後也可抱著讓寶寶讓他維持直立的狀態10~15分鐘，不要立即讓寶寶平躺。
120	*岑妹妹*	吃益生菌是否可改善鼻子過敏?	媽媽您好，某些研究中發現益生菌對過敏性鼻炎及氣喘沒有效果。
121	小蔬菜的爹娘	因爸爸有過敏，3歲孩子身體也有過敏的症狀，不曉得吃益生菌到底能不能改善?	媽媽您好，避免接觸過敏原是比較根本的方式。
122	榆榆馬麻	寶寶兩歲，還有餵母奶． 正餐是吃飯，容易便秘體質． 請問母奶以外要搭配，是配方奶好，還是可以直接鮮奶？ 謝謝您	媽媽您好，配方奶是根據寶寶不同年齡層之營養需求所特別設計之配方。媽媽可以適當給予補充配方奶，但是無論是使用鮮奶跟配方奶都應該注意平日其他主食的攝取，確保攝取足夠及均衡的營養。
124	甄榕麻麻	醫生, 您好! 我們家寶貝1歲8個月了, 晚上及周末都還在喝母奶, 只有周一到週五白天喝一次配方奶, 其他時間以稀飯為主食, 他不愛吸奶嘴, 也不愛用奶瓶喝奶, 所以配方奶都是用湯匙餵. 寶貝皮膚很敏感, 會一直抓屁股, 常常抓到流血, 結痂後又抓流血, 腸胃也不太好, 最近一二周晚上睡覺也會便便, 請問母奶現在還能提供他抗體嗎? 是不是該要斷奶換喝配方	媽媽您好，兒科醫學會目前的建議是：母乳是正常新生兒最佳營養來源，足月產之正常新生兒於出生後應盡速哺育母乳，並持續純哺育母乳至4-6個月大。於4-6個月大開始添加副食品，建議持續哺育母乳至1歲，但不建議純母乳哺育超過6個月。超過6個月之後，繼續純母乳哺育者，如無適量副食品補充，會有營養不良危機。

125	三中娘	我得寶寶8個月 目前全母乳 偶爾米精糊餵食 但是感覺他的肚子硬硬的 有脹氣的感覺 不知道這樣會是否正常?	媽媽您好，若寶寶沒有顯現出煩躁、不適的樣子，不用太過擔心。
126	小棠棠	我的寶寶現在8個月 目前全母奶+吃副食品,但是有便秘的情形,屁股周圍會紅紅一片,感覺很痛 請問要如何幫助寶寶排便順暢？	媽媽您好，要注意水分的補充，尤其是天氣熱的時候，建議可以添加果汁、果泥等纖維量高的副食品，可以改善糞便的軟硬度。
127	Kelly Chen	請問小朋友喝奶，若水份補充不夠的情況下，大便是一小粒一小粒，每天排，這樣算正常的嗎? 以上，謝謝回覆了!	媽媽您好，臨床上便秘的定義是寶寶因為糞便變硬導致排便困難、肛門疼痛而哭鬧，甚至出血。除了多喝水以外，建議可以在副食品中多添加果汁、果泥等，改善糞便軟硬度。
128	Love籃球小帥	寶寶現在5個多月，出生沒多久醫生就有跟我們說寶寶是過敏兒，全母奶，但母奶量有漸漸驟減，想幫寶寶開始找配方奶粉， 在挑選奶粉的成份該注意些什麼嗎？	媽媽您好，母乳最適合寶寶消化和吸收，是嬰兒的最佳食物。若母乳的量不足，且醫師明確告知寶寶是過敏兒，可考慮以部分水解蛋白配方替代一般配方。但如果寶寶已經出現牛奶蛋白過敏的症狀，建議應使用高度水解蛋白配方。
130	我愛小龍包	小孩出生1歲5個月，只有睡前喝母乳，其他時間照3餐吃，並搭配配方奶， 最近時有脹氣肚痛情形，小孩會哭鬧，是否應換奶粉? 但我覺得喝得很順，想問醫生可以怎麼判斷要不要換奶粉呢?謝謝。	媽媽您好，如果小朋友已經喝了一段時間的配方奶，只有最近才有脹氣、肚痛的現象，可能就不是配方奶的問題，要注意是不是有感冒等狀況。
131	天空藍	寶寶一歲六個月大 母乳與配方奶混搭,也吃副食品,請問多大可以喝鮮乳 及起司? 另請問這年齡寶寶是否仍會腸絞痛，因寶寶半夜常突然大哭，(非尿布濕)不知是否腸胃不適導致?謝謝	媽媽您好，腸絞痛的定義為一天哭鬧超過三小時，一個禮拜超過三天才算。通常腸絞痛是因為乳糖、牛奶蛋白不耐的關係，但是這個需要專業兒科醫師確診，如果確診對乳糖或牛奶蛋白不耐，建議應選擇特殊配方。
133	wacfish	寶寶目前快滿週歲，副食+配方奶，雖然每天都有便便，但都是一大團，會弄傷肛門(流血)... 能怎麼改善呢？	媽媽您好，要注意水分的補充，副食品搭配果汁、果泥，幫助糞便軟化。
134	MayMay Wang	寶貝每到換季都會眼睛癢鼻子癢想請問有沒有不需要吃藥就可以改善的方式呢!?	媽媽您好，要避免接觸過敏原，如清理塵蹣、灰塵，避免接觸花粉等。
136	寶妹寶弟麻麻	未滿一歲的小朋友,絨毛類的水果都先不要吃 才不會引起過敏,是這樣子的嗎	媽媽您好，建議可以少量多種類的嘗試，如果寶寶會有過敏反應，就不要吃這類食物。

139	emma7415	1歲前純母乳，之後補充牛奶，最近開始喝羊奶。 以前大家都說喝羊奶顧氣管，但最近有聽說喝羊奶反而容易導致過敏？	媽媽您好，引起過敏的原因有很多，有可能是食物造成的過敏，但也可能是因為空氣、塵蹣等因素。目前尚未有'羊奶較易引起過敏之研究。但是如果寶對牛奶蛋白過敏者，可能對羊奶蛋白也會過敏。
140	Sophia1978	您好！ 小孩目前2歲，爸爸是過敏體質，所以有很多東西不敢給小朋友吃，請問醫師要如何知道小孩對何種食物過敏呢? 麻煩回覆了，謝謝。	媽媽您好，如果擔心寶寶過敏，可以到醫院做抽血做血液過敏原測試，並在專業兒科醫師的照護下做過敏原挑戰測試。
141	可愛嘉嘉	現在1 歲 ，有異位性皮膚炎，現在要換季，狀況更不好，請問有什麼方法能改善？	媽媽您好，要注意寶寶皮膚保濕、避免接觸過敏原、如果發作的時候可以擦點止癢軟膏、抗發炎藥膏。
142	寶貝萱的家	我的老公屬於過敏體質~ 可以在懷孕的時候特別吃些什麼、或是不要吃什麼~ 能避免小孩也有過敏體質呢~ 還是會遺傳過敏..謝謝	媽媽您好，如果父母對特定食物過敏，生出來的小孩也對特定食物有過敏的機率是比較高的。從懷孕的第二產期(即第四個月)以前就開始避免接觸家族內過敏的過敏原(必須經由過敏免疫學專科醫師加以證實)，包括母親應禁食家族中過敏的食物，如您提到的奶蛋白；減少塵蟎、蟑螂、黴菌、貓狗等有毛寵物，與空氣污染物或香菸的接觸。 另外也有研究指出，孕婦如果能於懷孕期間補充富含DHA的食物，可能可以減少寶寶出生後發生過敏的機會。
145	小米惠	想請教醫生，寶寶多大可以喝大人的奶粉或不喝奶粉？！ 目前小孩 3歲多了 謝謝醫生	媽媽您好，配方奶粉是依據寶寶不同年齡階段之營養需求所特別設計之營養補充品，媽媽可適當給予補充。但是最重要的是日常主食的營養均衡。
146	雅君媽咪	1.寶寶有時連續4天以上都沒大便,是否和她所飲用的奶品有關呢?還是只要多按摩就會有改善呢? 2.我本身是過敏體質,寶寶一歲以前都是喝水解奶粉,現在長大了就喝一般成長奶粉,這樣她會不會很快就誘發出過敏反應呢?多大才可以去檢查過敏體質呢?	媽媽您好，如果擔心寶寶過敏，可以到醫院做抽血做血液過敏原測試，並在專業兒科醫師的照護下做過敏原挑戰測試。

148	14689	醫生您好： 寶寶目前已經11個半月了， 目前都還是在親餵母奶，要讓她喝配方奶，怎麼都不肯， 每天至少會有二餐的副食品，可是都吃的很少，只有母奶很願意喝，請問那這樣營養夠嗎？母奶餵到現在還有營養可以提供給寶寶嗎？	媽媽您好，兒科醫學會目前的建議是：母乳是新生兒最佳營養來源，足月產之新生兒於出生後應盡速哺育母乳，並持續純哺育母乳至4-6個月大。於4-6個月大開始添加副食品，建議持續哺育母乳至1歲，但不建議純母乳哺育超過6個月。超過6個月之後，繼續純母乳哺育者，如無適量副食品補充，會有營養不良危機。
149	Amber_Chang	寶寶目前剛滿月，母奶有時夠喝有時不夠喝，若是搭配配方奶喝的話，一餐母奶一餐配方奶這樣對寶寶的腸胃會不會不太好呢？	媽媽您好，若母乳的量不足，需要加配方奶，建議要循序漸進，慢慢添加。一餐母奶一餐配方奶也是ok的。
150	14689	穆醫師，謝謝您--- 在我寶寶出生後兩週時，因為寶寶腸胃較弱所以連好幾天都一直拉肚子，甚至有一天還連拉了20多次，屁股都紅了還破皮，別的醫生建議我別餵母乳，只有您建議我繼續餵，但是搭配配方奶，一餐母奶一餐配方奶，就這樣過2天寶寶拉肚子的狀況改善了，而且依你指示幫寶寶屁股擦藥後也改善很多，當天也幫寶寶做便便抽驗檢查，沒有任何問題就單純因為新生兒腸胃功能發育未成熟。 那時好在有去看您的門診，因為您在寶寶全身檢查時幫我發現寶寶有心雜音又安排超音波檢查，好在只是功能性心雜音當寶寶愈大狀況會愈好，但該注意該留意的事項我都有記住。真的很謝謝您。 只是我寶寶要1歲了還是非常依賴母奶，完全不喝配方奶， 加上副食品吃完，大概2個小時左右就會便便，那這樣是有吸收嗎？	媽媽您好，母乳較易吸收及消化，不用擔心，如果寶寶已經一歲了，不想喝配方只吃副食品，則要留意副食品的量及營養補充。
151	紫心	醫師您好： 寶寶6/8滿1歲 全配方奶+一點副食品(米精；麥精；粥；飯；蔬果) 1.1歲後基本上還是會固定某牌子的奶粉，但想請問，如果以後他喝奶的次數變少，慢慢以副食品居多時，可以混不同牌子的奶粉給他交換著喝嗎？(想說營養份是不是不同) 2.鮮奶大約什麼時候才給寶寶喝洽	媽媽您好，建議不要混著不同牌子的奶粉。只要寶寶能夠適應鮮奶，沒有硬性規定要什麼時後才能開始，但要注意足夠的副食品補充，以確保營養均衡。

152	幸福3＋1	我的寶寶9個月了，目前開始吃副食品，但是便便都是稀的~屁股也是紅紅的 只是在想是不是跟喝母奶有關係~或是跟副食品內的食材有關係 寶寶的肚子還不大適應 要比較注意哪一個部份呢	媽媽您好，母乳對寶寶來說是最容易消化的食品，但哺乳的媽媽要注意本身的飲食，不要吃太過刺激的東西。若副食品中的水分含量高或是涼性的食物多，會比較容易造成便便較稀的狀況，盡量避免這些食物。
155	153麻麻	我的小朋友1歲4個月，母乳和配方奶都有混餵，也已有開始吃副食品－陣子，但都不怎麼喜歡吃，比較愛喝奶奶，這樣營養夠嗎？另外吃副食品都很快便便，這樣是不是胃腸不適應？沒辦法吸收？謝謝！	媽媽您好，配方奶營養成分是依據寶寶在各年齡階段之營養需求特別設計，再搭配副食品，原則上營養是足夠的。如寶寶無其他腸胃不適之明顯症狀，例如腹瀉、脹氣、吐奶...等，應無消化吸收上之疑慮，請媽媽不用擔心。