

Guideline Summary for Managing Mastitis

Academy of Breastfeeding Medicine 對治療哺乳期乳腺炎的最新建議

降低發炎及疼痛：

冰敷及非類固醇抗發炎藥物可降低水腫及緩解疼痛。

治癒乳頭水泡並避免去除：

使用治療性乳膏降低乳頭表面的發炎。

治療過度泌乳。

使用治療性超音波以降低水腫及發炎。

使用抗生素治療細菌性乳腺炎。

建議使用益生菌：

使用益生菌可預防及治療乳腺炎，建議選擇有效對抗乳腺炎病菌的特定益生菌，如Lactobacillus Fermentum (發酵乳酸桿菌)。

注意評估周產期情緒及焦慮障礙

(perinatal mood and anxiety disorders, PMADs)：

有焦慮或憂鬱經驗的婦女有較高的乳腺炎症狀發生，須關注對哺餵母乳有感到挫敗及退縮的母親。



母乳是最好的