

# 母乳喂养至关重要

对

## 宝宝

支持健康  
免疫系统

预防疾病

降低罹患 SIDS、  
哮喘、肥胖、  
糖尿病、耳部感  
染和肠胃感冒的  
风险

促进健康  
生长与  
发育

对

## 妈妈

降低产后  
抑郁的风险

增进亲子关系

降低罹患乳腺癌、卵巢癌、  
糖尿病、高血压、高胆固醇  
和心脏病的风险

帮助恢复至孕前体重  
以及恢复子宫大小

对

## 世界

减少环境污染和  
浪费

改善健康状况，降  
低医疗保健成本

改善健康状况，减少  
生病天数、看病次数  
和误工次数

First Food 认为，“母乳喂养”并不一定适用于处于哺乳期的所有个人。First Food 支持所有人，无论其种族、族裔、宗教、性别、国籍、血统、年龄、婚姻状况、身体或心智能力、社会经济地位、政治主张、性别认同、性取向、家庭结构或其他受保护状况如何。

由宾夕法尼亚州卫生署  
出资赞助的美国儿科学会  
宾夕法尼亚州分会计划



[www.pafirstfood.org](http://www.pafirstfood.org)

