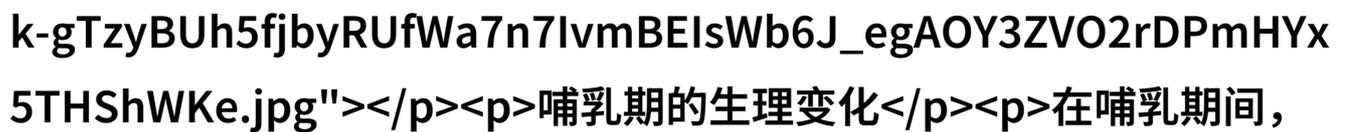
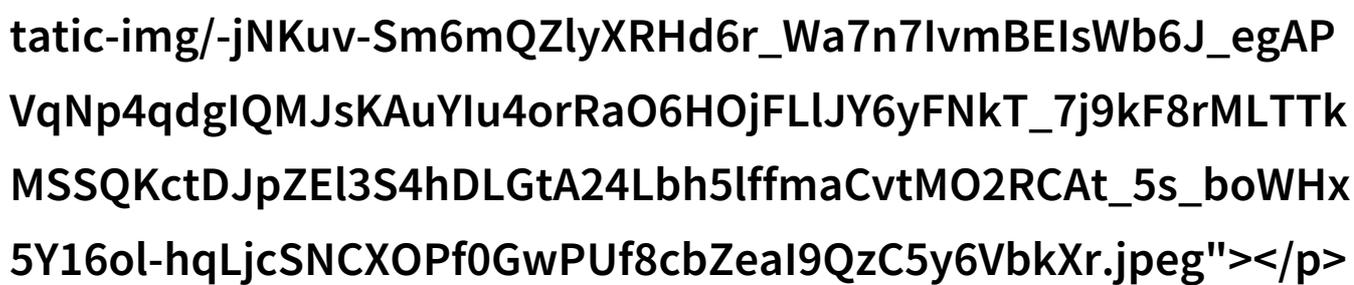


哺乳期的挑战与支持4G玉蒲团奶水喷出

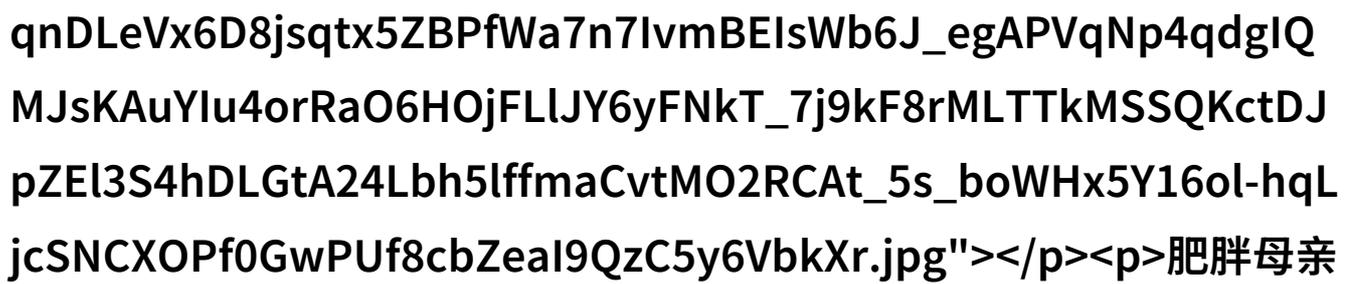
哺乳期的女性面临诸多挑战，尤其是在喂养阶段，4G玉蒲团奶水都喷出来了这样的情况下，更是让许多新手妈妈感到困惑和焦虑。以下是对这一事件的一些深入分析：

哺乳期的生理变化

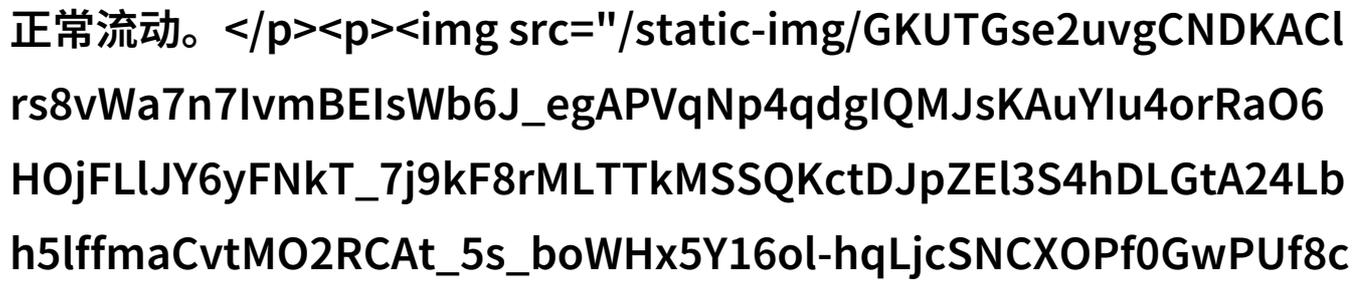
在哺乳期间，女性体内会发生一系列生理变化，这些变化会影响到母婴之间的营养供应。例如，激素水平的波动、血容量增加等都会导致分泌物增多，从而可能造成喂养过程中出现奶水大量喷溅的情况。

喂养技巧与方法

正确的吸吮技巧对于避免奶水飞溅至关重要。新手妈妈可以通过观察孩子吸吮方式来调整自己的姿势和速度，以达到更加平稳、有序地进行哺育。

肥胖母亲如何解决问题

肥胖母亲在哺育时可能会遇到更多的问题，比如更难以引起宝宝饥饿感以及分泌物过多。这需要她们采取一些特别措施，如适当减少食用高糖、高脂肪食品，同时保持充足休息来促进分泌物正常流动。

如何应对逆境

在处理

这种突发情况时，冷静自持非常重要。新手妈妈应该学会放松自己，让身体自然调整，而不是因为一次不顺利就产生恐慌或失望的情绪。



社区支持与资源利用

社区中的其他母亲们往往能提供宝贵建议和经验分享。在这个过程中，不要害怕寻求专业帮助，如产后护理师或者医生的指导，这些都是保证健康哺育环境所必需的一部分。

个人情绪管理

最后，在面对这类挑战时，还有一点不能忽视，那就是情绪管理。一个积极的心态能够帮助女性更好地应对这些困难，并且为未来的生活找到满意和幸福之路。

[下载本文pdf文件](/pdf/515188-哺乳期的挑战与支持4G玉蒲团奶水喷出事件总结.pdf)