

懷孕及產後

公務人員

關懷手冊



目錄

一.	前言	1
二.	產前檢查	2
	1. 孕婦產前保健門診次數及檢查項目	
	2. 其他情況	
三.	嬰兒保健	5
四.	餵哺母乳	5
五.	懷孕及產後婦女的身心變化	7
	1. 身體及心理變化	
	2. 特殊情況	
六.	工作間友善政策建議	9
	1. 工作內容安排	
	2. 工作時間安排	
	3. 主管及同事的協助	
七.	小故事分享	10
八.	結語	13
九.	附件	13
	附件一：第87/89/M號法令核准的《澳門公共行政工作人員通則》第九十二條	
	附件二：行政公職局對公共部門發出的《以母乳哺育子女的公務人員應注意事宜》傳閱公函	
	附件三：衛生局發出的《母乳餵哺室設備及管理標準指引》	
十.	各類服務熱線及資源	17

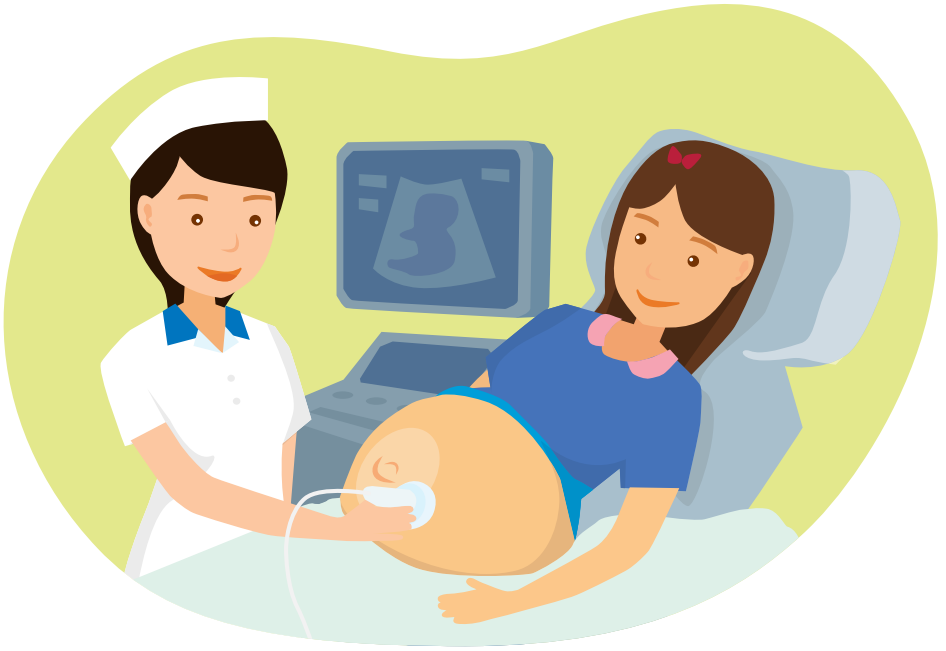
一 · 前言

為營造和諧融洽的工作環境，促進公共部門工作人員通力合作、守望相助，行政公職局特編製《懷孕及產後公務人員關懷手冊》，以供公共部門／機構的主管及工作人員參考。

婦女懷孕後，身心狀態將出現一定的轉變，需要在生活與工作方面作出調節。與此同時，孕婦在產前需接受各種檢查及測試，產後也要定期帶同嬰兒接受兒科保健。此外，根據《澳門公共行政工作人員通則》，女性公務人員有權因分娩而缺勤90天，如以母乳哺育子女，亦有權在每一工作日獲免除上班一小時（俗稱“餵奶鐘”），直至該子女滿一周歲為止。這種情況將持續一段較長的時間，因此需要部門主管及同事體諒及適當配合，並且引導其他共事人員理解有關狀況。

本手冊旨在提供有關婦女懷孕期間及產後嬰兒保健的診療安排、婦女身心變化、工作間友善政策建議，以及公職法律對工作人員成為母親的保障和相關福利政策等，以便主管人員作出合適的工作安排。相關內容並非法定指引，內容所談的是一般情況，謹供知悉參考，實際狀況會因人而異，尤其各項診療安排及醫囑必須遵照醫療機構的指引及醫生的指示。





二 · 產前檢查

孕婦需要定期接受產前檢查，以掌握其健康狀況及胎兒的生長情況。產前檢查的次數因應孕婦的年齡、懷孕週數、身體及胎兒狀況等而定，並由主診醫生進行臨床評估以決定覆診日期。

1. 孕婦產前保健門診次數及檢查項目：

下表列舉了本澳衛生局建議孕婦一般情況下在衛生中心及仁伯爵綜合醫院接受的產前檢查次數及項目(主診醫生根據孕婦及胎兒發育評估進行修訂)：

懷孕期	產檢服務項目
產前講座 (早孕)	孕婦得知懷孕後須立即到衛生中心預約產前講座---門診當天由護士進行產前問診和第一期產前講座。
懷孕第一期 (13週以前) 一般產前門診建議 每四週一次 (按臨床評估而定)	<ol style="list-style-type: none">1. 於懷孕第12週前或第1次產前門診檢查包括： (1)問診：家族病史、孕婦過去病史、過去孕產史、避孕史、不良習慣； (2)一般體格檢查； (3)婦檢：陰道、宮頸、產道評估。2. 實驗室檢查： 孕婦必須檢測項目如血液化驗和尿液檢測(註四)3. 超聲波檢查： 孕婦<35歲，孕11w-13w+6d作篩選檢查(Nuchal Translucency)；(註一、註四) 孕婦≥35歲作胎齡評估。(註一、註四)
懷孕第二期 (13-27週) 一般產前門診建議 每四週一次 (按臨床評估而定)	<ol style="list-style-type: none">1. 產前門診例行檢查項目。(註二)2. 實驗室檢查：<ul style="list-style-type: none">- 孕婦<35歲，15w-18w+6d唐氏綜合症篩選(Down's Screening)-血清學檢驗篩查。(註一、註四)- 孕婦≥35歲，15w-18w+6d作非侵入性胎兒染色體檢測(NIFTY)。(註一、註四)3. 糖耐量測試：<ul style="list-style-type: none">- 24w-28w口服五十克葡萄糖一小時後葡萄糖耐量測試(O'Sullivan's Test)。(註四)4. 超聲波檢查：監測胎兒形態發育。(註四)5. 破傷風疫苗接種。(註三)6. 第二孕期講座(非強制性建議)：內容包括懷孕期不適處理、產前運動、胎動計算、體重控制、餵哺母乳準備及分娩時的呼吸運動。(註四)

懷孕期	產檢服務項目
<p>懷孕第三期 (28週後) 一般產前門診建議 每兩~四週一次 (按臨床評估而定)</p> <p>(36週後) 一般產前門診建議 每週一次 (按臨床評估而定)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 產前門診例行檢查項目。(註二) 2. 第三孕期講座(非強制性建議)：內容包括分娩前準備、分娩徵兆、餵哺母乳技巧、產後護理。(註四) 3. 超聲波檢查：32-36週，胎兒宮內發育、羊水及胎盤情況。(註四) 4. 實驗室檢查：34-36週，血常規及出凝血。(註四)
<p>41週</p>	<p>如仍未分娩，孕婦將轉介仁伯爵綜合醫院婦產科急診跟進。</p>

註一：檢測陽性者或家族有遺病史孕婦，轉介〈產前診斷門診〉。

註二：例行檢查項目：(A)問診內容：本胎不適症狀(如陰道出血、腹痛、頭痛、腳部痙攣等)。
(B)身體檢查：血壓、體重、子宮高度、胎心音、胎動、胎位、水腫、靜脈曲張等。
(C)小便檢測：尿蛋白、尿糖、尿白細胞、尿紅細胞、酮體等。
(D)閱讀報告：衛生中心檢測報告及所有其他報告。

註三：如沒有接種破傷風疫苗： 第一劑，在懷孕二十週接種。
第二劑，在懷孕二十八週接種。
第三劑，在接種了第二劑後相隔一年接種。
加強疫苗每隔十年接種一次。

註四：實驗室檢查，超聲波檢查和孕期講座，並非門診當天進行，須根據預約日期到相應醫療場所進行。

(以上資料由衛生局提供)

2. 其他情況：

上述產前檢查是由衛生局轄下的仁伯爵綜合醫院及衛生中心，或是鏡湖醫院提供，部分孕婦還會選擇自費到私人醫院或診所作其他檢查。

上述產前檢查的種類及次數適合一般懷孕情況，若孕婦或胎兒有其他特殊情況，產前檢查次數會相應增加，醫生亦可能建議孕婦在家休息或入院跟進。

三・嬰兒保健

為了解嬰兒的健康狀況及作出發育評估，嬰兒在一歲內需要定期接受保健檢查，一般情況下至少7次，分別在出生後的15天、1個月、2個月、4個月、6個月、9個月及12個月進行。護士須於診前收集並記錄嬰兒發育情況，內容包括身高、頭圍、體重及協助家長完成兒童發育評估表。若嬰兒發育評估出現異常情況，醫生會將個案轉介至相關專科部門跟進。此外，按照衛生局的疫苗接種計劃，醫生在進行上述定期保健檢查時，會為符合接種條件的嬰兒開立疫苗處方，並由護士執行疫苗接種及衛教工作。具體嬰兒保健檢查次數以及接種疫苗的時間，會因應嬰兒的健康狀況及醫生的臨床評估而定。

四・餵哺母乳

世界衛生組織提倡母乳餵養是確保兒童健康和生存的最有效措施之一。母乳營養豐富，而且含天然抗體及酵素等，能保護嬰兒抵抗常見的嬰幼兒疾病，例如腹瀉及肺炎等；另外，母乳餵養對婦女亦有好處，包括可以降低患上卵巢癌及乳癌的風險。由於母乳餵養對母嬰裨益良多，近年特區政府亦積極推廣母乳哺育。

一般而言，母乳餵哺期由半年至兩年不等，主管及工作人員若了解餵哺母乳同事的身體情況，以及清晰訂定工作間哺集乳的指引及安排，將可以避免不便及尷尬情況。



以下是大眾對母乳餵哺的一些迷思：??

■ 婦女產後回到工作崗位，由於嬰兒不在身邊，是否無法繼續餵哺母乳？

餵哺母乳是一個持續的過程，世界衛生組織建議以純母乳餵養嬰兒至六個月，其後在持續餵哺母乳的基礎上添加適當的食物直至兩歲或以上。即使產後婦女返回工作崗位，仍然可以透過集乳及儲存母乳的方式，預備足夠的母乳餵哺家中的嬰兒。

■ 餵哺母乳的婦女需要每天多次使用母乳餵哺室嗎？不是一天集乳一次就夠了嗎？

當產後婦女選擇以母乳餵哺嬰兒，乳房就會不斷分泌乳汁，故每過一段時間，產後婦女就需要使用母乳餵哺室進行集乳。集乳除了是為了準備嬰兒的食物外，同時也是產後哺乳婦女的生理需要，若不定時集乳會使乳房脹痛，甚至堵塞乳腺，令婦女感到不適。



至於每天集乳的次數，因個人的身體狀況各有不同，主管可以與產後人員溝通，了解其實際需要後作適當工作安排。

■ 若辦公室沒有合適的地方設置母乳餵哺室，是否能請產後人員到公共洗手間集乳？

衛生局就母乳餵哺室的設置發出了管理標準指引（詳見附件三），但鑑於部分公共部門的空間或設備不足，未必能完全滿足該指引的要求。若未能於辦公地點設立母乳餵哺室，主管可考慮讓哺乳人員臨時使用會議室或其他空置的房間。如有需要，部門可向衛生局尋求協助或建議。

■ 產後人員已經享受“餵奶鐘”福利，是否不應該在上班期間再花時間哺集乳？

剛才曾經提過，集乳除了是為家中的嬰兒預備食物外，也是產後哺乳婦女的生理需要；因此，即使產後人員依法享受“餵奶鐘”福利，仍然有需要在上班期間集乳。有關安排可以參考由行政公職局發出的《以母乳哺育子女的公務人員應注意事宜》傳閱公函（詳見附件二）。

五·懷孕及產後婦女的身心變化

1. 身體及心理變化

婦女在懷孕期間，由於內分泌的變化導致情緒起伏較大，尤其在懷孕初期更為明顯。部分婦女在這段期間仍未適應角色上的轉變，加上對懷孕及生產過程的認識不足，種種因素都會讓孕婦感到壓力及焦慮。除了情緒上的變化外，孕婦在生理上亦會有不同程度的不適，例如嘔吐、疲勞、腳部抽搐等。

另外，婦女分娩後同樣會有內分泌的變化，加上因照顧初生嬰兒而休息不足、角色的轉變、家庭或社會期望帶來的壓力等，都容易令婦女產後情緒失落。



2. 特殊情況

倘若有關的身心狀況未能得到妥善舒緩，婦女有可能會患上情緒病，如產前抑鬱症及產後抑鬱症等。無論在懷孕期間或產後，情緒病對婦女、嬰兒、家庭及工作均會造成不良影響。若主管及工作人員發覺同事在上述期間出現負面情緒，應表達關心及慰問，一旦同事出現情緒病的症狀，例如無端哭泣、心神恍惚等，可徵詢專業人士的意見，或建議有關同事尋求專業協助。

除此以外，少數孕婦會面對流產或胎兒缺陷等不幸情況。在身心復元的過程中，家庭成員的扶持和勉勵至關重要，而主管及同事的關懷和幫助同樣不可忽視。若有同事遇到不幸的事件，主管及工作人員需要注意以下事項：

(1) 注意言辭：除了當事人，即使本身是女性也很難完全明白經歷流產或嬰兒患病人員的感受。不當言辭會傷害到該人員的感受，甚至破壞雙方的關係。良好的表達應富有同理心及關懷精神，同時應避免無端的猜測或假設，否則會讓人感到不安。以下是例子說明：

良好的表達 ✓

我知道你剛經歷不幸的事件，我為此感到難過，雖然我不知道可以說甚麼來安慰你，但非常希望你可以照顧好自己的身體及心理需要。如果工作上需要協助，不妨告訴我。

不當的表達 X

- 我知道你的小孩在流產前已經有病，或者現在流掉可以減少他的痛苦。
- 我有朋友也經歷過流產，她現在生活得很好，我相信你也可以。

(2) 擔當同事間溝通的橋樑：懷孕工作人員經歷不幸的事件後，同事們有時會擔心不知如何表達關心，因而採取迴避的態度；另一方面，當事人也可能因害怕同事詢問而表現退縮。這兩種情況都會為相關同事帶來壓力。主管及同事可以與當事人溝通，適當表達關心，但須注意尊重其意願，避免尋根究底，必要時應提醒其他同事尊重他人隱私，減少相處時的尷尬和不便。

六·工作間友善政策建議

1. 工作內容安排：

工作分配：因應產前檢查、產後“餵奶鐘”福利及嬰兒保健等，懷孕及產後人員有時候會不在辦公地點或未能執行工作。而且，公務人員產後將依法享受90天的分娩假期。為此，主管應與有關人員保持良好溝通，因應人員的情況共同協商工作分配和工作時間安排，以至暫時調動工作崗位等。透過互相合作和協調，共同達致最佳的工作安排。

2. 工作時間安排：

(1) 小休時間：孕婦因身體狀況的變化，使用洗手間的頻率可能較高，食慾亦有機會增加。主管可考慮在不影響工作完成和部門有效運作的前提下，允許懷孕工作人員在需要時小休片刻。

(2) 作息時間：穩定的作息及充足的休息時間對孕婦及其胎兒都有益處，如果部門的工作性質經常需要人員超時工作或輪值工作，主管應該考慮在合法的原則下，盡量作出合理的工作安排，以便讓懷孕工作人員獲得充份的休息及保持較穩定的作息時間。



3. 主管及同事的協助：

雖然人員從懷孕到產後難免對日常工作造成一定的影響，但新生命的到來對任何家庭而言都是一件喜事。主管及同事若能秉持同理心、尊重及關懷的心態，設身處地為懷孕工作人員設想，並為其提供工作協助及情緒支持，這除了能幫助相關同事外，也能加強部門的凝聚力和團隊精神，有利於營造和諧的工作環境。

七· 小故事分享

故事一

阿美是一名稽查人員，日常需要在戶外進行巡查工作，有時更需要於晚上超時工作執行特殊巡查工作。最近，阿美得知自己已懷孕兩個月，因此告知主管並與其商量工作安排。

主管首先祝賀阿美，並關心其身體狀況。阿美向主管表示暫時未必能應付頻密的巡查工作，而且希望避免在晚上工作，以便能保持穩定的作息時間。主管理解現實情況下，懷孕工作人員未必適合頻繁到不同場所進行巡查工作；但他表示，在作出任何人手調配或工作安排時，除了要依循法律，還須與其他同事溝通，阿美對此表示同意。



主管徵得阿美同意後邀請所有稽查同事開會，並由阿美向同事宣佈好消息，同事們都替阿美高興。主管向同事說明在阿美懷孕期間及產後首年，為了其身體着想，加上90日的分娩假及“餵奶鐘”福利，阿美暫時不能應付頻密的稽查工作及晚上的超時工作。主管希望同事理解，並建議安排阿美巡查固定的地點，以及負責同事稽查工作後的文書報告及其它行政工作，而在阿美懷孕期間尚有超時工作則暫時由其他同事共同分擔。同事們同意工作安排，亦表示會盡力提供協助，阿美為此感謝主管及同事的體諒與安排。

最後，主管表示懷孕是家庭的一大喜事，大家同屬一個團隊，就像是一家人，理應團結一致，互相幫忙。現在阿美懷孕，大家一起照顧她，將來另一位同事懷孕，或者某位同事的太太成為母親，我們同樣也會為他們着想。會後，同事們向阿美分享懷孕期間的飲食需知，還討論要為阿美的孩子送上什麼禮物。

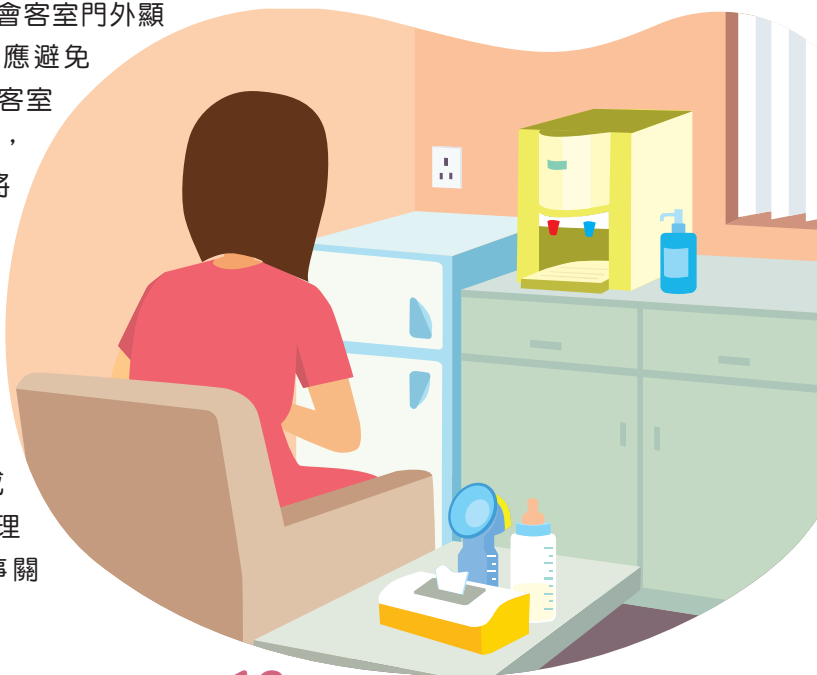
故事二

小芳是一名文職人員，懷孕剛滿七個月。在懷孕的過程中，小芳得知母乳餵哺對嬰兒健康及自身康復都有好處，故她計劃在產後餵哺母乳。考慮到復工後可能要在辦公室集乳，於是她與主管討論哪裡有合適的空間可以讓她集乳。

然而，小芳所處的辦公地點較舊，空間不足，並無設置專門的母乳餵哺室，主管也坦言暫時沒有條件可設置專門的母乳餵哺室。小芳的主管亦為人母，非常認同母乳餵哺對嬰兒的益處，但受環境條件所限，不知如何提供協助。主管於是致電衛生局專業人員，向其尋求協助及意見。相關人員建議可以考慮使用辦公地點中有空調且能從室內上鎖的房間作為臨時母乳餵哺室，並建議部門添置一台小型雪櫃專為儲存母乳之用。

主管與行政及財政處和小芳商議後，決定把一間小型會客室作為臨時母乳餵哺室，並在會客室添置一台小型雪櫃。主管提醒小芳在使用時應注意把窗簾拉上，並在門外掛上“使用中”的標示，以保障私隱。

小芳產後復工，主管召集了部門同事、保安員及清潔公司職員說明有關安排，提醒當會客室門外顯示“使用中”時應避免開門，並解釋會客室小型雪櫃的用途，希望同事避免將食物或飲品放入其中。小芳產後持續餵哺母乳一年半，現在她的小孩活潑健康，小芳及家人都很開心，亦感謝主管及同事的理解及協助，同事關係非常融洽。



八・結語

迎接新生命的到來是值得慶賀和開心之事。公共部門的主管和工作人員應與懷孕及產後同事保持密切溝通，表達關懷，彼此尊重。與此同時，主管亦應在符合法律法規的前提下貫徹人性化的管理，為懷孕及產後的人員提供一個友善的工作環境。相應地，懷孕及產後的公務人員亦應該在享受法定權利的同時，不忘自身的義務及責任，共同營造公共部門和諧、互助、熱誠、專業的工作文化，從而為市民提供優質的服務。

九・附件

附件一：第18/2018號法律修改《澳門公共行政工作人員通則》第九十二條

（因成為母親而缺勤）

- 一、女性工作人員有權因分娩，活產嬰兒死亡或誕下死嬰的情況而缺勤九十日。
- 二、對於上款所定之缺勤期，其中六十日須在分娩後立即享受，其餘三十日得在分娩前或緊隨分娩後全部或部分享受。
- 三、女性工作人員因成為母親而缺勤時，年假根據其利益而中斷或中止。
- 四、屬自然流產、優生流產或治療性流產的情況，缺勤期間為連續七日至六十日，由主診醫生根據女性工作人員的健康狀況訂定缺勤期間，而該期間由引致缺勤的事實發生後起計。
- 五、如屬分娩後嬰兒住院或母親住院之情況，在母親要求時，因成為母親而引致之缺勤中止，直至終止住院之日為止，並自該日起恢復缺勤之狀況直至缺勤期結束為止。
- 六、應在因成為母親而缺勤之期間內就職之女性工作人員，在缺勤期終止時就職，如缺勤期與年假期之間並無間斷，則在年假期終止時就職；該就職自有關委任批示公布之日起產生一切效力，尤其關於薪俸及年資之效力。
- 七、以母乳哺育子女之母親，在每一工作日有權獲免除上班一個小時，直至該子女滿一周歲為止。

附件二：行政公職局對公共部門發出的《以母乳哺育子女的公務人員應注意事宜》傳閱公函（公函編號：1708280006/DDFO-DFO）

本局日前收到意見反映，部份公共部門對母乳餵哺的女性工作人員獲免除上班一個小時及使用母乳餵哺室的情況存疑，有見及此，本局現說明如下，並煩請貴部門作內部傳閱。

1. 按《澳門公共行政工作人員通則》（下稱《通則》）第92條第7款規定，以母乳哺育子女的母親，在每一工作日有權獲免除上班一個小時，直至該子女滿一周歲為止。該規定並非針對母乳餵哺室而訂定的，因此部門不應要求相關工作人員從獲免除上班一個小時及使用母乳餵哺室之間二揀其一。
2. 上述法例容許女性工作人員在必須遵守的正常工作時間內獲免除上班一個小時以餵哺子女，該免除的上班時間視為於正常上班時間內提供服務的時間。
3. 提供超時工作由《通則》第194條及續後數條所規範。根據規定，提供超時工作須由上級決定，且因工作之不正常累積或急需進行特別工作而允許提供（《通則》第195條第1款），因此，如上級安排餵哺母乳之女性工作人員超時工作，亦應符合上述的相關法例規定。
4. 獲免除上班一個小時的女性工作人員，倘認為因應享受免除上班而受到不公平對待，得按照《通則》第278條第1款c）項規定作出投訴。
5. 女性工作人員不論獲免除上班一個小時或使用母乳餵哺室，亦應謹記及遵守《通則》第279條的相關規定，尤其關於熱心、服從或勤謹等義務。
6. 最後，公共部門應宜提供一個讓母乳餵哺與工作互相兼容的工作環境，令母乳餵哺的女性工作人員、主管人員及其他工作人員保持良好溝通，相互尊重、體諒與包容，共同營造和諧的工作文化。

註：上述傳閱公函第3點有關超時工作的條文，已被第18/2018號法律修改，但“超時工作須由上級決定，且是基於工作的不正常積累或緊急情況而提供”之原則並沒有改變。

附件三：衛生局發出的《母乳餵哺室設備及管理標準指引》

為支持母乳餵哺母親能夠在良好的環境下進行母乳餵哺，維護婦女在公共場所哺育母乳之權利，提升本澳的持續母乳餵哺率。

1. 母乳餵哺室(設置要點)

- 1.1 舒適：寬敞明亮潔淨的空間，舒適的桌椅及嬰兒墊子以供餵哺母乳之用。
- 1.2 私隱：能提供足夠保護私隱的環境下，舒適地持續進行母乳餵哺。
- 1.3 方便：設置位置顯而易見，有清楚標示，內設有冷熱水裝置、電源制(供電動泵奶器使用) 及提供母乳相關資訊。

2. 基本設備

- 2.1 光線充足
- 2.2 空調(冷氣和暖氣)
- * 2.3 電源設備(供電動泵奶器使用)
- * 2.4 提供足夠的私隱環境(可由內部上鎖之門；如2位或以上母親同時餵哺，室內設有布簾或屏風等可用作區間的物品)
- 2.5 緊急求救鈴
- * 2.6 有靠背及扶手的座椅
- 2.7 小桌子
- 2.8 雪櫃
- 2.9 小型有蓋垃圾桶
- * 2.10 洗手設備(洗手盆或酒精潔手消毒液)
- 2.11 紙巾盒
- 2.12 設有冷/熱水裝置
- 2.13 提供母乳相關資訊
- * 2.14 母乳餵哺室門牌上應有清晰標示
- * 2.15 母乳餵哺室門牌上應張貼使用說明

* 必須配置的設備

3. 母乳餵哺室面積

建議母乳餵哺室的最小面積約5平方米（約53平方呎），約可容納2至3位母親。

4. 母乳餵哺室之管理

4.1 保持母乳餵哺室的潔淨和舒適環境。

4.2 設置母乳餵哺室之位置，應與其他設施有明顯區隔，除專供哺乳外，不作其他用途。

4.3 維持使用者之隱密性及有安全保護措施。

4.4 制訂使用者應遵守哺乳室之使用規範。

5. 母乳餵哺室之維護

5.1 每日最少清潔一次，並作記錄

5.2 每日檢查各項基本設備之可用性，並作記錄

5.3 張貼使用者應遵守母乳餵哺室之使用規範

6. 優化服務設備

6.1 腳踏凳

6.2 母乳餵哺海報

7. 對暫時沒有條件設置獨立母乳餵哺室的建議

7.1 可由幾個部門或樓層共同提供一個合適的房間設置標準的餵哺室。

7.2 考慮利用會議室或茶水間等可以交替使用、可上鎖的房間，提供適當的設備、電源、洗手設施(洗手盆、酒精洗手消毒液)等，劃分母乳餵哺的時間，並在門口以指示牌清楚顯示，以善用現有資源的形式，創造母乳餵哺的空間條件。

8. 聯絡單位

衛生局-電話：85976113

十 · 各類服務熱線及資源

衛生中心母乳餵哺熱線	63009270 / 63009089 / 63009305
仁伯爵綜合醫院產後護理	63009220
仁伯爵綜合醫院情緒支援服務	88934604
公務人員心理舒緩服務	28715131
社會工作局輔導熱線	28261126
澳門婦女聯合總會心理諮詢保健中心	28216099
街總社區心理輔導隊	28227556
澳門明愛生命熱線	
中文生命熱線(24小時)	28525222 (中文)
外語生命熱線	28525777 (外語)
星期一至星期五: 10:00-18:00	
星期六: 10:00-14:00	

參考資料：

澳門衛生局：

- 將為人母 (小冊子)
 - 母乳餵哺 踏出健康成長第一步 (小冊子)
 - 母乳餵哺資訊
- 網址：<https://www.ssm.gov.mo/apps1/breastfeeding/d/ch.aspx#clg12047>

澳門鏡湖醫院：鏡湖通訊 (第131期內容：產前檢查須知)

網址：<http://www.kwh.org.mo/news%20info.php?nid=1291>

世界衛生組織：

- 母乳餵養
- 網址：<http://www.who.int/topics/breastfeeding/zh/>
- 關於母乳餵哺的十個事實
- 網址：<http://www.who.int/features/factfiles/breastfeeding/zh/>

增加溝通顯關懷

提升績效促和諧

www.safp.gov.mo