

寶建醫療社團法人寶建醫院
母乳與配方奶的比較

	母 乳	配 方 奶
脂肪	<ul style="list-style-type: none"> ▶富含 DHA，讓寶寶更聰明 ▶隨嬰兒需求自動調節 ▶幾乎完全吸收 ▶含有脂肪消化酵素，幫助消化脂肪 	<ul style="list-style-type: none"> ▶沒有 DHA ▶不隨嬰兒需求改變 ▶不完全吸收 ▶沒有脂肪消化酵素
蛋白質	<ul style="list-style-type: none"> ▶易消化的乳清蛋白 ▶較完整的吸收 ▶維持腸道健康的乳鐵 ▶豐富的成長因子 	<ul style="list-style-type: none"> ▶不易消化的酪蛋白 ▶不完整的吸收，較多廢物需要腎臟排出 (<u>高蛋白會增加腎臟的負擔</u>) ▶沒有乳鐵 ▶缺乏成長因子
碳水化合物	<ul style="list-style-type: none"> ▶含豐富乳糖 ▶含豐富寡糖，促進腸道健康 	<ul style="list-style-type: none"> ▶有些配方沒有乳糖 ▶缺乏寡糖
免疫促進物	<ul style="list-style-type: none"> ▶含豐富活細胞及媽媽的抗體 ▶含豐富生物活性物質 	<ul style="list-style-type: none"> ▶沒有活細胞 ▶死的食物
維他命及礦物質	<ul style="list-style-type: none"> ▶吸收較好，尤其是鐵、鋅、鈣 ▶鐵的吸收利用率達 50 到 75% (<u>可避免嬰兒出現缺鐵性貧血</u>) 	<ul style="list-style-type: none"> ▶吸收不好 ▶鐵的吸收利用率僅 5 到 10%，高鐵配方無法吸收且易造成便秘
酵素及荷爾蒙	<ul style="list-style-type: none"> ▶含豐富消化酵素 ▶含豐富荷爾蒙：生長荷爾，及其它十五種以上荷爾蒙 ▶隨著母親的食物而有不同的味道 	<ul style="list-style-type: none"> ▶處理過程中殺死酵素 ▶處理過程中破壞荷爾蒙 ▶味道永遠一樣