



# 一通電話解焦慮！ 孕產兒專線當家庭後盾

文 / 國民健康署

示意圖非當事人

**當**新生命降臨，喜悅與不安也同時報到，「孕吐嚴重吃不下」、「寶寶便便顏色突然改變」、「乳頭白點反覆作怪」這些疑問讓新手爸媽焦慮難眠，國民健康署的「孕產兒關懷專線」，由護幼專業人員接聽、提供國、台、印、越四語服務，去年已提供1.4萬餘次諮詢，只要一通電話，就能找到專業依靠。

## 多國語音專線即時解答

網路發達，孕產與育兒資訊卻參差不齊，讓家長更加困惑。國民健康署0800-870-870「孕產兒關懷專線」，由具護理、心理、社會工作及幼兒照護專業背景的人員提供諮詢，透過電話瞭解狀況，提供包括孕期照護、產後恢復與嬰幼兒日常發展等建議及衛教；此外，也因應多元族群家庭需求，提供國語、臺語、印尼語及越南語服務，讓新住民與外籍家庭能以熟悉語言溝通解答。

## 一次掌握家長常見問題

彙整專線近年來電，諮詢的多為生活中急迫性問題，例如哺乳媽媽常遇到的乳房脹痛、乳頭白點、奶量不足、寶寶含乳困難等，還有嬰兒夜醒頻繁、睡眠時間不穩定，或是排便顏色改變、次數忽多忽少等寶寶照護問題，以及產後身心狀況調適，包括產後復原、傷口照護、作息調整、育兒壓力等。

透過專線即時說明與提醒，有助於解答疑惑、掌握重點、穩定情緒與提供支持；若遇到狀況嚴重、明顯不適或可能影響安全的情況，專線人員也會建議應儘速至醫療院所就診，由醫療人員進一步評估與處置。

## 建立更完整的家庭支持網絡

國民健康署沈靜芬署長表示，孕產兒關懷專線是完善孕產與育兒支持體系的重要措施之一，透過免付費且容易取得的諮詢管道，協助家庭在孕期與育兒歷程中獲得正確資訊，提升母嬰健康照護品質。

「孕產兒關懷專線」專人接聽時間，為週一至週五上午9時至下午5時（國定假日除外），其他時間可留言提供姓名與電話，將由專人於上班日主動回電。除了專線服務，育兒家庭也可以善用國民健康署「孕產兒關懷網站」，依不同孕期或寶寶年齡查詢孕產育兒衛教資訊與相關資源。

此外，國民健康署也建立孕產兒關懷LINE（ID：@mammy870870）以及Facebook「孕產兒關懷粉絲團」，分享簡明易懂的圖文內容，民眾還可以在孕產兒關懷LINE訂閱媽媽／寶寶週報，就能夠依懷孕週數或寶寶年齡，獲取不同階段的專屬資訊。國民健康署呼籲家長與照顧者可多加利用，讓孕產與育兒過程在專業陪伴下安心踏實，不再慌亂。📞