

稍稍運用一點創造性思維，就可簡化
從瓶子到杯子的轉換過程。



在某處有一隻魔法杯，
能讓你寶寶的奶瓶消失

KARLENE的故事：「我為我寶寶從 奶瓶轉換到杯子而感到自豪」

「對我來說，給寶寶餵奶全跟愛字有關。我愛我們在一起聊天，即使沒有說出話來也罷。我愛摟著寶寶。我最愛寶寶樣樣都依賴於我。奶瓶和寶寶一樣，是我獲得安慰的源泉。

Karyanah-Faith是我最小的孩子。醫生建議我在她六個月大的時候就不再使用奶瓶而改用杯子，我怨恨這個主意。畢竟，這意味著我的寶寶在成長。讓寶寶使用奶瓶直到一二歲有什麼錯呢？

生了幾天的悶氣，我終於意識到自己很自私。我是母親，而母親總是幫助自己的孩子跨越一個又一個里程碑。母親該慶賀的是孩子的獨立，而不是對餵養的依賴。母親總是保護她們的孩子。我知道我的孩子什麼都依賴於我—包括如何保護牙齒不因使用奶瓶而患蛀牙。

所以我就展開從使用奶瓶到杯子的轉換。首先，我給她空杯子讓她玩幾天。不必買特別的杯子—一般的杯子就行。我先在午餐時使用杯子。（Karyanah-Faith在醒來時和睡覺時仍然喜歡被抱著。）我給她用杯子的時候仍舊將她抱在懷裏。

轉換過程不是很困難。我就是天天給她用杯子。幾個星期後，我在早餐時使用杯子，後來又在晚餐時使用。寶寶大約14或15個月大時，有一天她完全不用奶瓶了。從奶瓶到杯子的轉換與其說使她感到痛苦，還不如說讓我覺得痛苦呢。

我確實學會了一些能使轉換順利的竅門。可以使用像彎曲形麥管那樣簡單的東西讓寶寶的注意力從杯子轉移開。還可以唱像For She's A Big Girl Now（「小丫頭現在長大了」）之類的歌（可以使用For He's A Jolly Good Fellow的曲調），讓使用杯子成為一個有趣的活動。但是，當Karyanah-Faith生病或更換日間托兒所這樣的困難時刻，我們還是改回去給她使用奶瓶。

我為我寶寶完成從奶瓶到杯子的轉換而感到自豪。停止使用奶瓶意味著我不用再擔心寶寶患蛀牙或奶吃得太多。最重要的是，Karyanah-Faith到達麻煩的二歲時，我們就少了一件得花力氣做的事—接下來就可以讓她開始如廁訓練了。」

Karlene的建議：從奶瓶到杯子的順利轉換

- 奶瓶僅在餵食物時使用，勿讓孩子拿著奶瓶走動或玩耍。
- 切勿讓孩子將奶瓶拿到牀上去。
- 如果你的寶寶晚上口渴，用杯子給他喝水。
- 在停止使用奶瓶的過程中可以偶然給寶寶喝果汁—但切勿使用奶瓶。
- 可使用唱歌、朗讀、玩耍等其它安慰的方式。



照片文字：Karlene和Karyanah-Faith



For more information about infant oral health please visit: <http://www.ct.gov/dph/homebyone>
Cover photography by Michael Young www.yamstudio.com
Reprinted with permission of the Massachusetts WIC Program

