從備孕到育兒
孕產兒諮詢專線 關懷不間斷

資料提供 衛生福利部國民健康署
文字撰寫 黃倩茹

每一個孩子都是寶，每一個孕育孩子的父母、家庭更是國家關懷的重點。為了協助並陪伴孕產兒家庭面對生活中的徬徨無助，衛福部國民健康署（簡稱健康署）設立孕產兒關懷諮詢專線、關懷網站、LINE 官方帳號和 Facebook 粉絲團四大管道，提供專業資源與諮詢服務。

迎接新生命的到來，從來都不是一件簡單的事，從準備懷孕開始，無論是自然受孕或是藉助人工生殖，每一對夫妻都需要面對許多未知與擔憂。尤其在懷孕期間，準媽媽除了要適應荷爾蒙變化與身體不適，也可能面臨情緒起伏與心理壓力；從生產到育兒的過程，孕產兒家庭需要逐步學習新的照顧知識與技巧。

面對這些人生第一次遇到的挑戰，許多新手家長往往感到手足無措，即使上網搜尋大量資訊，仍難以判斷內容正確性、是否與自身情況吻合。此時，由專業人員提供諮詢服務的孕產兒關懷諮詢專線，便成為家長在徬徨與焦慮時最好的求助對象。

專業陪伴不缺席　提供全方位諮詢服務

健康署自 2012 年起設置免付費的「孕產兒關懷諮詢專線（0800-870-870）」，由具備護理、心理、社會工作及幼兒照護專業背景的人員，透過電話瞭解民眾需求，提供孕前準備、孕期照護、產後恢復、哺乳、嬰幼兒日常照護等諮詢，與心理支持及社會資源連結，陪伴家庭面對孕產與育兒各階段可能遭遇的挑戰。

健康署署長沈靜芬表示，孕產兒關懷諮詢專線是完善孕產及育兒支持體系的重要措施之一，透過免付費且便利的諮詢服務，讓家庭在面對孕產及育兒挑戰時有人可問、有人可依靠，成為父母育兒路上的重要後盾。

了解更多

孕產兒關懷網站

從數據看見新手爸媽的常見困擾

根據統計，去(2025)年孕產兒關懷諮詢專線共提供近 1 萬 4,974 通電話諮詢服務，來電者中有 60% 為初次懷孕或剛迎接第一胎的新手家長。諮詢的主要內容以新生兒照護(33%)和母乳哺育(29%)居多。

來電諮詢的問題，多半是育兒過程中較為急迫、需要立即獲得解答的情況。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；其他還有像寶寶夜間頻繁醒來、睡眠時間不固定、排便顏色改變及次數異常等日常照護困擾。此外，也有不少家長關心產後的身心調適，包括產後復原、傷口照護、作息調整以及育兒壓力等議題。

透過專線即時說明與提醒，不僅有助於解答疑惑、掌握照護重點，也能穩定家長情緒並提供心理支持；如果遇到狀況較為嚴重或可能影響母嬰安全時，專線人員也會建議儘速至醫療院所就診，由醫療人員進一步評估與處置。

多元服務管道　即時解答大小疑問

孕產兒關懷諮詢專線在週一至週五上午 9 點至下午 5 點(國定假日除外)提供服務，由專人即時接聽並回應民眾諮詢；其餘時段亦可留言並留下聯絡資訊，將由專人於上班日主動回電。

除了專線服務，民眾也可以善用健康署建置的「孕產兒關懷網站」(https://mammy.hpa.gov.tw/)，依照不同孕期階段或寶寶的年齡層，查詢相關衛教資訊與育兒資源；同時也可以透過

孕產兒關懷LINE官方帳號(@mammy870870)及Facebook「孕產兒關懷粉絲團」，獲取簡明易懂的圖文資訊與最新消息。此外，民眾還可以在LINE上訂閱媽媽/寶寶週報，即可依照懷孕週數或寶寶年齡，定期接收各階段所需的專屬資訊與照護提醒。

健康署表示，為支持孕產婦及其家人在備孕、懷孕、生產及育兒各階段獲得即時支持與專業協助，持續透過多元且便利的服務管道，提供諮詢與資源連結服務，讓每一個家庭都能安心迎接新生命。MOHW