

TURKISKA

Biberon ile beslemek

Çocuğu beslemek

Besleme anı, çocuğunuzla zaman geçirmek, hem yakınlığını hissetmek hem de çocuğunuza yakınlık hissettirmek için mükemmel bir fırsattır. Çocuk yakınlığa büyük ihtiyaç duyar.

Mama verirken çocuğu kucakta tutarak ve göz teması sağlayarak mümkün olduğu kadar emzirme anı taklit edilmelidir. Çocuğu beslerken teni tenine temas edecek şekilde tutarak, hem besleyen hem de çocuk fiziksel ve duygusal yakınlık yaşar.

Ortak bağın kurulması için en iyi şartları sağlamak amacıyla, ilk aylarda mamayı anne ve babanın dışında sadece istisnai anlarda bir başkası vermelidir.

Çocuk vücut temasıyla kendisini çok iyi hisseder ve kucaktayken sıcaklık, güven ve huzuru duyumsar. Hem mamayı verenin hem de çocuğun beslenme anında rahat olmaları önem taşır.

Biberon maması

Formül sütler bütün marketlerde satılmaktadır. Farklı markalar bulunmaktadır ancak alınacak formül süt, bir haftalıktan itibaren olan ürün olmalıdır. Ayrıca karton kutularda içime hazır karışımlar da bulunmaktadır. Bu seçenek yolculuklarda iyi olabilir veya emniyet için evde bulundurulabilir.

Çocuk büyüdükçe ve farklı bir formül süte geçmesi gerektiğinde çocuk sağlığı hizmetlerinin tavsiyelerine başvurmak iyi olur.

Biberon ve emzikler marketlerden, eczanelerden ve çocuk arabası mağazalarından satın alınabilir. Birkaç taneye ihtiyaç duyulur. Biberonun emziğinin formül süt için küçük deliği olmalıdır. Biberonu kaldırıp indirirken sıvıyı yavaşça geçirmelidir.

Temiz eller ve biberon

Emzik, biberon ve kaynatma kabının temizliği çok önemlidir. Musluktan her zaman soğuk su doldurulmalıdır ve boruda bekleyen suyun akmasını biraz bekledikten sonra doldurulmalıdır.

Formül sütü hazırlamadan önce eller her zaman yıkanmalıdır!

Çocuk vücudunda bakteri florası olmadan doğar ve bağışıklık sistemi gelişmemiştir. Bu nedenle her beslenmeden sonra biberon ve emziğinin soğuk suyla iyice çalkalanması önemlidir. Bu işlem süt proteinlerini çözmektedir.

Biberon günde bir defa bulaşık makinasında veya elde yıkanmalıdır. Eğer elde yıkıyorsa, hem biberon hem de emziği günde bir defa beş dakika kaynatılmalıdır. Yıkanmamış bir biberonda bakteriler üreyebilir.

Hazırlama

Formül süt her zaman paketindeki talimatlara göre hazırlanmalıdır. Dozun hatalı olması halinde beslenme eksikliği, kabızlık veya en kötü halde böbreklerin aşırı yüklenmesi riski söz konusudur. Formül sütün kalanı olursa atılmalıdır.

Şöyle yapınız:

Suyu kaynatınız ve soğumasını bekleyiniz. Tarif edilen miktardaki tozu biberona dökünüz ve üzerine kaynamış suyu ekleyin. Vidalı emzik bölümünü kapatıp sıkınız ve toz çözülene kadar biberonu çalkalayınız. Doğru sıcaklığa kadar soğumasını bekleyiniz. Sıcaklığı biberondaki sütü el bileğinizin iç tarafına damlatarak kontrol edebilirsiniz.

Formül süt mikrodalga fırınlarda da ısıtılabilir.

Çocuk ne zaman ve ne kadar beslenmelidir?

Ne zaman ve ne kadar yiyeceğine çocuğun karar vermesine izin verin. Aynı sizin bazı günler daha iştahlı olduğunuz gibi, çocuk da bazı günler daha aç olacaktır. Bebek aç olduğunda ellerini ve vücudunu hareket ettirir, başını yana çevirir ve mama aranır.

Formül sütün paketinde, hangi yaştaki çocuğun ne kadar yiyebileceği hakkında temel bilgiler bulunur ve bu bilgiler aynen tatbik edilmelidir. Her çocuk farklıdır. Çocuk çok yemek istemiyorsa ama gene de sağlıklıysa, kilosu artıyorsa ve idrarını normal yapıyorsa, aldığı gıda miktarı yeterlidir.

Bunun tam tersi de geçerlidir, eğer istiyorsa çocuğu gıdasız bırakmayın. Biberonla beslenen çocukların günde beş ile sekiz defa beslenmesi olağandır. Ancak eğer çocuk öyle istiyorsa, daha küçük öğünler daha fazla seferde de verilebilir.

Seyahat halinde beslenme

En iyi kalite açısından, formül süt çocuğa verilmeden hemen önce hazırlanmalıdır. Önceden birkaç biberon da hazırlanabilir. Kaynatılmış ve buzdolabı soğukluğundaki su, kaynatılmış biberonun içinde toz ile karıştırılır. Biberonlar ağız kapalı olarak buzdolabında altı ile sekiz saat arası saklanabilir. Beslenme zamanı biberon mikrodalga fırında ısıtılarak doğru sıcaklığa getirilir. Biberonu çalkalayınız ve besleme sıcaklığını kontrol ediniz.

Hazır karıştırılmış formül süt termosta saklanmayacaktır. Eğer sıcaklık 37 derece civarında tutulursa, bakterilerin üreme riski artar. Buna karşılık kaynamış su termosta saklanabilir ve beslenmenin hemen öncesinde karıştırmak için uygun miktar kuru toz biberonda hazır tutulabilir.

Aklınızda bulundurun

- eğer kendi başına içebilecek kadar büyükse, çocuğu asla biberonla yalnız bırakmayın.
- çoğu çocuğun beslenme anında biberonun karşıladığından daha fazla emme ihtiyacı vardır. Rahatlatmak için bir emzik bulundurun.
- biberonla beslenen bir çocuk normalde günde bir defa kaka yapar.
- sorularınız varsa her zaman bebek sağlığı kliniği hemşirelerine baş vurabilirsiniz.