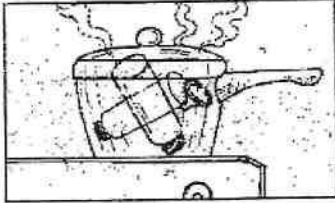


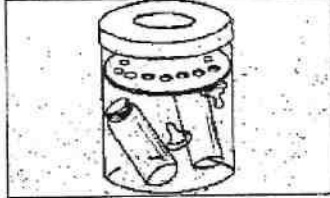
Vaiko maitinimo įrangos sterilizavimas

Labai svarbu, kad vaiko maitinimo indai ir reikmenys (buteliukai, žindukai, pieno siurbimo priemonės ir pan.) visada būtų švarūs - nesvarbu, ar maitinate vaiką krūtimi, ar mišinėliais. Taip išvengsite infekcijos rizikos ir kitų nemalonių vaiko negalavimų (vidurių užkietėjimo, vėmimo). Taigi, Jums reikės sterilizuoti įrangą kiekvieną kartą, kai ją gerai išplausite. Šią procedūrą reikės daryti tol, kol Jūsų vaikui sukaks vieneri metai.

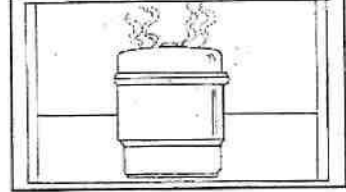
Yra įvairių būdų įrangai sterilizuoti. Galite tam naudoti:



troškintuvą

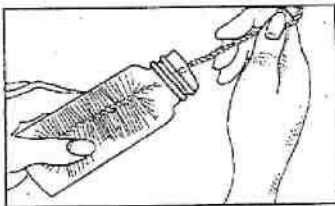


cheminį sterilizatorių (netinka metaliniams daiktams)

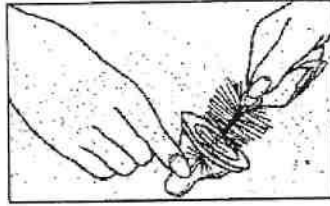


garini sterilizatorių

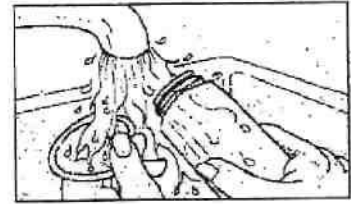
Taip pat galite naudoti specialų sterilizatorių, kuris pritaikytas sterilizavimui mikrobangų krosnelėje, tačiau atminkite, kad jis netinka metaliniams daiktams ir iš tam tikros rūšies plastiko pagamintiems daiktams sterilizuoti.



1 Gerai išplaukite buteliukus ir kitus reikmenis karštu muiluotu vandeniu naudodami butelių plovimo šepetį. Gerai išvalykite buteliuko vidų ir išorę nuo riebalų apnašų. Ypač gerai išvalykite kaklelį.

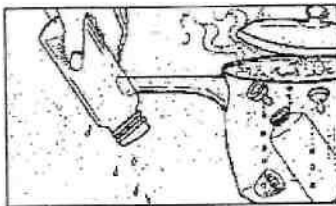


2 Nedideliu šepetėliu išvalykite žinduko vidų ir išorę ir gerai praplaukite karštu muilinu vandeniu. Jei naudojate druską lateksiniams žindukams valyti, gerai nuplaukite druskos likučius.



3 Gerai išskalaukite visas išvalytas priemones ir reikmenis prieš sterilizuojant.

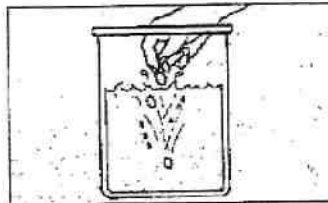
Reguliariai patikrinkite buteliukus ir žindukus ar jie nesusidėvėję. Jei nesate tikra, ar buteliukas/žindukas geras, rekomenduojame išmesti.



4A Sterilizavimas virinant – sudėkite buteliukus ir reikmenis į didelį puodą su vandeniu. Patikrinkite ar buteliukuose ir žindukuose nėra likę oro. Uždenkite puodą dangčiu ir užvirinkite vandenį. Virinkite ne mažiau 10 minučių. Stebėkite, kad puode būtų pakankamai vandens.

Puodą laikykite uždengtą tol, kol reikės buteliukų ar reikmenų.

4B Sterilizavimas garais arba mikrobangų krosnelėje – skaitykite gamintojo instrukcijas.

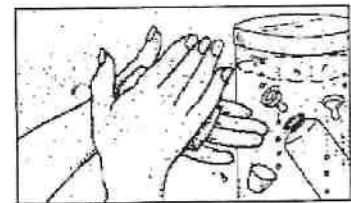


4C Sterilizavimas chemikalais:

Pagal gamintojo instrukcijas iš tablečių ar skysčio pagaminkite tirpalą. Į tirpalą sudėkite buteliukus ir kitus reikmenis. Patikrinkite ar buteliukuose ir žindukuose nėra likę oro. Jūsų sterilizavimo indo komplekte turi būti specialus dangtis tam, kad sterilizuojami daiktai būtų panirę po vandeniu. Jei dangčio nėra – naudokite lėkštę ar panašų daiktą. Palaikykite sterilizuojamus daiktus tirpale bent 30 minučių.

Jei norite sterilizuotus daiktus prieš naudojimą nuplauti, plaukite atšalusiu virintu vandeniu.

Pagamintą sterilizavimo tirpalą galima naudoti tik 24 valandas.



5 Prieš išimdami sterilizuotus daiktus iš sterilizatoriaus – visada nusiplaukite rankas. Imkite atsargiai, nes kai kurie daiktai gali būti karšti.

Parengta pagal „UNICEF UK Baby Friendly“ iniciatyvą. Dėkojame Oxford Radcliffe Hospital NHS Trust ligoninės Moterų centrui.

Maitinimas krūtimi yra vienas sveikiausių būdų kūdikiui maitinti, be to, tai Jums nieko nekainuoja. Jei nuspręstumėte vartoti pieno miltelius, atminkite, kad tokiu atveju reikia labai atidžiai stebėti savo kūdikio sveikatą ir griežtai laikytis visų instrukcijų. Atminkite ir tai, kad gali būti sudėtinga pradėti maitinti krūtimi jei tai daryti nuspręsite vėliau ir atvirkščiai - sustabdyti maitinimą krūtimi taip pat gali būti sudėtinga. Jei vaiką maitinsite dalinai iš buteliuko, tai gali sumažinti motinos pieno susidarymo kiekį. Krūtimi maitinantioms nereikia valgyti kokio nors ypatingo maisto, tačiau rekomenduojama laikytis sveikos mitybos principų. („Infant formula“ ir susiję reglamentai, 1995)