

Das Babyfläschchen zubereiten

Wie vorgehen?

Waschen Sie sich die Hände und bereiten Sie Ihr Material vor:

- Am besten Leitungswasser oder Mineralwasser ohne Kohlensäure, das für Babyflaschen empfohlen wird. Bewahren Sie eine offene Mineralwasserflasche nicht länger als einen Tag auf.
- Packung Milchpulver mit dem dazugehörigen Messlöffel (nehmen Sie nicht den Messlöffel einer anderen Milchmarke).
- Sehr saubere Flasche, Sauger, Spannring und Schutzdeckel

Füllen Sie die Flasche bis zur gewünschten Einteilung mit kaltem Leitungswasser. Erhitzen Sie es dann, bis es die Trinktemperatur (37 °C) erreicht hat (im Flaschenwärmer, im Topf). Nehmen Sie lieber Leitungswasser als Mineralwasser. Geben Sie die erforderliche Anzahl an **gestrichenen Messlöffeln** Milch hinzu.

Beachten Sie die Anleitung auf der Packung.



Verschliessen Sie die Flasche und **vermischen** Sie den Inhalt, indem Sie die Flasche zwischen Ihren Händen hin und her rollen, bis das Milchpulver vollständig aufgelöst ist, ohne die Flasche zu schütteln.

Überprüfen Sie die Temperatur der Milch, indem Sie ein paar Tropfen auf die Innenseite Ihres Handgelenks tropfen lassen. Das Gefühl sollte angenehm sein, weder heiss noch kalt.

Vermeiden Sie es, die Milch in der Mikrowelle zu erhitzen, da das Risiko von Verbrennungen steigt. Wenn Sie es dennoch tun möchten:

- Nehmen Sie den Sauger ab
- Mischen Sie gut
- Kontrollieren Sie unbedingt die Temperatur der Milch, bevor Sie sie Ihrem Kind geben, um das Risiko von Verbrennungen zu vermeiden.

Milch, die auf bis zu 60 °C erhitzt wurde, behält ihren vollen Nährwert. Um die Ration Ihres Babys zu erhöhen, warten Sie, bis es sein Fläschchen ausgetrunken hat und/oder systematisch nach mehr verlangt.



Die richtige Verwendung des Milchpulvers ist sehr wichtig für die Gesundheit Ihres Babys

- Zu wenig Wasser: Das Pulver löst sich nur schwer auf, die Zubereitung wird zu dickflüssig, schwer zu schlucken und zu verdauen
- Zu viel Wasser: Die Milch ist nicht nahrhaft genug
- Bevor Sie die Marke des Milchpulvers wechseln, sollten Sie mit Ihrem Kinderarzt, der Kinderkrankenschwester oder der Hebamme darüber sprechen



Wie reinigt man Babyflaschen?

- 1: Nehmen Sie alle Teile der Flasche auseinander: den Flaschenkörper, den Spannring, den Sauger, den Deckel
- 2: Reinigen Sie sie mit Spülmittel und achten Sie dabei besonders auf die Gewinde
- 3: Spülen Sie gut nach und lassen Sie die Teile trocknen



Wie gebe ich meinem Baby Medikamente?

- Geben Sie etwas Milch auf einen kleinen Löffel oder in den Sauger
- Geben Sie die Medikamente hinzu
- Mischen Sie gut
- Führen Sie den Löffel oder den Schnuller in den Mund Ihres Babys
- Lassen Sie die Milch und die Medikamente in seinen Mund fließen

Wichtig

- Es ist besser, die Medikamente vor dem Fläschchen zu geben
- Bereiten Sie das Fläschchen nicht schon im Vorhinein vor, sondern erst, wenn Ihr Kind den Bedarf hat
- Überprüfen Sie die Temperatur der Milch bei jedem Fläschchen
- Wärmen Sie eine bereits erwärmte Flasche nicht ein zweites Mal auf, werfen Sie unfertige Flaschen weg!
- Um jegliche Ansteckung zu vermeiden, sollten Sie Sauger und Schnuller nicht in Ihren Mund nehmen, bevor Sie sie Ihrem Kind geben
- Vermeiden Sie das Erhitzen von Plastikbehältern



Programme cantonal de promotion de la santé et de prévention primaire enfants (0-4 ans) - parents



Section VD Ne Ju
Fédération Suisse de Sages-femmes

