

Flaskemating

Tips og råd angående flaskemating

Det er ganske mye jobb forbundet med å mate babyer med flaske, og av den grunn er det gunstig å gjøre det så enkelt og effektivt som mulig for seg selv. Selv synes jeg det var godt å plukke opp noen råd på veien når det gjaldt å spare tid og arbeidsmengde, og jeg håper disse rådene kan være til hjelp for flere.

Det finnes mange ulike typer flasker. Vær obs på at noen av disse har ulike størrelser på suttene avhengig av barnets alder. Det kan også være lurt å sjekke at flaskene du velger har tydelige merker der ml-målene vises, slik at du vet at målene blir nøyaktige. Det er veldig viktig at mengden vann og mme-pulver stemmer overens, hvis ikke kan det forårsake magevondt eller gi barnet for lite næring. Sørg også for at du ser at alt pulveret har løst seg opp i flasken.

Det finnes flere ulike merker med morsmelkerstatning (mme) på markedet. De mest vanlige er NAN og Collet som du får kjøpt i vanlige daglivarebutikker og Hipp som du får kjøpt i coop-butikkene. Dessuten har de et par varianter på apoteket, som er egnet for barn som ikke tåler vanlig mme. Spør på helsestasjonen hvis du mistenker at barnet ditt får vondt i magen av flaskematen.

Det lønner seg å vaske, koke og gjøre i stand flaskene en gang om dagen. Dette er det absolutt mest tidsbesparende. Dette innebærer at det lønner seg å kjøpe en del flasker.

Hvis du blander i melkepulveret med en gang må det oppbevares i kjøleskapet, hvis ikke blir melken sur! Ikke sett melken i kjøleskapet før den har blitt romtemperert.

Du kan blande melken direkte i flaskene, eller du kan blande større mengder tilsvarende et dagsforbruk i en mugge, og så helle det over på flasken når det er tid for mat.

Koking

Hvis du spør om man skal koke vannet før man blander inn mme-pulveret, vil du få ulike svar. Her i huset har vi valgt å koke alt vannet før hun har fått det. Vi har da kookt det på vannkokeren, fordi vår er egnet til det. Kikk oppi vannkokeren din: Hvis du ser varmeelementet der vannet skal være så er det ikke bra å bruke den. Da kan du koke vannet i en kjele i stedet.

Micro

Hvis innholdet i flasken er kaldt, så kan du varme det i mikroovn. Mme tar ikke skade av det, men det gjør morsmelk. Bruker du mikro er det viktig at du rister flasken ekstra godt etterpå, for mikroovnen varmer innholdet ujevnt, slik at du risikerer at deler av melken er kokvarm, mens andre deler er kalde. Du kan også bare sette flasken i et vannbad eller gjøre som vi har gjort: Sett flasken under rennende, varmt vann en stund.

Temperatur

Sjekk alltid temperaturen på flaskeinnholdet før du gir barnet ditt mat: hell noen dråper på håndleddet, maten skal være kroppstemperert.

Gjenoppvarming

Når barnet ditt er mett, hender det at det fremdeles er melk igjen på flasken. Dette kan ikke varmes opp igjen og brukes på nytt, da florerer bakteriene i maten og barnet kan bli sykt. Men en liten ”spisepause” hender det jo at barnet tar seg, vi har gjort det sånn at hvis melken ikke har blitt kald igjen har vi gitt henne av samme flasken, men hvis vi måtte varme innholdet på nytt har vi heller tatt en ny flaske.

Rengjøring av flasker

Det finnes utrolig mye forskjellige hjelpemidler på markedet, men vi har valgt å gå for de enkleste løsningene: Vi vasker flaskene i oppvaskkummen under rennende vann. Unngå oppvaskmiddel med antibakteriell! Vi bruker som regel bare vann, og Neutral oppvaskmiddel innimellom, men da skyller vi veldig godt etterpå. Avent har en ganske dyr flaskebørste, men den er veldig god. Tuppen er laget slik at du får vasket godt inni suttene. Vask både flaskene, suttene og ringene!

Vi koker flasker i en kjele på komfyren, og vi bruker denne kjelen bare til det formålet. Plukk alle delene i

flasken fra hverandre og kok dem i noen minutter, løft dem opp av vannet med en ren gaffel og sett flaskene på hodet på et kjøkkenhåndkle og la de tørke.

Ut på tur

Når du skal ut på tur, gjelder det å være godt forberedt når du går ut av døra.

Dette fungerer kjempebra her hos oss: Vi koker opp vann og heller i flaskene, og så måler vi opp mme-pulver som vi har oppi små plastbokser. Vi har kjøpt urinprøveglass på apoteket, de er helt sterile. Ellers har de også noen små bokser fra Tupperware som er fine til sånt.

Skaff deg en god veske som du kan ha med deg til maten. Ta med nok kluter.

Kos

Selv om du ikke ammer, kan du lage en nær og god matesituasjon. Sørg for å ha kluter og flaske tilgjengelig før du setter deg ned, og finn deg et sted der du sitter godt og kan få litt fred sammen med barnet. Legg barnet tett inntil deg og finn roen!
Artikkel skrevet av Hakkebakke

copyright babyprat.com