

Rengöring

- Skölj flaska och napp med kallt vatten
- Handdiska med diskmedel och varmt vatten
- Skölj noga.
- Koka gärna napp och flaska 1gång per dygn i cirka 4-5 minuter.

OBS! Diskmaskinsdiskning rekommenderas inte på grund av att diskmedlet lätt orsakar sprickor eller skador på flaskorna.

Omgivningens stöd

Att mata med nappflaska ger möjlighet för släkt och vänner att erbjuda sig som matningshjälp. Att få mata ett litet barn är en glädje för många. För dig och ditt barn är det en glädje som bör vara er väl förunnat. Omgivningen är er mer behjälplig om de tar del av andra sysslor såsom att blanda ersättning, diska flaskor osv. Just under de nära stunder som matningen är utvecklar du ett nära och unikt samspel med ditt barn som är viktigt för dess känslomässiga utveckling.

Lycka till!

*Kvinnokliniken
Danderyds sjukhus*



DANDERYDS SJUKHUS
Kvalitet och omtanke

Danderyds Sjukhus AB
182 88 Stockholm

Telefon 08-123 550 00
Hemsida: www.ds.se



DANDERYDS SJUKHUS ÄR
EN DEL AV STOCKHOLMS
LÄNS LANDSTING

Sammanställt av Kerstin Lindahl, specialistbarnmorska i amning, samt amningsombuden på neonatalavdelningen och kvinnokliniken Danderyds sjukhus. 2007-10-01



Information till dig som matar ditt barn med nappflaska



DANDERYDS SJUKHUS
Kvalitet och omtanke

Denna information är tänkt att ge dig som förälder goda tips kring flaskmatning. Matningsstunden som är en unik möjlighet till samspel, närhet och hudkontakt är viktig för både dig och barnet.

Hur vet man att barnet är hungrigt?

Det är viktigt att du anpassar matningen till barnets hunger. Små nyfödda barn visar ofta tydliga hungersignaler; genom att vrida huvudet från sida till sida, söka efter något att suga på, föra händerna mot munnen och så småningom börja låta missnöjd eller skrika. Barnets hunger kan skilja sig olika dagar och olika tider på dygnet, så försök följa barnets signaler till dig. Barnet upplever mättnad liksom hunger och ett mätt barn somnar med nappen i munnen, slutar suga eller spottar ut nappen.

Att suga ger ro för barnet liksom att det stimulerar matsmältningen. Ibland går måltiden med flaska lite för snabbt för barnet och barnet hinner inte varva ner och komma till ro efter maten. Då kan det vara bra med en extra stund av närhet i famnen, eller ibland kan en napp efter maten vara till hjälp. Prova dig fram.

Hur ofta och mycket mat ska barnet ha?

Barnets ålder, vikt och aptit spelar roll för hur ofta och hur stora mängder mat du ska ge. Ett nyfött barn har en liten magsäck som inte rymmer några större mängder mat. En ungefärlig skattning är:

- Cirka 10-15 ml/gång 8 gånger under första dygnet
- Cirka 20-25 ml/gång 8 gånger under andra dygnet

Därefter ökning med 10 ml per dygn fram till cirka dygn 7. Från 1-4 veckors ålder varierar mängden mellan cirka 70-150 ml per måltid.

BVC kan också ge dig rekommendationer på matmängder och en reflektion över ditt barns viktutveckling.

Bröstmjölk ersättning finns att köpa i vanliga livsmedelsbutiker i ett par olika sorter. Tänk på att köpa en produkt som är anpassad till ditt barns ålder. Läs anvisningarna på förpackningen, där finns det information om mängder, tillredning och hållbarhet. Det är viktigt att du använder rätt mängd pulver vid tillredning.

Vid allergier i familjen kan BVC ge rekommendationer om lämpligt produktval.

Får barnet urpumpad bröstmjolk är det viktigt att förvara mjölken i kylskåp mellan pumpning och matning, såvida matningen inte sker i nära anslutning till pumpningen. Mjölken som ges till barnet bör vara mellan rums- och kroppstemperatur.

Vad är viktigt att tänka på när du matar?

Matningen är ett tillfälle för samspel så gör det till en bekväm stund för dig och barnet. Sätt dig till exempel i en skön fåtölj och ha allt annat du kan behöva inom räckhåll.

- Håll barnet nära och halvsittande i famnen
- Lämna aldrig barnet ensamt med nappflaskan
- Håll barnet så att ni kan ha ögonkontakt
- Låt matningen bli din och din partners uppgift. Det är en stund av närhet som underlättar anknytningen till barnet.
- Låt gärna barnet komma nära din hud så det får känna lukten av dig
- Håll flaskan stilla och truga inte
- Skapa lugn och ro vid matning

Val av och rengöring av flaskor och nappar.

När du ska ge barnet bröstmjölk ersättning/urpumpad bröstmjolk i nappflaska, uppmärksamma att nappen till flaskan endast ska ha ett litet hål så att matstunden går i lagom takt. Nappens och flaskans modell i övrigt handlar mest om tycke och smak.