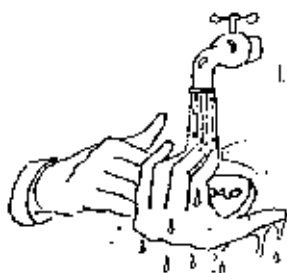


Cách pha sữa cho con bú

Preparation of Formula Feeds

Có hai cách pha sữa cho con bú. Các chị có thể pha riêng rẽ từng bình sữa mỗi khi cần, hoặc đổ sữa vào nhiều bình pha đủ dùng trong 24 tiếng đồng hồ.



1. Luôn luôn rửa tay cho sạch trước khi chuẩn bị thức ăn cho con.



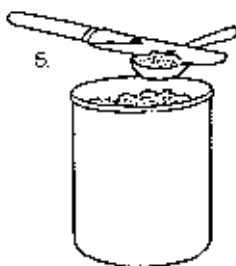
2. Bảo đảm bình đựng sữa và núm vú được rửa thật sạch.



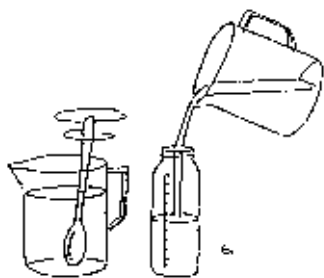
3. Đun nước cho sôi khoảng 30 giây, hoặc chờ cho đến khi ấm đun nước tự động tắt, để cho nước nguội bớt rồi mới đem dùng.



4. Khi nước còn ấm, đổ lượng nước chính xác vào bình sữa hoặc một bình đựng nước lớn.



5. Đổ đúng số muỗng sữa vào bình. Đầu tiên dùng một muỗng lường được cung cấp sẵn với hộp sữa, mức sữa thật đầy, rồi dùng sọng dao gạt cho bằng. Đổ lượng sữa đã lường vào bình sữa hay bình đựng nước lớn.



6. Pha sữa đủ dùng trong 24 tiếng đồng hồ - Quấy sữa cho đến khi tan hoàn toàn. Chuyển sữa vào số bình cần thiết. Đậy nắp lại và cất vào tủ lạnh. Sau 24 giờ, đồ lượng sữa đã pha mà không dùng tới đi, và pha một đợt mới.

Hoặc



Pha riêng rẽ từng bình - Đậy nắp bình sữa lại và lắc cho đến khi nào sữa hoàn toàn tan.

Sữa đã pha nếu không dùng ngay, nên cất vào tủ lạnh.

Lời dặn quan trọng:

- Nếu đi đâu, các chị nên đem theo một bình nước đã đun sôi chứa đúng lượng nước cần cho con bú và một hộp đựng sữa bột chứa chính xác số muỗng sữa cần thiết. Khi cần cho con bú, các chị có thể pha sữa tại chỗ
- Sau một tiếng đồng hồ, nên đồ sữa đã pha đang dùng dở đi.
- Kiểm soát ngày hết hạn in trên hộp đựng sữa. Nếu sữa đã hết hạn, nên vất đi. Hộp sữa đã mở ra dùng sau một tháng nên vất đi.
- Sữa đã pha rồi muốn làm ấm lại, không nên nấu quá 10 phút