

הנחיות לשאיבת חלב אם, אחסונו והפשרתו בבית

שאיבת חלב אם

- רחצי ידייך היטב במים ובסבון בתחילתו של התהליך.
- חטאי את המשאבה ואת כלי האחסון על ידי פירוק ורחיצה עם מים וסבון, ושימוש במדיח כלים או באמצעות מים רותחים.
- הקפדי לשטוף היטב את כל חלקי המשאבה שבאים במגע עם החלב או עם השד – לאחר כל שאיבה.
- בתום השאיבה – יש לרוקן את החלב לתוך בקבוקים נקיים שהושרו בכלי עם מים רותחים ל-5-2 דקות בלבד, לפי כמות מדידה 100cc , cc50 , cc25 (בהתאם לכמות הנדרשת לתינוק), ולרשום באופן ברור: שם, תאריך, שעה וכמות של חלב.
- אחסון חלב אם - יש לאחסן את החלב מיד במקרר (ע"ג המדפים, ולא בתאי דלת), אפשר לשמור חלב שאוב במקרר למשך 24 שעות בתנאי טמפרטורה של 4-8°C לפגים, לתינוק בשל 72-48 שעות.
- ניתן לשמור חלב בהקפאה למשך תקופה של 3 חודשים בטמפרטורה -18°C (לא להניח על דלת המקפיא).
- ניתן לרכוש שקיות סטריליות בבית המרקחת ולהקפיא בהן את החלב לשימוש בבית.
- שאיבות בכמויות שונות ישמרו במקרר לחוד, ניתן לערבבם לפני מתן כאשר הם בטמפרטורה זהה.

הפשרה וחימום חלב אם

- אם את מתכננת להשתמש בחלב שהקפאת, הוציאי אותו מהמקפיא ערב קודם, והשאירי אותו במקרר להפשרה. אין לבצע הפשרה מהירה מהמקפיא, אלא באופן הדרגתי. חימום החלב באמצעות מים חמים (לא רותחים). יש להימנע מלהביא את החלב למצב של הרתחה.
- את הבקבוק יש להביא למחלקה במתקן מקורר – צידנית עם קרחון, במהירות האפשרית.
- אין להשאיר חלב מחוץ למקרר מעבר לשלוש שעות.
- אין להקפיא שנית חלב שהופשר.
- שארית החלב שנותרה מהארוחה הנוכחית יש לזרוק.

לידיעתך!

יש אפשרות להשאיל משאבות חלב מתאימות ב"יד שרה" במיוחד לפגים או לרכוש משאבה חשמלית אישית, בבתי מרקחת או בחנויות למוצרי תינוקות ולילודים.