

如何為托兒機構準備配方奶

在把寶寶送到托兒機構時，也需要帶一些配方奶。您一定要將寶寶正常的餵食時間告知保育人員。

每天帶給托兒機構一套清潔的奶瓶和奶嘴；在另外一個容器中準備好足夠的配方奶粉，按每次餵食量預先分別量好。所有的物品都要標明當天日期、嬰兒姓名以及配方奶粉需要加入的水量。

有些托兒機構可能希望您自備用水。這樣，您就要在每個奶瓶裡裝好適份量冷開水。並將每個奶瓶需要加入的適份量的配方奶粉分別放好，並且標明寶寶姓名和當天日期。

將在家中調配好的配方奶送到托兒機構，這種做法是不安全的，因為細菌會在事先調配好的配方奶中生長。



GET UP & GROW

HEALTHY EATING AND PHYSICAL ACTIVITY FOR EARLY CHILDHOOD

繁體中文 (Traditional Chinese)



嬰兒配方奶

Infant formula

詳細資料請見：

Raising Children Network
www.raisingchildren.net.au

www.health.gov.au

本出版物中的所有資訊截止2013年6月是正確的。

10149 June 2013



Australian Government
Department of Health and Ageing



如何調配嬰兒配方奶

在每次調配配方奶前，都要洗手，而且要有一個清潔的環境。將清水煮沸後，冷卻至室溫。按需要的水量倒入消毒過的奶瓶，然後用連同配方奶一起供應的小湯匙將準確份量的配方奶粉加進水中。

請按照配方奶包裝上的說明來調配，不要額外加入任何東西。要是在配方奶中添加嬰兒穀類食物或其它成份，就會干擾嬰兒的進食。

配方奶最好等到餵食前再臨時調配。不過，必要時可以將多餘的配方奶存放在冰箱內達24小時。但調配好的嬰兒配方奶，存放時間不要超過24小時。

為了避免寶寶燙傷，奶瓶一定要用水浴加溫，不能用微波爐。在餵奶之前，一定要檢查配方奶的溫度，方法是將幾滴奶滴在您的手腕內側，您應該感覺到奶是溫的，不是燙的。

「配方奶最好等到餵食前再臨時調配。」

如果無法採用母乳餵養，或者寶寶在十二個月以前斷奶，那麼嬰兒配方奶就是唯一的安全斷奶食物。

市面上有許多種嬰兒配方奶。應該選擇適合寶寶年齡的配方奶，並且一定要根據製造商的說明，在清潔的環境中用安全的方式調配。

如果不採用母乳餵養，那麼嬰兒配方奶應該作為唯一的食物，直到大約六個月大的時候開始吃固體食物為止。在開始吃固體食物的時候，應該繼續餵乳（母乳或配方奶），直到寶寶十二個月大為止。

如何餵奶

嬰兒吃奶時，必須有人照看。不要讓寶寶在無人照看的情況下用奶瓶吃奶；也絕對不要把奶瓶架起來，這樣讓寶寶吃奶會有噎食或發生耳部感染的危險。

寶寶吃完奶之後，將奶瓶裡剩餘的配方奶倒掉。保存或重新使用這些剩餘的配方奶是不安全的。

所有的奶瓶和奶嘴在使用後都應該用冷水沖洗，然後經過清洗消毒，纔能再次使用。

關於牛奶

在嬰兒十二個月大之前，牛奶不應該作為主要飲品。從嬰兒大約六個月大起，可以在其他食物中添加少量牛奶。兩歲以下的孩子不宜喝低脂牛奶。

奶瓶和奶嘴的消毒

奶瓶和奶嘴必須消毒，以殺滅有害的細菌。在溫肥皂水中清洗奶瓶和奶嘴，然後沖洗掉所有洗滌劑和泡沫。如果不知道選擇何種清洗方法，需要獲得更詳細的知識，可以向保健護士或托兒機構請教，然後務必按照指引仔細去做。