

Formula bayi untuk pusat kanak-kanak kecil

Ketika anda membawa bayi anda ke pusat kanak-kanak kecil, anda juga harus membawa sedikit formula. Pastikan anda menjelaskan rutin makan yang biasa untuk bayi anda kepada kakitangan atau pengasuh pusat kanak-kanak kecil.

Setiap hari, beri botol dan puting bersih kepada pusat kanak-kanak kecil, dan dalam bekas berasingan, tepung formula yang telah diukur cukup sebelumnya untuk setiap sajian. Label semua benda dengan tarikh, nama anak anda dan jumlah air yang harus dicampurkan dengan formula.

Beberapa pusat kanak-kanak kecil juga mungkin ingin agar anda memberi bekalan air juga. Jika demikian, isi setiap botol dengan jumlah yang betul air yang telah dimasak sebelumnya. Pastikan jumlah tepung formula yang betul yang diperlukan untuk setiap botol tetap berasingan, dan dilabel dengan nama anak anda dan tarikh.

Tidak selamat untuk menyiapkan formula bayi di rumah dan dibawa ke pusat kanak-kanak kecil, kerana bakteria boleh tumbuh dalam formula yang disiapkan sebelumnya.



GET UP & GROW

HEALTHY EATING AND PHYSICAL ACTIVITY FOR EARLY CHILDHOOD

Bahasa Malay (Malaysian)



Formula bayi

Infant formula

Untuk maklumat lanjut

Raising Children Network

www.raisingchildren.net.au

www.health.gov.au

Segala maklumat dalam terbitan ini adalah betul setakat bulan Jun 2013.

10149 June 2013



Australian Government
Department of Health and Ageing



Jika penyusuan tidak mungkin, atau telah berhenti sebelum bayi mencapai umur 12 bulan, formula bayi merupakan satu-satunya alternatif yang selamat untuk bayi.

Terdapat banyak jenis formula bayi yang tersedia di pasaran. Pilihlah formula yang sesuai menurut umur, dan selalu siapkan dengan selamat di persekitaran yang bersih, menurut arahan pengeluar.

Jika bayi tidak menyusu, formula bayi harus menjadi satu-satunya makanan yang dimakan sehingga makanan pejal mula diberi sekitar umur enam bulan. Pemberian susu (baik penyusuan mahupun formula) harus berterusan sambil makanan pejal mula diberi, dan sehingga umur 12 bulan.

Menyiapkan formula bayi

Cuci tangan anda sentiasa dan pastikan anda mempunyai ruang yang bersih untuk bekerja sebelum menyiapkan apa-apa formula. Masak air segar dan biarkan dingin sampai mencapai suhu bilik. Tuangkan jumlah air yang diperlukan ke dalam botol yang disterilkan, dan gunakan senduk yang disediakan untuk menambahkan jumlah tepung formula yang betul kepada air.

Ikut arahan yang disediakan pada formula, dan jangan tambahkan sebarang bahan tambahan. Menambahkan bijirin bayi atau bahan lain kepada formula boleh mengganggu pemberian makanan kepada bayi anda.

Disyorkan agar formula disiapkan sesaat sebelum bayi diberi makan – tetapi formula tambahan boleh disimpan di peti sejuk jika perlu sampai 24 jam. Jangan simpan formula bayi yang telah disiapkan selama lebih daripada 24 jam.

Untuk mengurangkan risiko bayi terluca bakar, sentiasa panaskan botol dalam air panas dan bukan dalam ketuhar gelombang mikro. Juga sentiasa periksa suhu formula sebelum memberi botol kepada bayi anda, dengan menitisikan pada bahagian dalam pergelangan tangan anda. Susu harus terasa hangat, bukan panas.

‘Disyorkan agar formula disiapkan sesaat sebelum bayi diberi makan...’

Memberi makan kepada bayi anda

Bayi harus diawasi ketika sedang makan. Jangan biarkan bayi sendiri dengan botol, dan jangan sekali-kali menopangkan botol untuk bayi anda. Menopangkan botol menimbulkan risiko bayi anda tercekik atau terkena jangkitan telinga.

Buang sebarang formula yang masih tinggal dalam botol setelah bayi anda selesai makan. Tidak selamat untuk disimpan atau digunakan semula.

Setelah digunakan, semua botol dan puting harus dijirus dengan air sejuk dan kemudian dicuci dan disterilkan sebelum digunakan lagi.

Maklumat tentang susu lembu

Susu lembu tidak sepatutnya diberikan sebagai minuman utama kepada bayi sebelum ia berumur 12 bulan. Ia boleh digunakan dalam jumlah yang kecil dalam makanan lain pada umur lebih kurang enam bulan. Susu rendah lemak tidak disyorkan untuk kanak-kanak di bawah umur dua tahun.

Mensterilkan botol dan puting

Penting untuk mensterilkan botol dan puting untuk membunuh sebarang bakteria yang berbahaya. Cuci botol dan puting dengan air hangat bersabun, dan cuci segala sabun atau buih. Mintalah maklumat lanjut daripada jururawat kesihatan atau pusat kanak-kanak kecil anda sekiranya anda kurang pasti tentang cara mana yang harus dipilih, dan sentiasa ikut arahan dengan teliti.