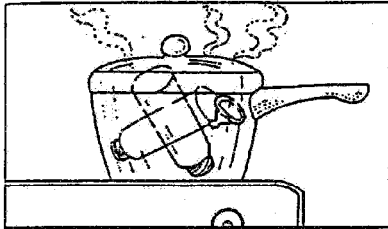
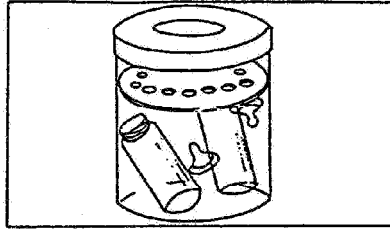


餵奶器具之消毒

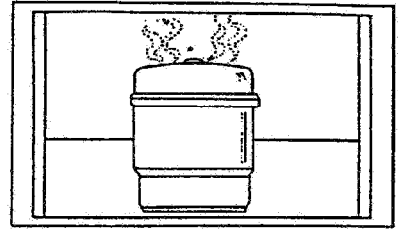
保持所有用以餵你嬰兒飲食的器具完全清潔是非常重要的，包括餵奶粉或餵母乳（好像瓶子、奶咀及抽母乳的泵）。這會助你保障嬰兒免受感染，尤其是腹部的病菌（腹瀉及嘔吐）。為此，你需要在徹底洗滌你的器具後把它們消毒。（你亦需要把所有其他會放進嬰兒口中的東西消毒，好像匙羹、杯子、奶咀或咬牙圈）。你要繼續這樣做直至你嬰兒滿一週歲為止。這裏有數種把器具消毒的方法。你可使用：



鍋

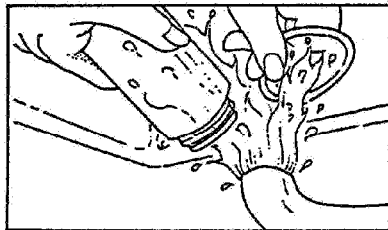


化學消毒器
（不適用於金屬物）

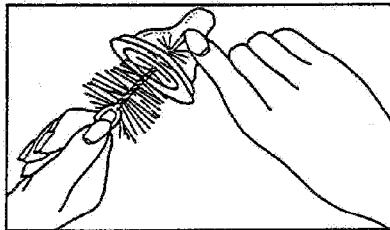


蒸汽消毒器

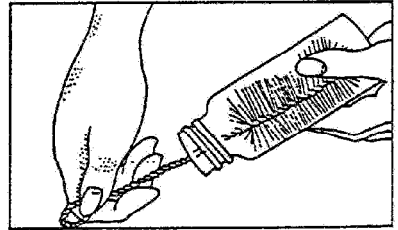
你亦可在微波爐內使用一特別的微波爐瓶子消毒器，但它不適用於金屬物或某些類型的塑膠。



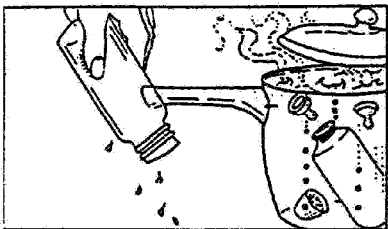
1) 用洗瓶擦在熱的肥皂水中徹底洗滌所有瓶子及其他器具。擦淨瓶子內外以去掉油膩的沉澱物。特別留意瓶邊。



2) 使用一細小的奶咀擦以清潔奶咀的內側；或把它裏面反出並在熱的肥皂水中洗滌；或如你想用鹽清潔奶咀內外，確保你把它完全洗淨。

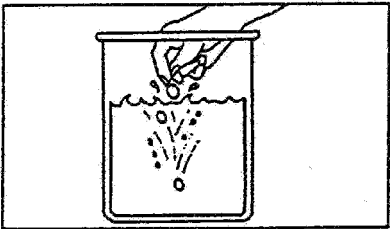


3) 在消毒前徹底沖洗所有已洗淨的器具。



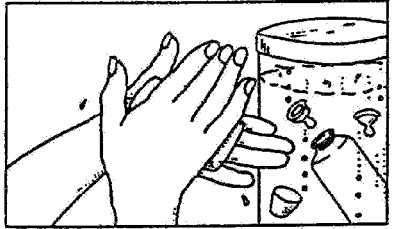
4) 用沸騰法消毒：
把器具放進一個盛滿水的大鍋中。確保瓶子及奶咀內沒有積存著空氣。用鍋蓋蓋好後煮沸。最少再煮 10 分鐘。確保該鍋不會燒乾。
繼續把鍋蓋著直至要使用這些器具為止。

定期檢查奶咀和奶瓶是否有變壞的跡象。時間久了，瓶子可能會變得渾濁或有裂縫，而奶咀則會有裂縫或鬆軟多孔——如有懷疑，就把它扔掉。



5) 用化學藥物消毒：
依照製造商的指示將藥片或藥水開成溶液。把器具浸入溶液內。確保奶瓶及奶咀內沒有積存著空氣。你消毒的容器內應有一吸盤使所有器具都留在水中，否則你可使用碟子。最少把它們留在溶液內 30 分鐘。

每 24 小時開一新的溶液。

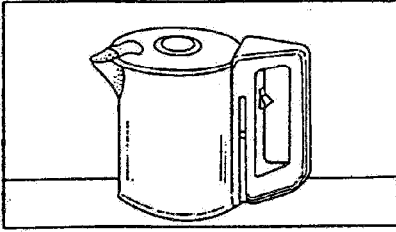


6) 按照製造商的指示，使用蒸汽或微波爐消毒。

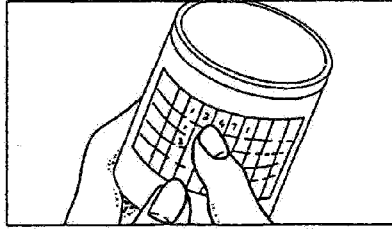
經常在從消毒器取出器具前洗手。

假如你使用化學消毒器後想把器具先沖洗一下才使用的話，使用已冷卻的沸水。勿用開水。

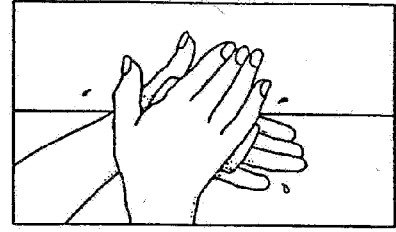
使用嬰兒奶粉來調一瓶奶。



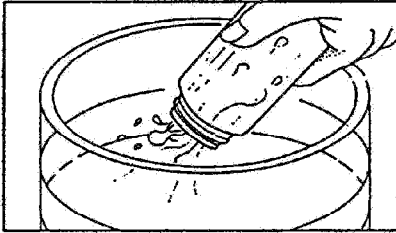
1) 在水壺或鍋中煮沸一些剛從水喉取來的開水，然後待它冷卻。勿使用樽裝的或人工軟化了的水。



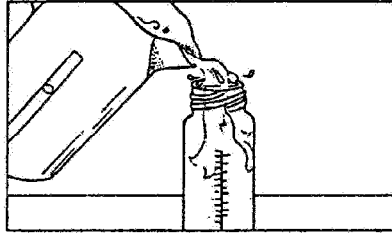
2) 閱讀罐或包裝上的說明，弄清所需的水和奶粉的份量。如你喜歡，可同時預備一整天所需的奶。它可存放在冰箱內 24 小時之久。



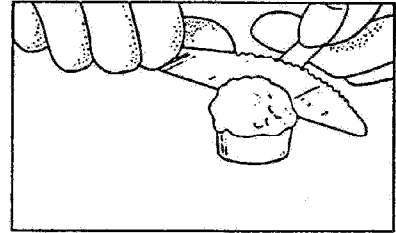
3) 擦乾淨你用來調奶的地方。用肥皂和水好好洗淨雙手。



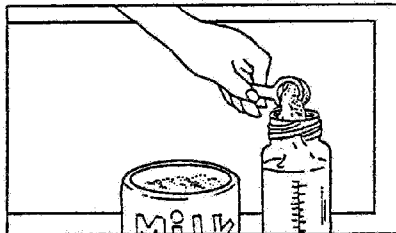
4) 打開消毒器的蓋並把它倒轉。取出奶咀、瓶蓋（如使用膠刀的話，亦把它取出），放在已倒轉的蓋上。如你想把它們沖洗一下，使用已冷卻的沸水而非開水。



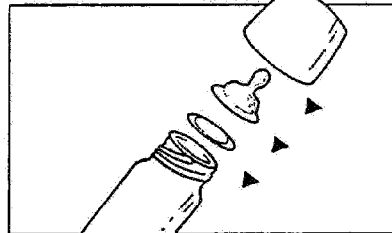
5) 拿出瓶子，如你喜歡的話，（使用已冷卻的沸水）沖洗，並放置在一清潔的平面上，然後倒進已冷卻的沸水至所需的刻度。



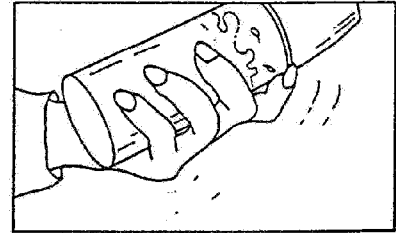
6) 用隨奶粉所附送的深口圓匙準確地量度奶粉的份量。用膠刀或隨奶粉或消毒器所附送的錘子把奶粉撥平。



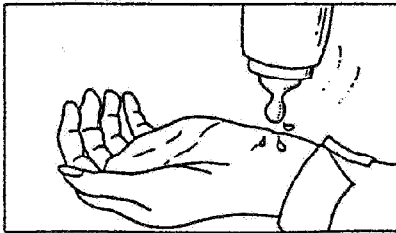
7) 把奶粉加進瓶內。英國現時所有嬰兒奶粉都是用一深口圓匙調 1 安士（30 毫升）水的比例。不要超出這份量，否則會令你的嬰兒害病。不要加任何其他東西進這奶內。



8) 把所提供的圖片放置於瓶頂，再放奶咀和瓶蓋。



9) 把瓶蓋擰緊後搖勻，直至奶粉全部溶解為止。如非即時使用，把瓶子存放在冰箱中最冷的地方（勿放在門內）。



10) 在餵嬰兒喝奶前，應把它烘暖。假如是由冰箱中取出來的話，則把它放在一盛著暖水的容器內，直至它暖透為止。不要用微波爐把奶（或嬰兒食物）弄熱。

11) 在餵嬰兒喝奶前，滴少許奶在你手腕內側來檢查它的溫度。

12) 餵奶後，應把所有未用完的奶丟掉，並按指示清潔瓶子。所有在冰箱內未用完的奶亦應在 24 小時後丟掉。

附加提示

在罐上或包裝上所建議每餐奶的份量只供參考。你可能要按嬰兒的胃口予以增減。假如你的奶粉沒有附送錘子的話，你可把已消毒的膠刀跟深口圓匙一起放在奶粉內。

附加提示

差不多所有嬰兒奶粉都是用由已加工的牛奶製成，以適合嬰兒飲用。在其罐上或包裝上的說明會告訴你由嬰兒出生開始所合用的奶。乳清基（初次用）的奶是較容易被年幼的嬰兒消化的。凝乳基（第二次用）的奶則要花較長的時間才可消化。

未諮詢醫護人員前，不要用豆基的奶。

嬰兒最少要滿一週歲方可飲用普通的牛奶。