

# biberonla besleme

**Anne sütü, bebekler için en iyi beslenme şeklidir.**

**Bebeğin gereksinim duyduğu tüm besinleri sağladığından, bebeğin yaşamının ilk 6 ayı (26 hafta) boyunca sadece emzirilmesi önerilir.**

**Altı ay, bebeklerin süttten kesilmesi için önerilen yaştır.**

**Bebeğinizi süttten keserken, emzirmeyi (ve/veya biberonla beslemeyi) ilk altı aydan sonra da sürdürün.**

**Bunu yapamıyorsanız ya da yapmamayı tercih ediyorsanız bu önerilere uyun, sağlık görevlinizden ya da doktorunuzdan tavsiye alın.**

Emzirme, bebeğinize verebileceğiniz en sağlıklı başlangıçtır. Emzirilen bir bebeğe sütlü mama verilmesi emzirmeyi zorlaştırabilir.

Emzirmeyi bırakırsanız, yeniden başlamak zor olabilir. Sağlıklı bir biçimde beslenerek kendinize bakın.

Bebeğinizi beslemek konusunda bilgi ve tavsiye almak için lütfen ebenize, sağlık görevlinize ya da pratisyen hekiminize danışın.



Bu broşürdeki bilgiler bebeğinizi  
biberonla güvenli bir biçimde  
beslemenize yardımcı olacaktır.

Temizleme ve sterilize etme talimatları, hem  
sağılmış anne sütü hem de sütlü bebek maması  
kullanmanız durumlarında geçerlidir.



**Bebeğinizi beslemek için kullandığınız tüm ekipmanın  
sterilize edilmesi gereklidir.**

**Besleme ekipmanını sterilize ederek, bebeğinizin hasta  
ve ishal olma olasılığını azaltırsınız.**

# nasıl sterilize edilir temizleyin ve durulayın

Biberonu ve emziği, bebeği doyurduktan sonra m¼mk¼n olan en kısa s¼rede temiz bir biberon fırçası kullanarak sıcak sabunlu suda temizleyin.

Sterilize etmeden önce tüm ekipmanı durulayın.



# soğuk suyla sterilize etme

¼reticinin talimatlarına uyun.

Sterilizasyon ç¼zeltisini her 24 saatte bir deđiřtirin.

Besleme ekipmanını en az 30 dakika sterilizasyon ç¼zeltisinde bırakın.

Sterilizasyon ç¼zeltisine koyarken biberonların ve emziklerin içinde hava kalmamasına dikkat edin.

T¼m ekipmanı y¼zer bir kapak kullanarak ç¼zeltinin altında tutun.



# buharla sterilize etme

¼reticinin talimatlarına uyun.

Biberonların ve emziklerin aēık taraflarının sterilizasyon aletinin içinde aşağıya doğru baktıklarından emin olun.

Hemen kullanılmayan tüm ekipman, kullanılmadan önce tekrar sterilize edilmelidir.



# mama hazırlama



Mama hazırlamadan önce, kullanacağınız yüzeyi temizleyin.



ELLERİNİZİ YIKAMANIZ gerçekten önem taşımaktadır.



Eğer soğuk su sterilizasyon cihazı kullanıyorsanız, biberon ve emzik içinde bulunan fazla çözeltiyi silkeleyin ya da biberonu su ısıtma cihazından alacağınız kaynatıldıktan sonra soğutulmuş su ile durulayın.



Biberonu temiz bir yüzeye koyun.

Emziği ve başlığı, sterilizasyon cihazının baş aşağı konulmuş kapağının üzerine koyun. Bunları çalışma yüzeyinin üzerine koymaktan kaçının.

## sütlü bebek maması hazırlarken

SU ISITMA CİHAZINI DOLDURMAK İÇİN TEMİZ  
MUSLUK SUYU KULLANIN. KAYNADIKTAN  
SONRA SUYU SOĞUMAYA BIRAKIN.  
BİBERONA DAİMA KAYNATILDIKTAN SONRA  
SOĞUTULMUŞ SUYU ÖNCE KOYUN.





SU SEVİYESİNİN DOĞRU OLDUĞUNU DAİMA KONTROL EDİN.  
ÜRETİCİNİN TALİMATLARINA UYUN.



Ölçü kaşığına süt tozu ile gevşek bir biçimde doldurun ve sıkıştırmadan düzleyin. 30 ml ya da 1 ons suya sadece bir kaşık toz kullanın.



**SÜT TOZUNU SUYA EKLEYİN.** Mamanın çok fazla tozla hazırlanması bebeğinizin kabız olmasına yol açabilir.



Emziği kenarından tutarak biberona geçirin. Tutma halkasını biberonun ağzına çevirerek sıkıştırın.

Emziği başlıkla kapatın. Toz çözüne dek biberonu çalkalayın.



Aynı anda birden fazla mama hazırlıyorsanız, ayrı biberonlar kullanın. Sürahi kullanmayın.



Hazırladığınız biberonları buzdolabının en soğuk (5°C) kısmında saklayın.

24 saatten daha fazla tutmayın.

# bebeğinizi beslemek



Bebeğinizin sütünü ısıtmak isterseniz biberonu sıcak suya koyun.

Sütünü mikro-dalga fırında ısıtmak tehlikelidir, çünkü süt fırından çıkarıldıktan sonra da ısınmaya devam eder.

Bileđinizin iç kısmına biraz damlatarak mamanın sıcaklığını kontrol edin.

Bebeğinizi beslerken emziđin sütünle dolu olmasına dikkat edin, aksi halde bebeđiniz hava yutar.

**İÇİLMEYEN SÜTÜ ATIN.**

