婴儿母乳或配方奶喂养的最佳做法

关系是优质护理的核心

利用喂养时间发展您与婴儿的关系。

健康与安全信息

在儿童看护计划中遵循安全的食品处理、准备和储存方法非常重要。

- 在处理奶瓶或喂养婴儿前务必洗手。
- 使用不含BPA标有#1、2、4或5号的塑料制品，或使用玻璃制品。

支持母乳喂养婴儿的技巧

- 与父母讨论婴儿的常规喂养 时间表。
- 询问母亲是否希望安排孩子当天最后一次喂养的时间，以便她到达时可以准备好进行母乳喂养。
- 如果妈妈希望在项目期间喂养婴儿，请创造一个安静、舒适、私密的场所：有洗手池供妈妈洗手，舒适的椅子，枕头，脚凳，以及给妈妈饮用的水杯。
- 准备额外的母乳储备是个好主意。将母乳保存在冰箱或冷冻室中以防变质。

储存母乳

- 在奶瓶上标明婴儿的姓名以及收集乳汁的日期和时间。
- 将乳汁储存在塑料奶瓶中。玻璃奶瓶可能会破碎。
- 每个奶瓶应只装一次喂养所需的量。
- 冷冻装有一两盎司母乳的小奶瓶作为额外的食物。
- 使用冷藏箱和冰袋将新鲜或冷冻的乳汁带到儿童保育项目中。

如何解冻冷冻母乳

- 在冰箱中解冻乳汁。不要在室温下解冻，因为细菌可能会繁殖（例如，在厨房台面上）。
- 将其放在凉爽（非冷）的流动水下。
- 冷冻的母乳可以在密封容器中在冰箱里保存长达3个月，但温度必须始终保持在 0° 或以下。
- 解冻后的乳汁在40°以下冷藏，并在24小时内使用。
- 始终先使用最早储存的乳汁
- 不要重新冷冻乳汁。

母乳在储存时出现分层是正常的，只需轻轻摇晃以重新混合

加热母乳和配方奶

您不必加热母乳或配方奶。它可以直接从冰箱中取出冷喂给婴儿。然而，如果家庭或孩子喜欢，您可能会希望加热乳汁。加热奶瓶时要非常小心。过热的乳汁可能会严重烫伤婴儿。

- 将奶瓶放在温热（绝不是热）的自来水下。
- 将奶瓶放在盛有温热自来水的锅中。
- 只加热一次喂养所需的母乳或配方奶量。
- 喂养前测试温度。
- 在儿童保育环境中，只能使用不使用 水或蒸汽加热的奶瓶加热器。
- 不要在炉子上或微波炉中加热母乳。炉子和微波炉可能会破坏母乳中保护婴儿健康的特殊物质。

婴儿配方奶

- 始终在容器上标明的”使用期限”或过期日期前使用婴儿配方奶。
- 不要冷冻配方奶，因为它可能会分离。
- 如果罐子紧密盖好，您可以将已开封的液体浓缩型或即食型配方奶在冰箱中保存长达24小时。
- 在奶瓶上标明婴儿的姓名和日期。

切勿支撑奶瓶或将奶瓶留在婴儿床中。

- 这会造成窒息风险。
- 支撑奶瓶会促进龋齿发生。
- 许可规定要求在喂奶瓶时抱着婴儿。

喂养婴儿后

- 配制好的配方奶要在24小时内使用。
- 如果乳汁、配方奶或食物在冰箱外放置超过两小时，请丢弃。
- 丢弃婴儿喂养后未喝完的任何配方奶或乳汁。即使将其放回冰箱，这些乳汁也已不再卫生。

微波炉、慢炖锅和使用水和/或蒸汽的奶瓶加热器

>> 别警告

微波炉不适合加热母乳或配方奶。它们可能会产生热点，烫伤孩子。

慢炖锅和使用水或蒸汽的奶瓶加热器含有热水，可能使儿童面临烫伤风险。长时间存放在温水中的配方奶或母乳为细菌生长提供了理想环境。

根据EEC许可政策，这些做法是被禁止的。

相关来源

- 国家儿童保健与安全教育资源中心，关爱我们的孩子第4版
- http://nrckids.org/CFOC/Database/4.3.19
- 婴儿营养与健康：WIC工作资源系统
- 国家儿童医疗中心 – 创伤和烧伤服务部门
- EEC相关规定 606 CMR 7.00
- EEC许可政策，奶瓶加热安全

在早期教育及看护环境中婴儿奶瓶喂养的最佳做法

MASSACHUSETTS
Department of
Early Education and Care