

Jinsi ya kutengeneza maziwa ya unga wa watoto

- Nunua maziwa ya unga ya watoto yaliyochanganywa na fer.
- Angalia na utumie kabla ya tarehe ya mwisho ya kutumiwa kwa maziwa.
- Mara tu kopo ya maziwa inaweza kuwa wazi, tumia ndani ya mwezi mmoja.
- Tumia tu kijiko ndogo ambayo iko ndani ya kopo.
- Osha cupa ya mutoto, tetine, na vifaa vyote kwenye maji moto, sabuni, suuza na chemsha chupa zote na tetine kwa **dakika 2**.

KUMBUKA: Maziwa ya unga sio tasa. Wasiliana na **daktari** wako ili uone ikiwa hii ndiyo chaguo bora kwa mtoto wako. Haipendekezi kwa watoto waliozaliwa mapema na / au watoto chini ya kilo 2.5 (paundi 5.5) wakati wa kuzaliwa na chini ya umri wa miezi 2 au watoto walioathirika na kinga.

Maji ya mchanganyiko wa maziwa ya unga:

*Chemsha maji safi kwa dakika 2, tengeneza chupa ya mutoto mara moja au mara tu baada ya kuchemsha. Maji katika 70°C au moto zaidi ni bora kwa kuchanganya na maziwa wa unga ili kuzuia bakteria kukua. Baada ya kuchanganya maziwa ya unga, poa kabla ya kumlisha mtoto.

Kutengeneza
chupa ya
2 oz (60 ml)



Ongeza maji ya 2 oz (60 ml) kwanza, kisha ongeza: kijiko 1 ya unga

Kutengeneza
chupa ya
4 oz (120 ml)



Ongeza maji ya 4 oz (120 ml) kwanza, kisha ongeza: bijiko 2 vya unga

Kutengeneza
chupa ya
6 oz (180 ml)



Ongeza maji ya 6 oz (180 ml) kwanza, kisha ongeza: bijiko 3 vya unga

Kutengeneza
chupa ya
8 oz (240 ml)



Ongeza maji 8 oz (240 ml) kwanza, kisha ongeza: bijiko 4 vya

- Funga tetine na mikono safi, cupa ya maziwa itingishe vizuri, poa chupa ya maziwa kwenye kopo la maji baridi. Angalia hali ya joto sio moto sana kwa mtoto. Shikilia na lisha mtoto.
- Tumia maziwa ya unga ndani ya saa moja. Tupa maziwa iliyobaki ambayo mutoto hajatumia.

Kidokezo: Unaweza kutengeneza chupa kama ilivyoelezwa, kuipoa, na kuiweka kwenye friji kwa matumizi ndani ya masaa 24.

