

ミルクの飲ませ方

【哺乳ビンの消毒】

家庭では哺乳ビンの消毒は生後1ヶ月から3ヶ月くらいまで行えば良いとされています。

① 大なべで10～15分間沸騰



【消毒の方法】

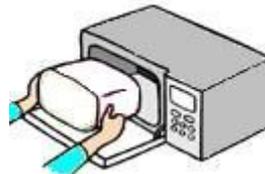
三つの方法があります。

- ① 煮沸（しゃぶつ）消毒法
- ② 消毒液による消毒法
- ③ 電子レンジを利用する方法

② 消毒液ミルトンに浸す。



③ レンジで5分チンする。



【ミルクの作り方】

準備するものは、・・・・

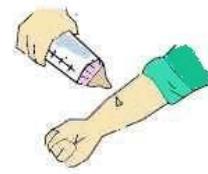
哺乳瓶、お湯、ミルク



- ① スプーンすり切り一杯で、20mlのミルクが作れます。缶の開き口でしっかりすり切ってください。
- ② 全体の量の3分の2の沸騰したお湯を哺乳瓶に入れる。
- ③ 粉ミルクを入れ、ゆっくり振ってとくす。
- ④ とけたら必要量のお湯を入れ、再び振る。
- ⑤ 乳首をセットする。この時、きつく閉め過ぎると空気が入らなくなり、赤ちゃんはミルクを飲めなくなります。

【ミルクの飲ませ方】

- ① 飲ませる前にミルクの温度を確かめる。腕の内側にミルクを1～2滴たらし、人肌の温度ならOKです。
- ② ミルクの出は哺乳ビンをさかさまにして、ポタポタ落ちるくらいが適当です。
- ③ 熱過ぎた時は、口の広い容器に水を入れ、哺乳ビンを入れて冷ます。水道水を出しながら冷ましてもかまいません。冷まし過ぎた時は、40～50℃のお湯につけて下さい。この場合、水をたして冷ましてはいけません。濃度が薄くなり、栄養量が不足することになります。
- ④ ヒジの内側に赤ちゃんの頭をのせ、上体を起こすような形で横向きに抱き、哺乳ビンは立てて、乳首の中でミルクが満たされるように飲ませ、気泡が出ていれば飲んでいる証拠です。
- ⑤ 飲み終わったら、ゲップをさせ「立ち抱き」して軽く背中をトントンたたか、下から上にさすり上げるようにする。



【飲み終わったら】

- ① 飲み終わったらそのままにせず、水道水で洗い流し、乳首や哺乳ビンの中をブラシでよくこすり、粉ミルクが付いていないか確かめる。
- ② 消毒をして所定の衛生的な場所に保管する。