

Кормление ребенка из бутылочки

Bottle Feeding Your Baby

You can feed your baby breast milk or infant formula from a bottle. While breast milk is the ideal food for babies, bottle feeding with formula will meet your baby's food needs. Your doctor will help decide which formula is right for your baby. Never give cow, goat, or plant-based milk to a baby during the first year.

Types of Formula

Always wash your hands with soap and water before making formula. Formula comes in three forms:

- **Ready to feed formula** needs no mixing.
 - Pour the formula into a clean bottle.
 - Use ready to feed formula if you are unsure about the quality of your water.
 - Once opened, use the formula within 48 hours (2 days).
 - This type of formula costs the most.
- **Liquid concentrate formula** needs to be mixed with equal parts water. Do not use water from a well.
 - Once mixed, use this formula within 48 hours (2 days).
 - This formula costs less than ready to feed.
- **Powdered formula** needs to be mixed with water. Do not use water from a well.
 - After it is mixed, use this formula within 24 hours (1 day).
 - This type of formula costs the least.

Кормить ребенка можно грудным молоком или смесью из бутылочки. Грудное молоко — идеальная еда для малыша, но смесь из бутылочки тоже можно использовать. Педиатр поможет выбрать смесь, которая подойдет вашему ребенку. В первый год жизни ребенка ни в коем случае не давайте ему коровье, козье или растительное молоко.

Типы молочных смесей

Прежде чем разводить смесь, вымойте руки с мылом. Смеси бывают трех видов:

- **Готовую смесь** не нужно ни с чем смешивать.
 - Перелейте смесь в чистую бутылочку.
 - Используйте готовую смесь, если вы не уверены в качестве воды.
 - После вскрытия упаковки смесь необходимо использовать в течение 48 ч (2 суток).
 - Это самый дорогой вид смеси.
- **Жидкую концентрированную смесь** необходимо смешать с таким же количеством воды. Не используйте воду из колодца.
 - Приготовленную смесь необходимо использовать в течение 48 ч (2 суток).
 - Этот вид смеси стоит дешевле готовой.
- **Сухую смесь** необходимо разбавить водой. Не используйте воду из колодца.
 - Приготовленную смесь необходимо использовать в течение 24 ч (1 суток).
 - Такая смесь стоит дешевле всего.

Water from your faucet is often clean enough to use unless it is supplied by a well or your house has old plumbing. Old plumbing may contain lead. Lead poisoning can cause brain damage in your baby. If you have old plumbing, have the water tested every year. You may need to use bottled water for your baby.

Feeding Your Baby

Ask your baby's doctor how many ounces and how often to feed your baby.

Your baby may not be hungry every time they cry. Watch your baby for feeding cues such as moving their hands to their mouth, movement of legs or arms, and making noises. Do not delay feeding when your baby has signs of being hungry even if you feel you have just fed your baby. Feed your baby and stop as needed for breaks. Let them eat until they show signs that they are full. Burp your baby 2 or 3 times during the feeding to get rid of any swallowed air.

Each baby's eating habits are different. As a general guide:

- During the first few days, most babies eat about 1 to 2 ounces at each feeding every 2 to 4 hours.
- By 2 weeks, most babies are eating 3 to 4 ounces at each feeding every 3 to 4 hours. In time, your baby will develop a pattern.
- Your baby may eat different amounts at times.

Preparing the Formula

- Wash your hands before touching the bottle or nipple.
- If you are using **liquid concentrate formula**, mix the formula with equal parts water.

Если у вас вода не из колодца и в вашем доме не старый водопровод, то, как правило, вода из крана безопасна. Старые водопроводные трубы могут содержать свинец, который может вызвать повреждение мозга ребенка. Если у вас старый трубопровод, необходимо раз в год проверять качество воды. В этом случае лучше использовать бутилированную воду.

Кормление малыша

Уточните у педиатра, как часто и в каком объеме нужно давать смесь.

Если ребенок плачет, это необязательно значит, что он голоден. Если он захочет есть, то будет подносить ручки ко рту, шевелить ручками и ножками и издавать звуки. Если ребенок голоден, не откладывайте кормление, даже если вы совсем недавно покормили его. Покормите малыша, при необходимости делая перерывы. Пусть он ест, пока не наестся. Во время кормления дайте ребенку 2–3 раза срыгнуть, чтобы из желудка вышел попавший туда воздух.

Каждый малыш ест по-своему. Как правило:

- В первые дни жизни большинство новорожденных едят 1–2 унции (30–60 мл) каждые 2–4 часа.
- Через 2 недели большинство малышей едят 3–4 унции (90–120 мл) каждые 3–4 часа. Со временем у ребенка выработается свой график.
- Иногда малыш может есть больше или меньше.

Подготовка смеси

- Прежде чем прикасаться к бутылочке или соске, вымойте руки.
- **Жидкую концентрированную смесь** необходимо смешать с таким же количеством воды.

- If you are using **powdered formula**, mix 2 ounces (60 mL) of water for each full scoop of formula. Stir the formula well until the spoon is clean. If you add too much or too little water to the formula, your baby may not get enough food. Do not add cereal, honey, corn syrup, or other ingredients to your baby's formula.
- Throw out unused mixed formula left in your baby's bottle. Start with a fresh bottle of formula at each feeding. Germs called bacteria can grow between feedings and make your baby sick.
- Если вы используете **сухую смесь**, на каждую полную ложку смеси необходимо добавить 2 унции (60 мл) воды. Тщательно перемешайте смесь, пока ложка не станет чистой. Если вы нальете в смесь слишком много или слишком мало воды, ваш малыш может не наестся. Добавлять хлопья, мед, кукурузный сироп и прочие ингредиенты в смесь запрещено.
- Оставшуюся в бутылочке после кормления смесь необходимо выбрасывать. Каждый раз смесь нужно наливать в чистую бутылочку. В бутылочке с остатками смеси могут завестись бактерии и вызвать отравление ребенка.

Bottle Nipples

Use a nipple for your baby's age. Make sure the nipple hole is small enough, so the formula drips out slowly.

Warming Bottles

Formula should be at room temperature. To warm formula, place the bottle in a pan or bowl of heated water. Mix the formula in the bottle and test the temperature by dropping a few drops of formula on the inside of your wrist.

Never warm bottles in the microwave or on the stove, as it destroys vitamins and does not heat the formula evenly. The bottle could explode or cause serious burns to your baby.

Talk to your baby's doctor if you have any questions.

Соски

Используйте соску, соответствующую возрасту ребенка. Дырочка должна быть не очень большой, чтобы смесь медленно капала.

Как подогревать бутылочку

Смесь должна быть комнатной температуры. Поставьте бутылочку в кастрюлю или миску с горячей водой. Перемешайте смесь в бутылочке и проверьте температуру, капнув несколько капель себе на внутреннюю часть запястья.

Никогда не подогревайте бутылочки в микроволновке или на плите:

так разрушаются витамины, а смесь прогревается неравномерно. Также бутылочка может взорваться и вызвать у ребенка серьезные ожоги.

Если у вас есть вопросы, обратитесь к педиатру.