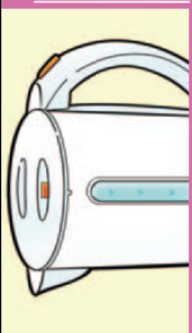
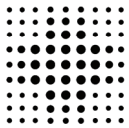


1		نظفي وصطري السطح الذي سوف تستخدمينه لإعداد زجاجة الرضاعة			
2		من الهام للغاية غسل اليدين: قبل اللبن بالماء، وتلك بالصابون لمدة 15 ثانية، ثم تُغسل جيدًا بالماء، وتجفف باستخدام قطعة قماش نظيفة وعلقي الصنوبر باستخدام المنشفة أو باستخدام المرفق			
3		املئي وعاء بمقدار 1 لتر من ماء الصنوبر البارد أو الماء منخفض المعادن واتركها لتغلي. اتركها تبرد وهي مغطاة بغطاء لمدة لا تزيد عن 30 دقيقة، حتى يصبح الماء بدرجة حرارة تعادل 70 درجة مئوية على الأقل. إذا كنت تستخدمين غلاية كهربائية، انتظري لحين انطفاء الغلاية. لا تستخدمين أبدًا فرن الميكرويف لأنه لا يوفر تسخينًا متجانسًا.			
4		اقرأ التعليمات الواردة على عبوة الحليب المجفف جيدًا، من الهام للغاية مراعاة النسبة الموضحة بين كمية الماء والحليب المجفف لعدم إلحاق الضرر بالطفل			
5		صبي الماء الساخن بدرجة حرارة 70 ° مئوية في زجاجة الرضاعة مع مراقبة المستوى الصحيح. الآن بإمكانك حساب عدد المعايير المطلوب، على سبيل المثال، إذا كان مكتوب على العبوة 1 30L يعني أنه من أجل إعداد 90 سم ³ من الحليب ينبغي قياس 90 سم ³ من الماء وإضافة 3 معايير من الحليب المجفف. في النهاية ينتج أكثر بقليل من 90 سم ³ من الحليب.			
6		املئي كوب القياس الموجود في العبوة بما يعادل المستوى، دون الضغط عليه، باستخدام سكين نظيف وجاف. ضعي كمية الحليب المجفف المطلوبة في الماء.			
7		ضعي حلقة الرضاعة على الزجاج، وضعي عليها الغطاء ورجي زجاجة الرضاعة حتى يذوب المسحوق تمامًا.			
8		الآن بردي زجاجة الرضاعة بوضعها تحت الماء الجاري لحين الوصول إلى درجة الحرارة المناسبة			
9		تحقق من درجة حرارة الحليب من خلال وضع القليل منه على الجزء الداخلي من المعصم. ينبغي أن يكون دافئًا، وليست ساخنًا.			
10		إذا تبقى من الحليب، لا تحفظيه للوجبة التالية. تخلصي منه.			



**SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA**
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia

ARABO

Come preparare in sicurezza il latte artificiale in polvere كيفية إعداد الحليب الصناعي المجفف بأمان

توصي منظمة الصحة العالمية باعتماد الرضاعة الطبيعية فقط في الأشهر الأولى من الحياة. لكن توجد حالات تكون فيها الرضاعة الطبيعية غير ممكنة أو متأخرة ببساطة. في هذه الحالات من الضروري اللجوء، على نحو تكميلي (وغالبًا لفترة مؤقتة) أو بشكل حصري، إلى الحليب الصناعي. ولذلك من الجيد معرفة الطرق الصحيحة لإعداد هذا الغذاء.



يمكن أن تحتوي صفائح وعبوات الحليب الصناعي المجفف، أيضًا عندما تكون مغلقة، على البكتيريا، مثل بكتيريا كرونيوباكتر Sakazakii، التي في بعض الحالات النادرة، يُمكن أن تتسبب في الإصابة بأمراض معدية خطيرة. لتقليل خطر العدوى، استخدم مياه قد تم غليها مسبقًا وتبريدها لحين الوصول إلى درجة حرارة لا تقل عن 70° مئوية واتبعي التعليمات الواردة في هذا النشرة بعناية.

الحليب الصناعي السائل على العكس، قبل فتح العبوة يكون مُعقمًا ويمكن حفظه في درجة حرارة الغرفة. عند فتح العبوة ينبغي حفظها في الثلاجة واستهلاكها في غضون 24 ساعة.

من أجل اختيار نوع الحليب الصناعي عليك مناقشة الأمر مع طبيب الأطفال الخاص بطفلك

- إذا كنتي بحاجة إلى إعطاء الحليب إلى طفلك خارج المنزل، احمل معك:
 - المعيار المطلوب من الحليب المجفف في وعاء صغير نظيف وجاف
 - إناء عازل للحرارة وبه ماء قد سبق غليها وحفظها بدرجة حرارة 70° مئوية
 - زجاجة رضاعة فارغة ومُعقمة مع حلقة الرضاعة والغطاء
- حضري زجاجة الرضاعة في موعد الوجبة

إذا لم يكن بإمكانك إعداد زجاجة الرضاعة في الموعد،

حضري الحليب في المنزل بعناية شديدة واتبعي الجدول التالي:

الحليب الصناعي المجفف الذي سبق إعداده	
إذا كان محفوظًا:	يستخدم في غضون:
في الثلاجة	24 ساعة
في حافظلة التبريد باستخدام الثلج	4 ساعات
في درجة حرارة الغرفة	2 ساعة

مُقتبس من "كيفية إعداد زجاجة الرضاعة في المنزل" الصادر عن منظمة الصحة العالمية 2007