

Protocol babyvoeding

Algemene uitgangspunten

- Ieder kind heeft per dag of per voeding een eigen fles en speen;
- De keuze van de fles en de verzorging ervan zijn belangrijk. De fles moet wijf en glad van binnen zijn en mag geen ribbels of oneffenheden vertonen. Tevens moet de fles een goed leesbare maatverdeling hebben. Kook een nieuwe fles voor het eerste gebruik uit. Spenen moeten liefst iedere zes weken vervangen worden;
- Voedselbereiding moet gescheiden van de verschoonplek plaatsvinden.

Flesvoeding

a. Flesvoeding klaarmaken:

- Was voor het klaarmaken van een voeding goed je handen met water en zeep en droog je handen met papieren handdoeken.
- Voor het bereiden van babyvoeding is gewoon leidingwater (niet uit de geiser of boiler) geschikt, mits dit niet via loden leidingen wordt aangevoerd. Om te zorgen dat het kind de juiste hoeveelheid voedingsstoffen krijgt, is het van belang om de verhouding poeder/ water zoals deze op de verpakking staat aangegeven aan te houden.
- Indien er voor de hele dag wordt voorbereid, dient het water voorgedroogd te worden.
- Tijdens het bewaren kan in de voeding groei van micro-organismen optreden. De kans hierop is kleiner wanneer wordt uitgegaan van water dat vooraf 3 minuten is gekookt.
- Per voeding wordt per fles de voeding kort voor gebruik klaargemaakt.
- Flesvoeding mag tijdens het voeden niet langer dan 1 uur buiten de koeling staan.

b. Bewaren van flesvoeding:

- De beste temperatuur voor het bewaren van vooraf bereide babyvoeding is 4°C. Het is van belang aandacht te besteden aan de temperatuur van de koelkast waarin bereide babyvoeding wordt bewaard door een thermometer in de koelkast te raadplegen. Het is af te raden om bereide baby- voeding langer bij kamertemperatuur te bewaren dan nodig is om het kind te voeden.
- Plaats de voeding in de koelkast, niet in de groentelade of deurvak in verband met een afwijkende temperatuur.

c. Flesvoeding verwarmen:

- De ideale temperatuur voor flesvoeding is 37°C.
- Dit kan bereikt worden op de volgende wijzen:
 - Het flesje een paar minuten in een pannetje heet water zetten.
 - Met gebruik van een flessenwarmer. In de flessenwarmer mag geen water blijven staan vanwege groei van micro-organismen.
 - In de magnetron. Zet de fles hierin zonder dop of speen en verwarm de inhoud op de hoogste stand. Reken bij een vermogen van 700 Watt op 30 seconden per 100ml. De inhoud mag niet koken. Laat de fles dan even staan en schud hem vervolgens zodat de warmte goed wordt verdeeld.
- Controleer de temperatuur van de voeding door een beetje voeding op de binnenkant van de pols te druppelen. De flesvoeding dient net zo warm te zijn als de huid.

d. Na afloop van de voeding:

- Restvoeding wordt weggegooid.
- Als de baby voldoende heeft gedronken, moet de fles direct omgespoeld worden met koud stromend water (van het keukenblok of in de keuken). Dit om indrogen en vastkoken te voorkomen.



- Flessen van kinderen t/m 6 maanden moeten worden gereinigd met afwasmiddel, heet water en een speciale flessen borstel. Na afloop moeten ze goed worden nagespoeld.
- schone flessen en spenen worden omgekeerd bewaard op een schone, droge doek of flessenrek.
- Voorafgaand aan de volgende voeding: Spoel de fles om met warm water.

e. Flessen uitkoken:

Aangezien door afwassen (ook machinaal in de vaatwasser, vanwege de nauwe halsopening) de fles onvoldoende gereinigd kan worden, moet deze elke dag worden uitgekookt (bij voorkeur op het eind van de dag). Zo worden ook onzichtbare restjes verwijderd.

Flessen van kinderen onder 7 maanden dienen na elke maaltijd minstens drie minuten te worden uitgekookt. Schone flessen dienen op z'n kop op een handdoek te worden gezet om uit te lekken. Indien een kind geen eigen fles heeft, dient deze na iedere voeding te worden uitgekookt voordat hij wordt opgeborgen.

f. Spenen:

- Spenen moeten liefst iedere zes weken vervangen worden.
- Na iedere voeding moet de speen onder de kraan schoongemaakt worden en droog (uitgeslingerd in bijv. een theedoek) bewaard worden. Dit kan bijvoorbeeld in een afgesloten bakje in de koelkast of omgekeerd in de afgesloten zuigfles.
- Flessen van de kinderen worden na het schoonmaken goed afgedroogd met een schone handdoek.
- Eenmaal per dag moeten de spenen die niet mee naar huis gaan 3 minuten uitgekookt worden in een pan water.
- Dit kan ook in de magnetron, in een kommetje met water.

Moedermelk:

a. Bewaren van moedermelk:

Moedermelk moet direct worden bewaard in een koelkast met een temperatuur van 4°C. Bevroren moedermelk kan het best langzaam ontdooid worden in de koelkast of onder lauw stromend water. Zet de kraan niet te heet, omdat dan antistoffen verloren kunnen gaan. Eenmaal ontdooid moedermelk moet binnen 24 uur gebruikt worden. Het kan niet opnieuw ingevroren worden.

Moedermelk mag maximaal 48 uur in de koelkast worden bewaard, maar dient bij ons op de dag van binnenbrengen te worden gebruikt.

Aan het eind van de dag wordt de overgebleven moedermelk weggegooid of indien niet opgewarmd gekoeld mee naar huis gegeven.

Ingevroren moedermelk kan maximaal drie maanden worden bewaard.

b. Moedermelk verwarmen:

Afgekolfde moedermelk kan net als flesvoeding worden opgewarmd in een flessenwarmer, of „au bain marie“ in een pannetje met warm water. Hierbij is het belangrijk dat de moedermelk niet warmer wordt dan 30-35 °C. Dit is een goede drinktemperatuur. Afgekolfde moedermelk verliest beschermende stoffen bij temperaturen boven 50 °C.

Controleer voor de veiligheid altijd de temperatuur van de melk met een druppeltje op de binnenkant van je pols.

Bevroren moedermelk dient in de koelkast te worden ontdooid.