

Zubereiten der Babyflasche



1. Waschen Sie sich vor der Zubereitung die Hände.
2. Bereiten Sie den Schoppen immer frisch zu und geben Sie diesen sogleich Ihrem Kind zu trinken.
3. Verwenden Sie ausschliesslich frisches, sauberes Leitungswasser. Lassen Sie in der Leitung abgestandenes Wasser ablaufen, bis es kalt ist und mit einer konstanten Temperatur ausfliesst. Der Wasserhahn sollte sauber sein und der Siebeinsatz regelmässig entkalkt werden.
4. Verwenden Sie kein Warmwasser aus der Leitung und keine Wasserfilter.
5. In der Schweiz ist Leitungswasser einwandfrei und muss nicht abgekocht werden. Falls die Qualität unklar ist (das heisst bei Verwendung eines Wassers nicht direkt ab Trinkwassernetz, z.B. aus einem Behälter, einem Brunnen oder einer nicht überwachten Quelle) ist es angezeigt, Wasser einmal aufzukochen. Lassen Sie abgekochtes Wasser auf Trinktemperatur abkühlen und stellen Sie sicher, dass sich heisses Wasser immer ausserhalb der Reichweite des Kindes befindet.
6. Beachten Sie die Zubereitungshinweise des Herstellers auf der Milchpulver-Verpackung.
7. Prüfen Sie die Temperatur des Schoppens, indem Sie einige Tropfen auf die Innenseite Ihres Handgelenkes geben oder einen Küchenthermometer verwenden.
8. Beachten Sie die Angaben zur richtigen Dosierung von Milchpulver und Wasser auf der Verpackung.
9. Auf der Verpackung finden Sie Richtwerte bezüglich der Trinkmengen. Machen Sie sich keine Sorgen, wenn Ihr Kind weniger trinkt, und zwingen Sie es nicht zum Leertrinken. Wenn Ihr Kind häufiger Schoppen verlangt, können Sie ihm getrost öfters einen geben. Das Gewicht des Kindes gibt einen guten Hinweis, ob die Trinkmenge angemessen ist.
10. Schütten Sie Flaschennahrung weg, die nicht innerhalb einer Mahlzeit getrunken wurde.
11. Reinigen Sie Flasche und Sauger immer direkt nach der Mahlzeit gründlich, entweder in der Spülmaschine (vollständiges Programm bei 65°C) oder per Hand mit einer sauberen Flaschenbürste (zuerst kalt ausspülen, dann mit heissem Wasser und etwas Geschirrspülmittel reinigen). Trocknen Sie anschliessend beides mit einem sauberen Küchentuch ab. Ein Auskochen oder Sterilisieren von Flaschen und Silikonsaugern ist nicht nötig.
12. Lagern Sie Milchpulver immer gut verschlossen und trocken, aber nicht im Kühlschrank.
13. Für unterwegs können Sie abgekochtes Wasser in einer Thermoskanne und Milchpulver in einem separaten Behälter mitnehmen und bei Bedarf frisch zubereiten.

