

Ø°Ø®ÛŒØ±Ù‡ Û^ Û†Ú¯Ù‡Ø¯Ø§Ø±ÛŒ
Ø´ÛŒØ± Û...Ø§Ø¯Ø±

Ø°Ø®ÛŒ

قطره و قطره از بطری‌ها و بسته‌های مخصوص نگهداری شیر مادر استفاده کنید.
 * بطری‌های یک بار مصرف یا بسته‌های پلاستیکی معمولی برای این کار مناسب نیستند.
 * می‌برید حتماً روی محفظه نگهداری شیر، نام کودکتان را بنویسید.
 * اگر شیر را برای فرزندتان به شما می‌دهند، می‌برید حتماً روی محفظه نگهداری شیر، نام کودکتان را بنویسید.

ذخیره و نگهداری شیر مادر

دمای اتاق
 ۱۵ تا ۳۰ درجه سانتیگراد
 ساعت ۳ تا ۴ ساعت
 شیر مادر را می‌توان برای چند ساعت در دمای اتاق نگهداری کرد.

محفظه خنک کننده با بسته‌های یخ
 ۱۵ درجه سانتیگراد
 ساعت ۲۴ تا ۲۴ ساعت
 در محفظه خنک کننده را بیشتر از میزان نیازتان باز نکنید. اطمینان حاصل کنید که بسته‌های یخ مستقیماً با ظرف نگهداری شیر در تماس هستند.

یخچال
 ۴ درجه سانتیگراد یا خنک‌تر
 روز ۳ تا ۳ روز
 ظرف حاوی شیر را در محفظه‌های داخلی قرار ندهید، بلکه در قسمت عقبی یخچال که خنک‌تر است قرار دهید.

فریزر
 ۴- درجه سانتیگراد یا خنک‌تر
 ماه ۶ تا ۶ ماه
 ظرف حاوی شیر را در محفظه‌های داخلی قرار ندهید، بلکه در قسمت عقبی فریزر که خنک‌تر است قرار دهید.

نحوه یخ‌زدایی شیرمادر

تاریخ روی ظرف نگهداری شیر را نگاه کنید. همیشه ابتدا از شیر قدیمی‌تر استفاده کنید.

اگر شیر مادر در بسته مخصوص یخ زده است، آن را داخل شیشه شیر بریزید و بگذارید ولرم شده و به دمای اتاق برسد. به نکته زیر توجه کنید.

شیر را در داخل بطری کمی بچرخانید. (نیازی به تکان‌های شدید نیست!)

به مدت یک شب تا صبح بطری را داخل یخچال بگذارید و یا اگر در بطری کاملاً محکم است، آن را داخل یک ظرف بزرگ پر از آب گرم قرار دهید.

دمای شیر را با ریختن چند قطره آن بر روی مچ دستتان آزمایش کنید. (شیر باید ولرم باشد.)

نکته: برای اینکه مانع از ریخته شدن شیر اضافی شوید، با یک قیچی تمیز گوشه محفظه نگهداری شیر را بریده و آن را مستقیماً روی دهانه بطری شیر قرار دهید.

اگر کودک همه شیر داخل بطری را نخورد

طبق این دستورالعمل‌ها از باقیمانده شیر نگهداری کنید:

هرگز:

شیر را بر روی اجاق گاز گرم نکنید.

شیر را در مایکروفر گرم نکنید (ممکن است شیر به شکل نامتعادلی گرم شود و دهان کودکتان را بسوزاند).

یخچال
 ساعت ۲۴

فریزر
 هیچ وقت دوباره شیر را فریز نکنید.

دمای اتاق
 ۱ تا ۲ ساعت بهترین حالت است.
 ۳ تا ۴ ساعت مناسب است.

11.mp4