

ZOL GENK

Campus Sint-Jan
Campus Sint-Barbara
Medisch Centrum André Dumont
ZOL MAAS EN KEMPEN



Kunstvoeding

ZOL GENK

Campus Sint-Jan
Synaps Park 1
B 3600 Genk

Campus Sint-Barbara

Bessemmerstraat 478
B 3620 Lanaken

Medisch Centrum André Dumont

Stalenstraat 2a
B 3600 Genk

ZOL MAAS EN KEMPEN

Diestersteenweg 425
B 3680 Maaseik

ZOL GENK
tel. +32(0)89 80 80 80
ZOL MAAS EN KEMPEN
tel. +32(0)89 50 50 50
info@zol.be

Beste,

Deze brochure geeft u meer informatie over kunstvoeding en tracht op een aantal veelgestelde vragen antwoord te geven.

Mocht u na het lezen van deze brochure nog vragen hebben, aarzel dan niet om ze te stellen. Uw behandelende arts en de vroedvrouwen/verpleegkundigen zijn steeds bereid om op al uw vragen te antwoorden.

INHOUDSTAFEL

1. Voorbereiding	3
1.1 Melkpoeder	
1.2 Water	
1.3 De fles	
2. Bereiden van de fles	4
3. Opwarmen van de fles	5

01 VOORBEREIDING

Was eerst uw handen en verzamel al het nodige materiaal.



1.1 Melkpoeder

Het melkpoeder kan u kopen bij de apotheek.

Nutricia (Nutrilon):

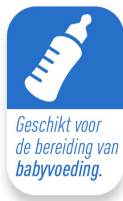
- ongeopend: houdbaar tot de datum op de doos
- geopend: 4 weken houdbaar

Nestlé (Nan):

- ongeopend: houdbaar tot de datum op de doos
- geopend: 3 weken houdbaar

1.2 Water

- Water moet een label 'Geschikt voor babyvoeding' bevatten
- Na openen 24 uur houdbaar in de koelkast!
- Ter preventie van krampjes kan er mineraalarm water worden gebruikt



1.3 De fles

- Na ieder gebruik moet de fles afgewassen en afgespoeld worden. Nieuwe flessen moeten afgewassen, afgespoeld en gesteriliseerd worden voor het eerste gebruik.
- Steriliseren na ieder gebruik is niet meer nodig, dit moet enkel nog wanneer uw baby geboren werd voor 37 weken zwangerschap of op indicatie van de kinderarts. U dient dit dan te blijven doen tot de baby 3 maanden oud is.

Steriliseren

Om de flessen te steriliseren zijn er meerdere mogelijkheden: bvb. in de kookpot, microgolfoven, stoomsterilisator,...

Voor meer info kan u terecht op de website van Kind en Gezin.

Na het steriliseren de flessen laten drogen op een zuivere doek en er een zuivere doek over leggen tegen de vliegen.

Steriliseren in de **kookpot**
Flessen, dopjes, dekseltjes, ...:
10 minuten koken.

Speentjes: 3 minuten koken (mag
u dus na 7 minuten koken bijvoe-
gen aan het kokend water en nog
3 minuten laten meekoken).



Steriliseren in de **microgolfoven**
en stoomsterilisator, volg de
gebruiksaanwijzing.



02 BEREIDEN VAN DE FLES

ALTIJD eerst het water in de fles doen!

Per 30 ml water 1 maatje afgestreken melkpoeder

- dus 60 ml water => 2 maatjes
- 90 ml water => 3 maatjes
- + 30 ml water => + 1 maatje



Voorbeeld: Is er 50 ml melk nodig, dan doet u 60 ml water in de fles en 2 afgestreken maatjes poeder. De melk die teveel is doet u weg wanneer de baby klaar is met drinken.

De fles sluiten en dan even rollen en schudden.



03 OPWARMEN VAN DE FLES

- Au bain marie in een kookpannetje
- In de microgolfoven
- In de flesverwarmer



Bij het bereiden van de fles in de **microgolfoven** verwarmt u best eerst het water en doet u het melkpoeder er nadien bij.

- de fles zet u open in de microgolf (ZONDER speen en dekseltje)



- De fles altijd maar 1 keer opwarmen, NOOIT OPNIEUW OPWARMEN!
- Voor het geven van de fles ALTIJD de temperatuur controleren op de binnenkant van de pols. De temperatuur is ongeveer hetzelfde als uw eigen lichaamstemperatuur. U voelt bijna geen verschil.
- Wanneer u weggaat ALTIJD uw poeder en water apart meenemen en de fles pas klaarmaken wanneer de baby honger heeft.
- U mag kunstvoeding ook geven op kamertemperatuur.



Tips:

- Na het opwarmen kan u uw fles 1 uur lang gebruiken. Bij warm weer max. 30 minuten gebruiken!

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



www.ZOL.be



www.twitter.com/ZOLziekenhuis



www.facebook.com/ZOLzh



www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis

Schrijf u in op onze nieuwsbrief via www.zol.be

Raadpleeg online uw medisch dossier via www.mijnzol.be