

Замрзавање млека

За замрзавање млека користите посуде од тврде пластике или стакла, са чврстим поклопцем, или врећице посебно намењене за чување мајчиног млека. Пластични контејнери су бољи су од стаклених јер леукоцити из млека пријањају на стаклене зидове и губе своју делотворност.

Уколико користите кесице држите их у затвореној пластичној посуди, да би се избегло да приме мирисе друге хране из замрзивача.

Једнократне пластичне боце се не препоручују.

Да би се избегло непотребно бацање неискоришћеног млека и олакшало одмрзавање и загревање млека, складиштите га у порцијама од по 30 до 120 мл.

Пре одлагања, на посудама забележите датум скупљања млека.

Млеко које је измлазано у више наврата током дана се може комбиновати у једну посуду.



Избегавајте да додајете свеже измлазано млеко у претходно охлађено или одмрзнуто млеко – потребно је да прво охладите ново млеко пре додавања старијем.

Чување млека у замрзивачу

Касета у склопу фрижидера: до две недеље
Вертикални замрзивач са посебним вратима :
3-4 месеца

Замрзивач с константним дубоким смрзавањем на -19°C : до 6 месеци

Одмрзавање млека

Млеко можете полако одмрзнути у фрижидеру (за то је потребно око 12 сати; ставите га у фрижидер вече пре но што планирате да га користите). Избегавајте остављање замрзнутог млека на собној температури да се отопи.

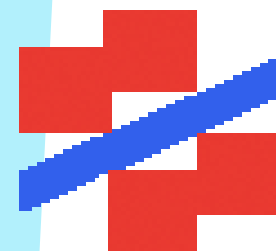
Ако вам је потребно брже одмрзавање можете посуду са замрзнутим млеком ставити испод млаза воде (прво хладне, а онда постепено пуштајте све топлију воду).

Одмрзнуто млеко се може чувати у фрижидеру до 12 сати од комплетног отапања, односно 24 сата од почетка отапања у фрижидеру. **ОВО МЛЕКО КАД БЕБА ПРОБА И ОДБИЈЕ ВИСЕ НЕ СМЕТЕ ЦУВАТИ!**

Једном одмрзнуто млеко немојте поново замрзавати. Дате препоруке се односе на складиштење млека за здраву бебу рођену у термину, за употребу код куће.

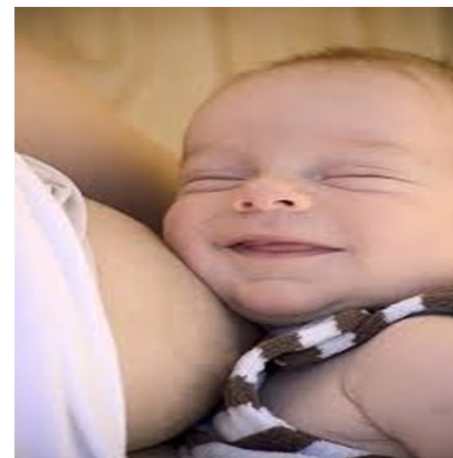


Уколико је ваша беба рођена превремено и / или је хоспитализована, обавезно се консултујте са доктором око смерница како да у том случају складиштите млеко !



*Д.З. "др Милутин Ивковић"
Палилула*

Чување маминог млека



СЛУЖБА ПОЛИВАЛЕНТНЕ
ПАТРОНАЖЕ
Бр.тел. 3345-609

ЧУВАЊЕ И СКЛАДИШТЕЊЕ МАЈЧИНОГ МЛЕКА

Можда ћете се наћи у ситуацији да више сати одсуствујете од куће, па не можете да дојите вашу бебу. Десиће се да морате да радите дуже, да негде отпутујете, да идете на нека испитивања или медицинску интервенцију, да се старије дете разболи... а све се чешће дешава да мајка врло брзо после порођаја мора да се врати на посао. Нудимо вам савете шта тада да урадите, а да вашој беби не ускратите најбољу храну.

Ваше млеко можете да сачувате и користите га када затреба. Чување започиње поступком измлазања - ручно или помоћу пумпице (ручне или електричне). Пумпице за измлазање су одличне, јер се млеко директно сакупља у стерилну бочицу која иде уз пумпицу, па нема контаминације из спољне средине. У таквим бочицама може да се одлаже и сачува до оброка.



Свеже измлазано мајчино млеко

На собној температури:
ИДЕАЛНО НЕ ВИШЕ ОД 3 САТА.

Ако беба није попила све понуђено, сматра се да је најсигурније да се млеко стави у фрижидер највише 2 сата до када можете да га поново понудите беби. Уколико и тада преостане, треба га бацити.

У фрижидеру: 24 сата на температури 2-4° Ц / неке препоруке су и до 72 сата, али не у вратима већ дубље у фрижидеру, где је температуре константна и не прелази 5 степени целзијуса/. Уколико планирате да дуже чувате млеко, најбоље је да га замрзнете.

Хладно млеко **се подгрева у** топлој води (купки) или грејачу, док се не постигне температура погодна за конзумирање (37° Ц). У шољу или неку шерпицу ставите врелу воду а онда у њу ставите посуду са млеком. Измлазано мајчино млеко није хомогенизовано па је нормално да се подели у два дела - масни и воденасти део. Пре него што проверите температуру, протресите посуду са млеком, чиме ћете распоредити **масноћу у млеко**. **НИКАД** немојте да грејете мајчино млеко у микроталасној **перни или директно на шпорету**.



Увек се измлазајте чистим рукама!

Посудице за чување млека операте детерџентом у врућој води и након тога добро исперите. Пумпу за измлазање перите И дезинфикујте према упутству произвођача.



Измлазано млеко можете замрзнати. Млеко по измлазању преспите у кесицу на којој је уписан датум измлазања.

Овако спремљено млеко можете користити за спремање кашица када за то буде време.

Правилно чување млека је изузетно важно да би се сачувале нутритивна И антиинфективна својства мајчиног млека и спречило загађење бактеријама из спољне средине.

Млеко може да се користи само ако је исправно чувано!