

ΑΠΟΣΤΕΙΡΩΣΗ ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ 6+ ΜΗΝΩΝ
Οι **12** βασικοί κανόνες υγιεινής!

Κατά το δεύτερο εξάμηνο της ζωής του μωρού, πρέπει να σταματήσετε να αποστειρώνετε τα μπουκάλια & να χρησιμοποιείτε βρασμένο νερό για την παρασκευή του γάλακτος, όμως, θα πρέπει να είστε σχολαστική με τα παρακάτω:



1 Τα μπουκάλια πρέπει να πλένονται με ζεστή σαπουνάδα, να ξεβγάζονται & να φυλάσσονται στο ψυγείο, για την αποφυγή των μικροβίων.

2 Πλένετε καλά τα σκεύη του μωρού, ώστε να καθαρίζονται από τα υπολείμματα τροφών.

3 Πριν την προετοιμασία του φαγητού πλένετε τα χέρια σας & τον πάγκο εργασίας.

4 Πριν το θηλασμό ή τη συλλογή γάλακτος από το στήθος, σαπουνίστε τα χέρια & το στήθος σας. Συλλέγετε το γάλα με το αποστειρωμένο θήλαστρο στα ειδικά αποστειρωμένα μπουκάλια. Σε αυτή την περίπτωση, η αποστείρωση συνεχίζεται εκ των πραγμάτων.

5 Για την παρασκευή του γάλακτος δεύτερης βρεφικής ηλικίας σε σκόνη, δε χρειάζεται πλέον να βράζετε το νερό. Αρκεί να το ζεσταίνετε.

6 Σε ό,τι αφορά στο φαγητό, αν το μωρό πρόκειται να φάει το ίδιο γεύμα για δύο συνεχόμενες ημέρες, πρέπει αμέσως μόλις το μαγειρέψετε να το βάλετε στο ψυγείο κι όταν το ξαναζεσταίνετε να το αφήσετε να πάρει & μία βράση.

7 Δίνετε στο μωρό νερό από τη βρύση, εκτός αν είναι ακατάλληλο. Σε περίπτωση ταξιδιού, δώστε εμφιαλωμένο νερό, σε γυάλινο μπουκάλι.

8 Συνεχίζετε να βράζετε την πιπίλα, για 2-3 λεπτά. Έχετε παραπάνω πιπίλες καθαρές σε κάποια θήκη, για να τις αλλάζετε όταν τέφτουν κάτω.

9 Πλένετε τακτικά τα παιχνίδια του μωρού με σαπούνι. Δείξτε προσοχή, αν είναι λερωμένα γιατί τα υπολείμματα αποτελούν εστία μικροβίων.

10 Πλένετε πάντα τα χεράκια του μωρού μετά το μπουσούλημα.

11 Όταν είστε εκτός σπιτιού καθαρίζετε συχνά τα χεράκια του με μωρομάνηλα και ξεπλύνετε τα, βουτώντας τα σε νερό.

12 Το καλό πλύσιμο των δικών σας χεριών επιβάλλεται με την είσοδο σας στο σπίτι, πριν & μετά το φαγητό, όταν φυσάτε τη μύτη σας, όταν χρησιμοποιείτε την τουαλέτα ή τον ηλεκτρονικό υπολογιστή & οπωσδήποτε πριν το τάισμα του μωρού, πριν το άλλαγμα της πάνας του & πριν του χορηγήσετε φάρμακα.

