

Flaskegivning

At give sit barn modermælkserstatning eller modermælk på flaske er for nogen et ønske og for andre et behov.

Sundhedsplejen 
sætter spor



Hjørring Kommune

Når dit barn får mad på flaske, er det vigtigt, at I skaber en hyggelig og tryk stund sammen. Giv gerne flasken selv – det er bedst, hvis det kun er mor og far, der står for flaskegivningen i starten. Ligesom ved amning er det barnet selv, der viser, hvor meget, hvor ofte og hvor længe det vil spise. Nogle dage spiser barnet mere, andre dage mindre – og det er helt naturligt.

Sådan giver du flaske

- Find et roligt sted uden forstyrrelser.
- Hold dit barn tæt ind til dig i din arm, så I har god fysisk kontakt og mulighed for øjenkontakt.
- Skift gerne arm fra måltid til måltid, så barnet oplever variation.
- Tjek temperaturen på mælken – den skal føles behagelig på indersiden af dit håndled.
- Sørg for, at suttehovedets hulstørrelse passer til barnets alder og behov.
- Lad sutten røre barnets læber, så vil barnet selv begynde at sutte.
- Giv gerne flasken langsomt (paced bottle feeding). Hold flasken mere vandret, så mælken ikke løber for hurtigt. Det hjælper barnet med selv at styre tempoet og mængden.

Rengøring af flasker og sutter

- Skyl flasker og sutter i koldt vand.
- Vask dem i varmt vand med flaskerens og opvaskemiddel.
- Gnid indersiden af sutterne med groft salt for at fjerne mælkerester.
- Skyl grundigt.
- Kog flasker og sutter i 5 minutter.
- Opbevar dem tørt og tildækket.

Hvor meget skal barnet spise?

- **0–1 måned:** Ca. 1/6 af barnets vægt pr. døgn.
- **Efter 1 måned (2–6 måneder):** Mængden reduceres gradvist til 1/9 af vægten pr. døgn.
- Det maksimale døgnbehov er **1000 ml**.
- Beregningerne er kun vejledende – pres aldrig barnet til at spise op. Det ved selv, hvornår det er mæt.

Tilberedning af modermælks-erstatning

- Vask hænder.
- Brug altid ren flaske, sut og måleske.
- Brug kogt og afkølet vand (du kan med fordel koge vand på forhånd og opbevare det i køleskabet).
- Lun vandet i mikroovn eller vandbad.
- Tilsæt den rette mængde pulver med den medfølgende måleske.
- Ryst flasken godt og tjek temperaturen.
- Nu er flasken klar.

Når barnet er **2 måneder**, kan du lave flasker til flere måltider ad gangen – men kun hvis barnet er født til tiden og ikke har immundefekter.

Vigtigt at vide

- Opvarmet mælk må **ikke** gemmes til senere.
- Mælk må højst holdes varm i **1 time**.

Flaskegivning

