

# Flaskeernæring til børn



Information til forældre

Juliane Marie Centret  
Rigshospitalet



At skulle give sit barn modermælkserstatning på sutteflaske er for nogle det oplagte valg, for andre er det en nødvendighed, da deres egen produktion af mælk er stoppet eller er utilstrækkelig. For at finde ud af hvor meget, hvordan og hvor tit, man skal give mad på flaske, kan man - ligesom hos et barn der bliver ammet - lade barnet bestemme selv.

## **HVOR MEGET OG HVOR TIT**

I starten vil et nyfødt barn, der får flaske - lige som et barn, der ammes - spise hyppigt og uregelmæssigt. Et barn der får flaske, skal have mad, når det er sultent, og spise så meget og så længe, det har lyst. Man kan eventuelt hælde lidt mere mælk i flasken, end barnet normalt spiser. På den måde kan barnet selv vælge mængden af mælk. I løbet af døgnet vil barnet nogle gange spise lidt mere og andre gange lidt mindre. Barnet får sit behov for ernæring dækket, når det selv bestemmer hvor tit og hvor meget det vil spise. Man må aldrig presse barnet til at spise op.

## **MÅLTIDET**

Det er vigtigt for det lille barn, at det er de samme mennesker som giver det mad.

Et barn der får flaske har lige så stort et behov for tæt fysisk kontakt med sine forældre som et barn der ammes. Det er derfor vigtigt, at du altid holder dit barn i dine arme, mens det spiser. Du kan for eksempel sidde med barnet hud-mod-hud, for at give det den nære kontakt.

Når dit barn skal lære at spise på flaske, er det vigtigt, at undgå unødvendige forstyrrelser omkring måltidet. Vælg et roligt og komfortabelt sted. Du kan eventuelt lægge en

stofble fra din skulder og ned til barnets hoved, for at skærme det fra omgivelsernes stimuli.

Inden barnet får mad, skal du kontrollere mælkens temperatur og den hastighed, hvormed mælken løber ud af sutten. Mælken har den rette temperatur, hvis den føles behagelig på indersiden af dit håndled. Den rette hastighed er, hvis mælken løber med adskillige dråber i sekundet. Sutter findes med forskellige størrelser hul, som er beregnet til henholdsvis mælk, vand eller vælling. Derfor er det en god ide at kontrollere, hvor hurtigt mælken løber.

Når du er klar og sidder med dit barn i dine arme, lader du flaskesutten røre barnets mund. Når sutten rører barnets læber, vil det tage fat om sutten, suge den langt ind i munden og begynde at sutte. I starten, inden dit barn er helt tryk ved sutteflasken, vil du kunne opleve, at dit barn prøver at sutte med åben mund, når sutten fra sutteflasken rører læberne. Du kan hjælpe dit barn til at få fat om sutten ved forsigtigt at presse underkæben op mod sutten. Selve sutten skal være fuld af mælk for at undgå, at barnet sluger luft.

I de første minutter af et måltid vil barnet ofte sutte meget grådigt, og derefter finde en rytme eventuelt med små pauser, hurtig vejrtrækning og hvile. Efterhånden vil sutteperioderne blive kortere og hvileperioderne længere. I slutningen af et måltid vil barnet oftest tage enkelte sug med lange pauser imellem. Et nyfødt barn vil herefter ofte falde i søvn.

## **TYPER AF MODERMÆLKSERSTATNINGER**

Børn under 6 måneder tåler ikke almindelige mælkeprodukter, såsom komælk eller yoghurt. Derfor bør du bruge modermælkserstatninger beregnet til brug fra fødslen, som lever op til de danske krav til modermælkserstatninger. Disse produkter kan købes i supermarkeder, materialister og på apoteker.

### **1. Almindelige modermælkserstatninger**

Som udgangspunkt får børn almindelig modermælkserstatning, dette fås som pulver og som færdigblandede "brikker".

### **2. Specielle modermælkserstatninger**

Findes både til børn i familier med svær allergi, og til for tidligt fødte børn.

Spørg personalet på afdelingen eller din sundhedsplejerske til råds.

## **MÆNGDEN AF MAD**

Som regel spiser barnet ca. 1/6 af sin vægt i døgnet, fordelt på 5-8 måltider. Et måltids mængde kan variere i løbet af døgnet.

Den mælk, der ikke bruges, kasseres, da opvarmet mælk ikke må genopvarmes.

## **ØGET VÆSKEBEHOV**

I højsommer og varme perioder skal du være opmærksom på, at dit barn kan være tørstigt og ikke sultent. Det kan være nødvendigt at give dit barn afkølet, kogt vand. Hvis du er i tvivl, om dit barn har brug for ekstra væske, kan du altid kontakte din sundhedsplejerske.

## **TILBEREDNING**

God hygiejne er vigtig for at dit barn ikke bliver sygt. Vask dine hænder inden du går i gang med at tilberede modermælkserstatning, og brug altid en ren flaske, måleske, sut m.m.

Modermælkserstatning indeholder den korrekte sammensætning mellem næringsstoffer og vand. Følg derfor altid brugsanvisningen på pakken og brug kun den måleske, der følger med, stryg overskydende pulver af med en kniv langs måleskeens kant. Hvis du bruger for lidt pulver, får dit barn for få næringsstoffer. Hvis du bruger for meget pulver, får dit barn for lidt væske.

## **PRAKTISK VEJLEDNING**

Nødvendige ting at have i huset:

- Flasker med sutter, antallet er afhængigt af hvor tit du rengører dem
- Groft salt
- En flaskerenser
- Beholder til opbevaring af flasker og sutter
- Gryde til kogning af flasker og sutter

Koldt vand koges, hældes på rene flasker og afkøles til 40-50 grader (lidt varmere end lunken). Mælkepulveret tilsættes, flasken rystes grundigt og er nu klar til brug.

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at modermælkserstatninger tilberedes for ét måltid ad gangen for at forebygge sjældne men alvorlige infektioner. Dette gælder især de første 2 måneder af barnets liv, men længere tid hvis barnet har medfødte sygdomme eller er født for tidligt – spørg personalet eller din sundhedsplejerske.

Til "skovture" kan det anbefales at medbringe rene skoldede flasker med kogt vand, og først fylde pulveret på flasken umiddelbart før barnet skal spise.

## **RENGØRING**

Sundhedsstyrelsens bog "Sunde børn, til forældre med børn i alderen 0-3 år" skriver:

"Flasker og sutter rengøres efter brug. Det er nødvendigt, at du er omhyggelig med hygiejnen, fordi varm mælk samler bakterier.

Mælkerester sidder især i skruegangen og på kanterne. Flaskerne vaskes med flaskerenser, opvaskemiddel og varmt vand. Sutterne gnides med groft salt, så de slimede mælkerester fjernes. Flasker og sutter skyldes grundigt og koges i 3 minutter. Vandet hældes fra, og flasker og sutter opbevares tørt og tildækket.

Har du opvaskemaskine, kan sutteflaskerne vaskes i den. Mælkeresterne skylles af før opvask."

## **AFFØRING**

Når barnet får modermælkserstatning skal det gerne have afføring hver dag. Afføringen hos et barn, som spiser modermælk, er gul og dufter syrligt, mens afføringen hos et barn som får modermælkserstatning, er mere brun og lugter som almindelig afføring.

Modermælkserstatning kan give hård mave. Du bør kontakte sundhedsplejersken eller din praktiserende læge, hvis dit barn får svært ved at komme af med sin afføring.

## **LÆS MERE:**

Sunde børn, til forældre med børn i alderen 0-3 år,  
Sundhedsstyrelsen 2006

Egne noter:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Rigshospitalets barsel-, neonatal- og  
børneafdelinger  
Juliane Marie Centret,  
Blegdamsvej 9,  
2100 København Ø

Web: [www.gravid.rh.dk](http://www.gravid.rh.dk)  
[www.neonatal.rh.dk](http://www.neonatal.rh.dk)



Forfattet august 2006 af:  
Projektleder Ragnild Måstrup, Videnscenter for amning af børn med  
specielle behov  
Sygeplejerske Dorthe Mai, Neonatalklinikken  
Sygeplejerske Karina Barbesgaard, Neonatalklinikken  
Afdelingssygeplejerske Vivi Kronborg, Obstetrisk klinik