

SAĞILMIŞ SÜT NASIL SAKLANIR ?

Temizliğe dikkat edilerek sağılan anne sütü;

- ★ Oda sıcaklığında (serin, loş ortamda) 3 saat,
- ★ Buzdolabı rafında (+4 derecede) 3 gün,
- ★ Derin dondurucuda (-18 derecenin altında) 3 aya kadar saklanabilir.
- ★ Ayrıca uygun kaplarda veya poşetlerde saklanmalıdır. Kapların üzerine mutlaka tarih ve sağılan saat yazılmalıdır.

SÜTÜN ISITILMASI

Derin dondurucudan çıkarılan dondurulmuş anne sütü öncelikle direkt oda ısısında değil, buzdolabının içinde çözdürülmelidir.

İçinde anne sütü olan kap, sıcak su dolu başka bir kabın içine konarak çözünmüş sütün ılınması sağlanıp, bebeğe verilmelidir.



Süt sağma ile ilgili her türlü soru ve sorunuz için, aile hekiminize başvurabilir, **ücretsiz danışmanlık** alabilirsiniz.

ANNE SÜTÜ BİR HAZİNE DİR



**Sütünüzün her damlası
bebeğiniz için değerlidir**

T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü



SÜT SAĞMA

SÜT NASIL SAĞILIR?

★ Sağma işlemine geçmeden önce eller iyice yıkanır ve sütün sağılacağı kabın da temiz olması gereklidir. Bunun için geniş ağızlı fincan veya bardak seçilir.

★ Rahat bir yere oturduktan sonra meme başının etrafındaki kahverengi bölgeye doğru masaj yapılır. Meme, baş parmak üstte, diğer parmaklar altta kalacak biçimde tutulur.



★ Hedef bölge meme başının etrafındaki kahverengi bölgenin gerisinde kalan alandır. Süt sağılması için baş ve diğer parmaklar yavaşça içe, göğüs duvarına doğru ve ardından birbirine doğru bastırılır.



★ Bastırma işlemi, el göğüs duvarından uzaklaştırılırken devam ettirilir. Bu şekilde süt meme başına doğru itilir.

★ Sağma hareketi ritmik bir şekilde tekrarlanmalıdır.

DİĞER SÜT SAĞMA TEKNİKLERİ:

★ Enjektör Pompası

★ Elektrikli Süt Sağma Pompaları



Meme Rahatlatıcı (Lastik Pompa)

Lastik Pompa: Bebeğe süt toplamak için uygun değildir.



SAĞILMIŞ SÜT BEBEĞE NASIL VERİLİR?

★ Sağılan anne sütü kaşık veya bardakla verilmelidir. Biberon verilmemelidir. Çünkü biberon verilmesi ile bebek anne memesini reddedebilir. Biberon emziğine alışan bir bebek, memeyi iyi kavrama alışkanlığını da kaybedebilir ve meme yerine meme ucunu emmeye çalışır. Bu da meme çatlaklarına ve en önemlisi bebeğin yeterince anne sütü alamamasına yol açar.