

İlk 6 Ay Sadece Emzirme



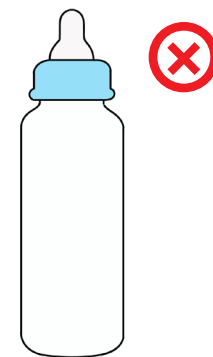
Anne sütü bebeęin ilk 6 ay boyunca ihtiyaç duyduęu tüm besin ögelerini ve suyu saęlar. Ekstra su veya besine gerek yoktur.



Sık emzirme annenin göğüslerindeki süt miktarını artırmaya yardımcı olur.



Hastalığa neden olabileceği için biberon, emzik veya ağızlı bardak kullanmaktan kaçının.



Bebeğiniz Ne Zaman İsterse Emzirin

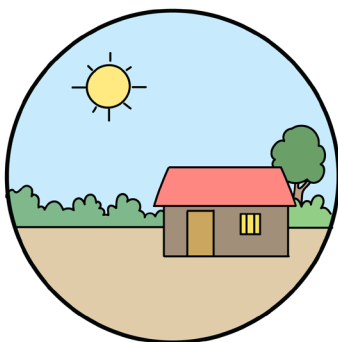
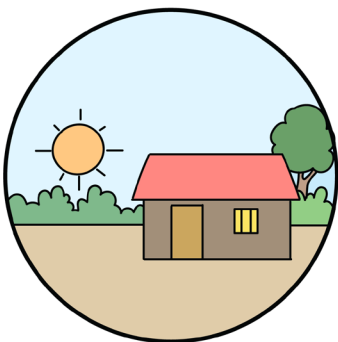
➔ İsteğe bağlı olarak emzirin (gündüz ve gece, günde 8-12 kez).

Bebekte erken açlık belirtileri arayın, örneğin:

- ➔ ▶ Huzursuzluk ve artan hareket
- ▶ Ağız açma ve başı çevirme
- ▶ Elleri emme

➔ Ağlamak geç açlık belirtisidir.

➔ Rahatsızlığı önlemek ve süt akışını iyileştirmek için doğru şekilde tutun.



Anne Sütü Nasıl Sağılır ve Saklanır



Sütü sağmadan önce ellerinizi yıkayın.



Sütü sağlamak için nazik el hareketleri kullanın.



Meme ucunu sıkmayın.



Sağılmış anne sütünü saklama torbalarında veya temiz, gıdaya uygun sterilize edilmiş kaplarda saklayın. Kapların cam veya plastikten yapıldığından ve sıkı oturan kapaklara sahip olduğundan emin olun.

