

Tilberedning av Nutramigen:

Følg instruksjer nedenfor: Hvordan du forbereder morsmelkerstatningen kan påvirke barnets helse. Les nøye gjennom instruksene. Har du spørsmål så spør på helsestasjonen. Husk at god hygiene, korrekt tilberedning, bruk og oppbevaring er viktig for barnets helse.



Hygiene:

1



Vask hendene nøye med såpe og rent vann, tørk deg med et rent håndkle når du skal tilberede erstatningen.

2



Rengjør og kok flasker, smukker/kork og annet tilbehør i minst 1 min.

Fra boks til flaske:

1



Kok vannet minst 1 min. og avkjøl til spisetemperatur før tilberedning.

2



Hell den ønskede mengden avkjølt vann i flasken. Tilsett pulveret.

3



Skru fast korken/lokket. Rull først flasken mellom hendene og rist deretter til pulveret har løst seg helt opp. Drypp litt morsmelkerstatning på innsiden av håndledet og kontroller temperaturen.

4

Ny blandet erstatning i flasken kan enten varmes i vannbad eller i flaskevarmer.

Ferdiglaget Nutramigen-blanding ml	Vann ml	Antall strøkne doseringsmål pulver
35	30	1
70	60	2
130	120	4
200	180	6
270	240	8
1000	890	30 (2,5 dl)

Viktig: Unngå tillagning i mikrobølgeovn da temperaturen kan bli ujevn.

Da ferdigblandet erstatning hurtig kan forderves skal den spises innenfor 2 timer eller innenfor 1 time fra påbegynt måltid. Lag kun til ett måltid av gangen. Overflødig erstatning som blir til overs skal kastes. Rengjør flaske og tilbehør grundig.

Enkle tips for å starte med Nutramigen LIPIL

LIPIL for barnets utvikling



Les mer på

www.meadjohnson.no

På vår hjemmeside kan du stille spørsmål til en klinisk ernærings fysiolog om melkefri kost



MeadJohnson
Nutrition

Følg utviklingen av barnets syn

Barnets syn er ikke ferdig utviklet ved fødselen



Ved fødselen kan barnet fokusere på gjenstander som er ca. 7–12 cm unna.

Fra 1–3 måneder ser barnet hovedsakelig i svart-hvitt. Ved 3 måneders alder kan barnet følge en gjenstand som beveger seg.

Ved 7 måneders alder kan barnet se alle fargene og vise hvilke han/hun liker best.

Fra 12–14 måneder kan barnet kjenne igjen gjenstander og peke på dem.

Synsutviklingen er en av flere indikatorer for barnets hjerneutvikling.

Dette kan du gjøre for å forbedre utviklingen av barnets øyne og syn

Stimuler barnets syn

- ✓ Innred barnerommet med lyse, glade farger.
- ✓ Flytt rundt på ting med jevne mellomrom.

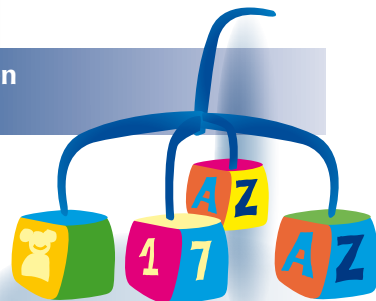
God ernæring for utviklingen av barnets øyne og syn

- ✓ Flerumettet fett, ikke minst omega-3-fettsyren DHA, er avgjørende for utviklingen av barnets øyne og syn.¹
- ✓ DHA finnes naturlig i morsmelk, i en konsentrasjon på ca. 0,3 %.²
- ✓ De siste ekspert anbefalingene omtaler betydningen av DHA i kostholdet, ettersom kroppen har en svært begrenset evne til å produsere den mengden den trenger.³

Nutramigen nå forbedret med LIPIL

LIPIL er en unik blanding av fettsyrene DHA (omega -3) og ARA (omega -6) som naturlig finnes i morsmelk. Vitenskapelige studier viser at LIPIL bidrar til barns utvikling³⁻⁴ og DHA-nivået i Nutramigen Lipil er godkjent av EFSA* til å fremme synsutviklingen hos spedbarn.

LIPIL finnes BARE i Mead Johnsons produkter.



Introduksjonstips for Nutramigen

Ettersom Nutramigen er basert på spaltet melkeprotein så skiller den seg i lukt og smak fra vanlig morsmelkerstatning. Nedenfor følger noen råd på hvordan du kan venne barnet ditt til den nye smaken.

Når barnet ammes

Hvis barnet ammes eller får annen morsmelkerstatning så kan du introdusere etter skjema nedenfor:



Dag 1 Bland 3/4 morsmelk eller erstatning med 1/4 Nutramigen

Dag 2 Bland 1/2 morsmelk eller erstatning med 1/2 Nutramigen

Dag 3 Bland 1/4 morsmelk eller erstatning med 3/4 Nutramigen

Dag 4 Nutramigen

I starten hender det at barnet ikke vil ta tåteflaske, da kan du bruke skje eller tutekopp.

Du kan eventuelt tilsette 1/2 ts sukker per 100 ml i begynnelsen. Smakstilsetningene bør gradvis fjernes. Nutramigen er sukkerfritt for ikke å venne barnet til søt smak.

Nutramigen til litt større barn

Nutramigen 2 Lipil har forbedret smak og er næringsmessig tilpasset for barn fra ca. 6 måneders alder.

Rådene nedenfor tilpasses gradvis til hva barnet tåler og ikke tåler.

- ✓ Smaktilsett gjerne med sukker, vaniljesukker, kanel, kardemomme eller kakao. Glem ikke å fjerne sukkeret gradvis når barnet har vent seg til Nutramigen smaken
- ✓ Lag grøt eller velling med Nutramigen
- ✓ Berik mat og drikke med Nutramigen



Hvert barn har individuelle behov, men som en tommelfingerregel anbefales barn over ett år 6 dl ferdig blandet Nutramigen (tilsvarer 18 måleskjeer Nutramigenpulver) om dagen.

Les mer om råd og oppskrifter på

www.meadjohnson.no

Her kan du bestille eller laste ned oppskrifter og annet materiale om melkeproteinrikost.

*EFSA = Den europeiske organisasjonen for mattrygghet

1. Innis SM et al. J Pediatr 2001; 139: 532-538. 2. Koletzko B, Lien E et al. J Perinat Med 2008; 36: 5-14. 3. Birch EE et al. Early Hum Dev 2007; 83: 274-284. 4. Morale SE, et al. Early Hum Dev. 2005;81:197-203.