



ACİL DURUMLARDA BEBEKLERİ BARDAK İLE BESLEME*

Emzirme, doğal afet sırasında bir bebeği beslemenin en güvenli yoludur. Acil bir durumda mama veya anne sütü vermek için biberon ve emzik kullanmak, bunları düzgün bir şekilde temizlemek için güvenli su mevcut değilse tehlikeli olabilir. Bardakla besleme, bebekler doğrudan memeden beslenemediğinde ve bebek beslenme gereğleri düzgün bir şekilde temizlenemediğinde bebekleri beslemenin alternatif bir yoludur. Bardakla besleme her yaştan bebekte kullanılabilir ve prematüre ve birçok hasta bebek için de güvenlidir. Bu talimatlar, anne sütü ve/veya bebek maması alan bebekler için kullanılabilir.

Bardak İle Besleme İçin Talimatlar ve İpuçları

Malzemeler:

- *Boş bardak:* Küçük bir tek kullanımlık plastik veya kağıt bardak
- *Önlük:* Dökülen sütü tutmak için bir bez veya tek kullanımlık önlük

Bardakla beslemeden önce emin olunması gerekenler:

- *El yıkama:* Çocuğunuzu bardakla beslemeden önce daima ellerinizi yıkayın. Güvenli su yoksa, en az %60 alkol içeren alkol bazlı el dezenfektanı kullanın.
- *Bebeğin ağzının açık olması:* Bebeğinizin uyanık ve beslenmeye hazır olduğundan emin olun.
- *Dolu bir bardak:* Bardağı 2/3 oranında sağılmış anne sütü ile doldurun.
- *Kundaklanmış bebek:* Gerekirse, bebeğinizin ellerinin bardağa çarpmasını önlemek için bebeğinizi sarın.

Adım adım bardakla besleme:

1. Bebeğinizi dik bir pozisyonda vücudunuza yakın tutun.
2. Bebeğinizin başını, boynunu ve vücudunu desteklemek için elinizi veya kolunuzu kullanın.
3. Bardağın kenarını bebeğinizin alt dudağına doğru tutun.
4. Süt bebeğinizin dudaklarına değecek şekilde bardağı hafifçe eğin.
5. Bebeğiniz sütü bardağın kenarından yakalamak veya yudumlamak için dilini kullanacaktır. Süt bebeğinizin ağzına dökmeyin.
6. Yavaş olun ve bebeğinizin yutkunmalar arasında dinlenmesine izin verin, ancak bardağı bebeğinizin dudağına değdirmeye devam edin.
7. Süt bardağın kenarında kalacak şekilde bardağı yeterince eğik tutun.
8. Beslenme sırasında bebeğinizin gazını gerektiği kadar çıkarın.



ACİL DURUMLARDA BEBEKLERİ BARDAK İLE BESLEME*

9. Bebeğiniz yeterince içtiğinde, daha fazlasını almayı reddedecektir. Bebeğinizin alacağı miktar bebeğinizin yaşına bağlıdır. Bebeğinizin ihtiyacı olanı aldığından emin olmak için bir sağlık uzmanıyla konuşun. Bebeğinizin doymuş olabileceğine dair işaretler şunlardır:
 - Ağzını kapatır.
 - Başını fincandan uzağa çevirir.
 - Ellerini gevşetir.
 - El hareketleri yapar veya sesler çıkarır.
10. Beslendikten sonra tek kullanımlık bardağı ve kalan sütü atın. Yalnızca yeniden kullanılabilir bir bardak varsa ve temizlemek için güvenli su varsa, bardağı kullandıktan sonra sabun ve sıcak suyla iyice temizleyin ve kuru, korunaklı bir alanda saklayın.

HASUDER Afet ve Acil Durumlar Çalışma Grubu

*Kaynak: CDC (<https://www.cdc.gov/nutrition/emergencies-infant-feeding/cup-feeding.html>)

Erişim Tarihi: 09.02.2023