



— شیر را در فریزر یخچال می‌توان تا یک هفته نگهداری کرد.

— شیر را در فریزر جدا از یخچال می‌توان به مدت سه ماه در دمای ۱۸- درجه سانتی‌گراد نگهداری نمود. بهتر است شیر را در انتهای فریزر و در عمق قرار داد و نه در جلوی درب آن، زیرا دما در این نقاط پایین‌تر بوده و تا ۲۰- درجه سانتی‌گراد نیز می‌رسد .

— برای ذوب کردن یخ شیر فریز شده می‌توان آن را به یخچال منتقل کرد (در این صورت آب شدن آن ۲۴ ساعت طول می‌کشد)، سپس بطری یا کیسه آن را با قرار دادن زیر جریان آب گرم، گرم نموده و در ظرف ۲۴ ساعت مورد استفاده قرار داد. اگر سریعاً به شیر نیاز بود می‌توان آن را از فریزر خارج کرده و مستقیماً زیر جریان آب گرم نگه داشت تا دمای آن با دمای اتاق یکی شود، سپس از آن استفاده کرد. شیری که یخ آن باز شده است نباید مجدداً فریز شود. .

مقدمه:

شیر، نخستین خوراک نوزاد تازه متولد شده است، می‌توان شیر مادر را فریز کرد و یا در یخچال قرار داد. باید شیر را در شیشه‌های تمیز با درهای ایمن، فنجان‌های پلاستیکی با درهای محکم، و یا کیسه‌های مخصوص ذخیره شیر (یعنی کیسه‌هایی که به منظور ذخیره سازی شیر مادر استریل شده‌اند) ذخیره و نگهداری کرد. بهتر است که بر روی این ظروف و یا شیشه‌ها یک برچسب زده و روی آن تاریخ دوشیده شدن شیر را یادداشت نمود.

نکات:

— می‌توان شیر را در دمای اتاقی که گرم‌تر از ۲۵ درجه سانتی‌گراد نمی‌باشد به مدت ۴ ساعت نگهداری کنید.

— می‌توان شیر را در یخچال با دمای ۰ تا ۹,۳ درجه سانتی‌گراد به مدت حداکثر ۲ روز نگهداری کنید .

— می‌توان شیر را در فریزر نگهداری کرد. فقط باید از وجود چند سانتی‌متر فضای خالی اطمینان حاصل کرد تا در صورت انبساط بر اثر انجماد، شیر فضای کافی داشته باشد .

عنوان:
نحوه ذخیره سازی شیر مادر

: تهیه و تنظیم
واحد آموزش سلامت بیمارستان باقرالعلوم اهر
زیر نظر آقای دکتر فکری
فوق تخصص نوزادان

تاریخ نگارش:
۱۴۰۲/۰۲/۱۵
تاریخ بازبینی:
۱۴۰۳/۰۲/۱۵



هنگامی که کودک از طریق بطری شیر نوشیدن را آغاز کرد، باید شیر را ظرف یک ساعت مورد استفاده کودک قرار داد. اگر کودک همه شیر موجود در شیشه‌اش را تمام نکرد، باید آن را مجدداً در یخچال گذاشته و دفعه بعد دوباره آن را گرم کرده و به نوزاد داد.

بهتر است شیر در حجم‌های ۶۰ تا ۱۲۰ میلی‌لیتری فریز شود.

همچنین می‌توان جایی با فضاهای کوچک مکعبی را به‌خوبی با آب داغ شسته، شیر را داخل آن ریخت و فریز کرد تا کاملاً جامد شود. سپس مکعب‌ها را از قالب درآورده و داخل کیسه‌های استریل و تمیز ریخته و داخل فریزر نگهداری کرد و در هر بار تعداد مکعبی که برای پر کردن شیشه کودک لازم است را از کیسه خارج کرده و مورد استفاده قرار داد؛ به این ترتیب شیر به‌هدر نمی‌رود.

شیر فریز شده تغییر رنگ داده است، آیا این امر ایرادی ندارد؟

ظاهر شیری که فریز شده است ممکن است اندکی با شیر تازه تفاوت داشته باشد، اما این بدین معنی نیست که فاسد شده یا مشکلی وجود دارد؛ طبیعی است که شیر تازه در صورت فریز شدن کمی نارنجی، زرد و یا قهوه‌ای به‌نظر برسد. همچنین ممکن است شیر به دو لایه کرم رنگ و سبک‌تر در بالا و لایه شیری رنگ در پایین تقسیم شود

چگونه می‌توان بطری‌ها و پمپ‌های شیر دوشی را تمیز کرد؟

باید قبل از استفاده، بطری‌ها و پمپ‌های قابل شستشو را استریل کرد، به این ترتیب که آن‌ها را به مدت ۵ تا ۱۰ دقیقه جوشانید. همچنین می‌توان پس از هر بار استفاده، وسایل را با آب داغ و صابون شستشو داد. شیشه‌ها و سر شیشه‌ها نیز در طول سه ماه اول زندگی نوزاد باید هر بار قبل از استفاده به‌خوبی شسته و استریل شوند، در غیر این صورت ممکن است موجب انتقال باکتری‌ها به بدن نوزاد شوند.

آیا می‌توان شیشه شیر کودک را داخل ماکروفر گرم کرد؟

ماکروفر می‌تواند «نقاط داغ شده خطرناکی» را بر روی شیشه شیر خشک یا شیر طبیعی نوزاد ایجاد کند، بنابراین نباید هیچ‌گاه از ماکروفر برای گرم کردن شیشه شیر نوزاد استفاده کرد.

اگر مادری هستید که تنها به دلیل حوصله نداشتن می‌خواهید اقدام به فریز کردن شیر خود کنید، دست نگه دارید، زیرا این روش‌ها تنها برای مادران شاغلی است که امکان شیردهی مستقیم به نوزاد خود را ندارند. اما اگر شما فرصت دارید استفاده از این روش‌ها برای کودکان اصلاً مفید نیست و هیچ چیزی برای نوزاد مانند آغوش مادر و مکیدن شیر از سینه مادر نمی‌باشد

