



Amning og sutteflaske

Amning:

Amning er den bedste måde at ernære dit barn på, hvis du har mulighed for dette. Modermælk er den ernæring, der passer bedst til det nyfødte barns behov. Det er lige ved hånden og har den rigtige temperatur. Modermælk giver også barnet en naturlig beskyttelse mod infektioner og forebygger allergi. Men det er væsentlig at bemærke, at modermælk er meget sød.

Hyppige natamninger kan derfor give huller i tænderne, især hvis tænderne ikke bliver børstet helt rene mindst en gang dagligt.



Sutteflaske:

En sutteflaske bør kun indeholde modermælkserstatning, vand eller usødet te. Kom ikke juice eller saft i sutteflasken. Det lille barn vænner sig lynhurtig til den søde smag, og det kan dermed blive svært at få det til at drikke andet. Fra ca. 6 mdr. alderen kan barnet også drikke af en kop.

Som med amning skal man huske på, at modermælkserstatning er sødt, og kan give huller i tænderne. Begræns derfor måltiderne til det antal din sundhedsplejerske anbefaler.

