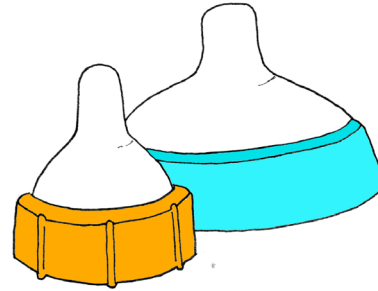


Flaskmatning i babyns takt

Att äta ur flaska i sin egen takt är ett tryggt och trevligt sätt att äta för en liten baby. Det minskar babyns upplevelse av stress och ger babyn möjlighet att äta lagom mycket åt gången. Under måltidens gång är det viktigt att den vuxna iakttar och besvarar babyns signaler.

Babyn signalerar att hen är hungrig genom att börja söka efter bröstet: vänder på huvudet, öppnar munnen, slickar sig på läpparna och för händerna till munnen. Gråten är babyns allra sista hungersignal, och det lönar sig inte att vänta på den. En gråtande baby kan vara för uppgjagad för att äta och behöver först tid att lugna ner sig.



← En bra flasknapp påminner om bröstvårtan: så mjuk som möjligt, rak och med långsamt mjölkflöde.

→ Mata alltid babyn i famnen. När babyn får äta i sin egen takt ligger hen upprätt mot den vuxnas arm eller på sida över den vuxnas lår.

Mata babyn varannan gång från din högra arm och varannan gång från din vänstra arm. Att byta sida stöder babyns utveckling.



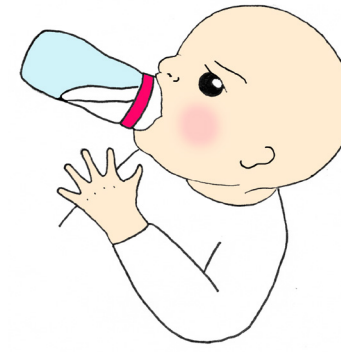
1 Rör försiktigt vid babyns läppar med nappflaskans yttersta del, så börjar babyn söka efter flaskan och öppnar munnen. För inte in flaskan i babyns mun med tvång, utan vänta att babyn själv tar flaskan i munnen.



2 Håll flaskan så att det ännu inte rinner mjölk i nappen. Låt babyn suga på den tomma nappen ungefär en minut, precis som vid bröstet för att få mjölken att rinna till.



3 Luta på flaskan så att det rinner mjölk i nappen. Babyn suger och sväljer mjölk i sin egen takt med korta andningspauser emellan.



4 Håll ögonkontakt med babyn under hela måltiden. Om mjölken rinner för snabbt eller ätandet känns otrevligt för babyn, uppvisar hen **stressignaler**.



5 När du ser tecken på stress eller om babyn tar en längre paus i sugandet, luta flaskan så att mjölken rinner ur nappen och nappen inte rör vid babyns gom. Om babyn fortfarande vill äta, börjar hen snart suga igen. När babyn är mätt, söker hen inte längre efter flaskan och fortsätter inte suga.

Gasbesvär?

När babyn suger på den tomma flasknappen, sväljer hen inte. När du matar i lugn takt och iakttar babyns budskap, åker också mindre luft ner i babyns mage tillsammans med mjölken. Tack vare den upprätta matningsställningen kommer största delen av luften ut via näsan redan under matningen.

Tecken på stress

- rynkad panna, oroad blick
- spretande fingrar eller tår
- mjölk som rinner ur mungipan
- snabb sväljfrekvens och högljudda klunkar
- pustande och flämtande
- försök att vända på huvudet eller avvisa flaskan

Att mata ur flaska är samarbete och trevlig växelverkan med babyn. Babyn behöver alltid en vuxen som matar hen och tolkar hens budskap. Låt aldrig babyn äta ensam ur en flaska som är stödd i upprätt läge.