

# Tilberedning instruksjon NAN 1 morsmelkerstatning

**VIKTIG!** Morsmelk er best for barnet. Du bør amme barnet så lenge som mulig. Rådfør deg med helsestasjonen før du velger erstatning.

## Hvor mye morsmelkerstatning bør jeg lage?

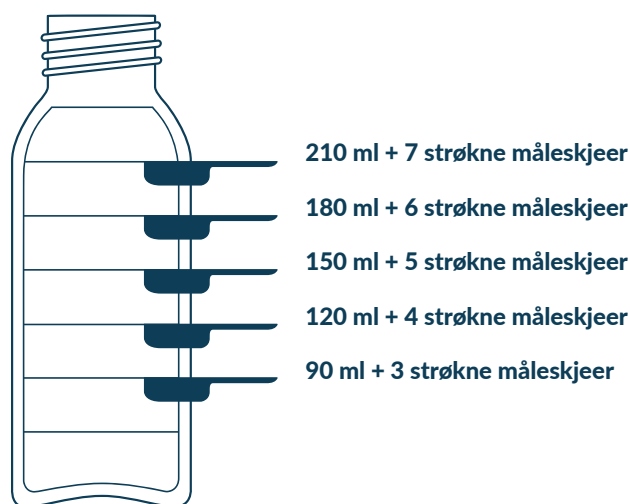
DOSERINGSTABELL

| Barnets alder | Kokt, avkjølt vann (<40°C) | Strøkne måleskjeer* | Antall måltider pr. døgn*** |
|---------------|----------------------------|---------------------|-----------------------------|
| 1-2 uker      | 90 ml                      | 3                   | 6                           |
| 3-4 uker      | 120 ml                     | 4                   | 5                           |
| 2 måneder     | 150 ml                     | 5                   | 5                           |
| 3-4 måneder   | 180 ml                     | 6                   | 5                           |
| 5-6 måneder** | 210 ml                     | 7                   | 5                           |

\*Bruk bare måleskjeen i pakken. For mye pulver kan føre til dehydrering, mens for lite pulver gir utilstrekkelig næring. Ikke endre vann/pulver-forholdet uten først å konsultere lege.

\*\*Etter 6 måneder er det på tide å begynne med variert kost. Rådfør deg med helsestasjonen.

\*\*\*Avhengig av barnets behov.



## Tilberedning



Vask hendene dine nøye.



Rengjør flaske, smokk og lokk grundig. Kok i 5 minutter. Oppbevares tildekket til neste måltid.



Kok vannet i noen minutter og la det avkjøles til ca. 40 °C.



Se doseringstabellen for barnets alder. Fyll først flasken med riktig mengde lunkent vann. Benytt kun måleskjeen som følger med, og tilsett riktig antall strøkne måleskjeer.



Lukk boksen godt etter hver bruk og oppbevar den tørt og kjølig.



Sett på lokket og rist godt til alt pulveret er oppløst.

**VIKTIG!** Tilbered kun én flaske om gangen og følg instruksjonene nøye. Mat med én gang og kast eventuelle rester. Barnet kan bli sykt dersom erstatningen blandes feil eller ved feil oppbevaring eller tilberedning, da dette potensielt kan fremme vekst av uønskede bakterier. Hold barnet mens du mater, slik at du ser at det ikke setter noe i halsen.

**VIKTIG:** Vi mener amming er den ideelle ernæringsmessige starten for spedbarnet. Vi støtter fullt ut anbefalingen fra Verdens helseorganisasjon (WHO) om fullamming de første seks månedene av livet, etterfulgt av introduksjon av næringsrik, fast føde, i kombinasjon med amming opptil to års alder. Vi anerkjenner også at amming kanskje ikke er et alternativ for alle foreldre, og vi anbefaler, at du snakker med helsesykepleier eller annet helsepersonell om hvordan du best sikrer spedbarnets ernæring og når du skal starte med tilleggskost. Hvis du velger å ikke amme skal du være klar over at en slik beslutning er vanskelig å gå tilbake på, og at det har sosiale og økonomiske konsekvenser. Delvis flaskemating vil redusere produksjon av morsmelk. Morsmelkerstatning skal alltid tilberedes, brukes og oppbevares som anvist på forpakning for å unngå risiko for barnets helse.

DK: 80 300 100  
Nestlé Danmark A/S  
Kay Fiskers Plads 10  
2300 København S  
www.nestlefamilynes.dk  
forbrukerkontakt@dk.nestle.com

FI: 0800-06161  
Suomen Nestlé Oy  
PL 50  
02151 Espoo  
www.nestlefamilynes.fi  
kuluttajapalvelu@fi.nestle.com

NO: 800 80 730  
Nestlé Barnemat  
Postboks 683 Skøyen  
0214 Oslo  
www.nestlefamilynes.no  
barnemat@no.nestle.com

SE: 020-29 92 00  
Nestlé Sverige AB  
Box 7173  
250 07 Helsingborg  
www.nestlebaby.se  
barnmatsforum@se.nestle.com

Nestlé  
**FamilyNes**