

Bottle Feeding Your Baby

Bottle feeding with formula will meet your baby's food needs. Your doctor will help decide which formula is right for your baby. Never give milk from cows or goats to a baby during the first year.

Formula comes in three forms:

- **Ready to feed** formulas need no mixing.
 - Pour the formula into a clean bottle.
 - Use ready to feed formula if you are unsure about the quality of your water.
 - Once opened, use the formula within 72 hours.
 - This type of formula costs the most.
- **Liquid concentrate** formula needs to be mixed with equal parts of water.
 - Once mixed, use this formula within 48 hours.
 - This formula costs less than ready to feed.
- **Powdered formula** needs to be mixed with water.
 - Once mixed, use this formula within 24 hours.
 - This type of formula costs the least.

Water from your faucet is often clean enough to use unless it is supplied by a well or your house has old plumbing. Old plumbing may contain lead. Lead poisoning can cause brain damage in your baby. If you have well water or old plumbing, have the water tested. You may need to use bottled water for your baby.

Feeding Your Baby

Ask your baby's doctor how many ounces and how often to feed your baby. Every time your baby cries he may not be hungry. Watch your baby for feeding cues such as moving his hands to his mouth, movement of legs or arms, and making noises. Do not delay feeding when your baby has signs of being hungry even if you feel you have just fed your baby.

Cho Trẻ Bú Bình

Bú bình với sữa chế biến sẵn sẽ đáp ứng đầy đủ nhu cầu thực phẩm của trẻ. Bác sĩ sẽ chỉ cho quý vị chọn loại sữa nào phù hợp với con của mình. Không bao giờ cho trẻ uống sữa lấy từ bò hay dê trong năm đầu tiên.

Có ba loại sữa chế biến sẵn:

- **Sữa sẵn sàng để uống ngay**, không cần pha trộn.
 - Rót sữa vào bình sạch.
 - Nên dùng sữa sẵn sàng uống ngay nếu quý vị không biết chất lượng nước mình đang dùng.
 - Sau khi mở nắp, nên dùng sữa trong vòng 72 giờ đồng hồ.
 - Đây là loại sữa đắt tiền nhất.
- **Sữa nước đậm đặc** cần được pha với một lượng nước tương đương.
 - Sau khi pha, thì nên dùng sữa này trong vòng 48 giờ đồng hồ.
 - Loại sữa này rẻ tiền hơn loại sữa sẵn sàng uống ngay.
- **Sữa bột** cần phải pha với nước.
 - Sau khi pha, thì nên dùng sữa này trong vòng 24 giờ đồng hồ.
 - Loại sữa này rẻ tiền nhất.

Nước từ vòi thường đủ sạch để dùng trừ khi xài nước giếng hay đường ống nước nhà quý vị đã quá cũ. Ống nước cũ có thể chứa chất chì. Nhiễm độc chì có thể làm tổn thương não cho trẻ. Nếu quý vị xài nước giếng hay có ống nước quá cũ, thì cần phải thử nghiệm nước. Quý vị có thể phải dùng nước đóng chai cho trẻ.

Cho trẻ bú

Hỏi bác sĩ của con quý vị để biết phải dùng bao nhiêu aoxơ (ounce) và bao lâu thì cho con bú một lần. Mỗi khi trẻ khóc không hẳn là em đói. Quan sát những dấu hiệu cho biết trẻ cần bú như em đưa tay vào miệng, cử động chân tay, và làm ồn. Hãy cho trẻ bú ngay khi em có các dấu hiệu đã đói ngay cả khi quý vị nghĩ là trẻ vừa được cho bú.

Each baby's eating habits are different. As a general guide:

- During the first few days, most babies eat about 1-2 ounces at each feeding every 2 to 4 hours.
- By two weeks, most babies are eating 3 to 4 ounces at each feeding every 3 to 4 hours. In time, your baby will develop a pattern.
- Your baby may eat different amounts at times.

Preparing the Formula

If you are using **liquid concentrate formula**, mix the formula with equal parts of water.

If you are using **powdered formula**, mix 1 level scoop of formula with 2 fluid ounces of water.

Stir the formula well. If you add too much or too little water to the formula, your baby may not get enough food. **Do not** add honey, corn syrup or other ingredients to your baby's formula.

Bottle Nipples

Use a nipple for your baby's age. Make sure the nipple hole is small enough so the formula drips out slowly.

Warming Bottles

Formula should be at **room temperature**. To warm formula, place the bottle in a pan or bowl of heated water. Mix the formula in the bottle and test the temperature by dropping a few drops of formula on the inside of your wrist.

Never warm bottles in the microwave or on the stove because it destroys vitamins and does not heat the formula evenly. The bottle could explode or cause serious burns to your baby.

Mỗi trẻ có thói quen bú sữa khác nhau. Hướng dẫn tổng quát là như sau:

- Trong những ngày đầu, phần lớn các em bú từ 1-2 aoxơ (30-60 mL) một lần trong mỗi 2 đến 4 giờ.
- Đến gần hai tuần, phần lớn các em bú từ 3-4 aoxơ (90-120 mL) một lần trong mỗi 3 đến 4 giờ. Theo thời gian, con quý vị sẽ có một thói quen riêng.
- Đôi khi con của quý vị có thể bú mỗi lần với số lượng khác nhau.

Chuẩn bị sữa

Nếu quý vị dùng **sữa nước đậm đặc**, pha sữa với lượng nước tương đương.

Nếu quý vị dùng **sữa bột**, pha một muỗng gạt với hai aoxơ nước.

Quậy sữa thật kỹ. Nếu quý vị cho vào quá nhiều nước hay quá ít nước vào sữa, con quý vị có thể không có đủ thức ăn. **Đừng** cho thêm mật ong, xirô bắp hay nguyên liệu khác vào sữa của con.

Núm vú của bình sữa

Dùng núm vú đúng với tuổi cho con. Phải chắc là lỗ của núm vú vừa đủ nhỏ để sữa nhều ra từ từ được.

Hâm nóng bình sữa

Sữa phải được giữ theo **hiệt độ trong phòng**. Để hâm nóng sữa, đặt bình sữa vào một cái chảo hay chén có nước nóng. Pha sữa bột trong bình và thử nhiệt độ bằng cách nhỏ vài giọt sữa bột vào phía trong cổ tay của quý vị.

Không bao giờ hâm nóng bình sữa bằng lò vi ba hay trên lò nấu vì như vậy sẽ tiêu hủy các sinh tố và không làm nóng sữa đều. Bình sữa có thể nổ tung hay làm trẻ bị phỏng nặng.

Storing Formula

Once a bottle is made or a can of liquid formula is opened, store it in the refrigerator. After the baby has finished a feeding, throw away any formula left in the bottle. When leaving the house, keep the formula cold in a cooler.

Positioning for Bottle Feedings

Hold your baby close to you so he or she can feel your warmth and touch. Have your baby's head slightly higher than his or her body. Never leave the bottle propped in your baby's mouth.

Is My Baby Getting Enough Formula?

Your baby is getting enough formula if he or she:

- Has 6 or more wet diapers in a 24 hour period
- Sleeps between feedings
- Has more than 2 bowel movements each day
- Has had an increase in weight

Talk to your baby's doctor or nurse if you have any questions or concerns.

Cất giữ sữa

Sau khi đã pha sữa vào bình xong hay đã mở nắp lon sữa nước, bảo quản các thứ đó vào trong tủ lạnh. Sau khi trẻ đã bú xong, bỏ hết tất cả sữa còn dư trong bình. Khi đi ra khỏi nhà, giữ sữa mát trong thùng giữ lạnh.

Cách giữ bình sữa khi cho bú

Bé con quý vị vào sát quý vị để em có thể nhận được hơi ấm và sự âu yếm của quý vị. Để đầu trẻ hơi cao hơn thân mình của em một tí. Đừng bao giờ để con quý vị ngậm bình sữa trong miệng.

Bé có uống đủ sữa không?

Con của quý vị đã uống đủ sữa bột nếu em:

- Có 6 tả ướt hay nhiều hơn trong khoảng thời gian 24 giờ
- Ngủ giữa các cử bú
- Đi tiêu nhiều hơn hai lần mỗi ngày
- Tăng cân lượng

Cho bác sĩ hay y tá của con quý vị biết nếu quý vị có thắc mắc hay quan tâm gì.

2/2007. Developed through a partnership of Mount Carmel Health, Ohio State University Medical Center, and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.

Bottle Feeding Your Baby. Vietnamese.