

# PHA SỮA CÔNG THỨC BỘT CHO TRẺ NHỎ

## TRƯỚC KHI BẮT ĐẦU

- Nhìn vào ngày ở trên lon. Con số này cho biết “Best if used by” (Sử dụng tốt nhất trước ngày) hoặc “Best by” (Tốt nhất trước ngày). Không sử dụng sữa công thức sau ngày này.
- Làm sạch bề mặt pha sữa.
- Rửa sạch phần trên của lon.
- Rửa tay ít nhất 20 giây bằng nước và xà phòng.
- Hỏi bác sĩ xem quý vị có cần đun sôi nước máy trước khi pha sữa công thức hay không. Hỏi về việc sử dụng nước đóng chai.

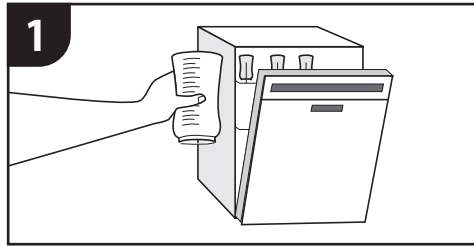
## SAU KHI HOÀN THÀNH

### Bảo quản các lon sữa công thức bột:

- Đảm bảo nắp của những lon đã mở được đậy thật chặt.
- Bảo quản ở nơi khô thoáng. Không để lon sữa bột trong tủ mát.
- Sử dụng trong vòng một tháng sau khi mở nắp.



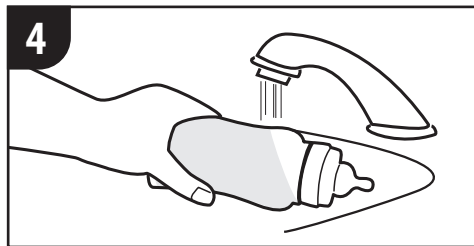
DOH 961-996 October 2022 Vietnamese  
Để yêu cầu tài liệu này ở các định dạng khác, hãy gọi 1-800-841-1410. Khách hàng bị khiếm thính hoặc khó nghe, vui lòng gọi 711 (Washington Relay) hoặc gửi email đến WIC@doh.wa.gov.



## LÀM SẠCH BÌNH

Rửa tất cả các bình và bộ phận của bình trong máy rửa bát theo chu trình đầy đủ **HOẶC** làm theo các bước sau:

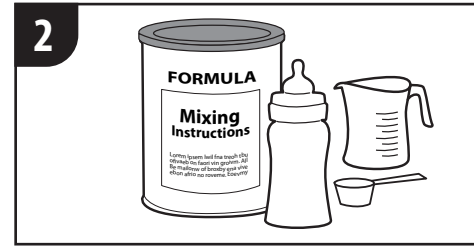
1. Rửa bằng nước nóng, xà phòng. Rửa thật sạch.
2. Cho bình và các bộ phận của bình đã rửa sạch vào nồi và đổ ngập nước. Cho lên bếp và đun sôi trong năm phút.
3. Dừng đun. Lấy bình và các bộ phận ra ngoài. Đặt trên bề mặt sạch để khô trong không khí.



## QUÝ VỊ KHÔNG CẦN PHẢI HÂM NÓNG SỮA CÔNG THỨC

Nếu quý vị muốn hâm nóng sữa công thức:

- Giữ bình sữa công thức dưới vòi nước ấm hoặc đặt vào bát nước ấm (không đun sôi).
- **Đừng cho bình vào lò vi sóng.**
- Điều này có thể gây ra nhiệt không đều và làm bỏng miệng của trẻ.

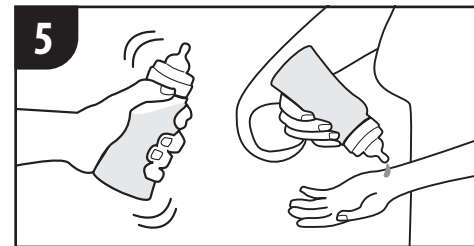


## HÃY LÀM THEO HƯỚNG DẪN MỘT CÁCH CHÍNH XÁC

- Pha sữa công thức theo chỉ dẫn trên lon.
- Điều quan trọng đối với sức khỏe của trẻ là sử dụng đúng lượng sữa bột và nước.

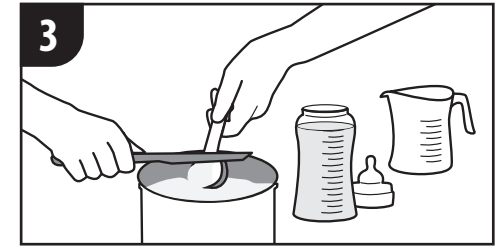
**Sử dụng quá ít nước** sẽ làm cho sữa công thức khó tiêu hóa.

**Sử dụng quá nhiều nước** sẽ làm loãng sữa công thức, có nghĩa là trẻ không nhận được đủ lượng calo và chất dinh dưỡng.



## LUÔN LẮC ĐỀU BÌNH

- Không được khuấy.
- Bóp một vài giọt sữa công thức lên phần trong cổ tay quý vị. Sữa phải không bị nóng.
- Cho trẻ bú ngay sau khi pha.
- Sau khi cho trẻ bú, luôn bỏ hết sữa công thức còn dư ở trong bình. Vi khuẩn từ miệng của trẻ sẽ trộn lẫn với sữa công thức trong quá trình bú.



## ĐONG SỮA THẬT CẨN THẬN

- Sử dụng số ounce theo đánh dấu trên bình để thêm nước lạnh vào chai trước.
- Đong bột bằng muỗng đi kèm với lon sữa công thức. Đong một muỗng đầy (không nén) và dùng mặt phẳng của dao để gạt bỏ phần bột dư.
- Thêm bột vào và lắc nhẹ bình để hoà tan sữa.



## BẢO QUẢN BÌNH SỮA CÔNG THỨC TRONG TỦ MÁT

- Chỉ pha lượng vừa đủ cho một lần bú hoặc nhiều nhất là vừa đủ sử dụng trong 24 giờ.
- Đậy nắp nút vú mỗi bình sữa.
- Bảo quản trong tủ mát cho đến khi sẵn sàng sử dụng trong ngày đó.
- Không để sữa công thức đã pha ở nhiệt độ phòng. Không bảo quản trong tủ đông.