

# 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.

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..

# إرضاع الطفل بواسطة الزجاجاة

يعد إرضاع الطفل الحليب الصناعي بواسطة الزجاجاة كافيًا لسد حاجات الطفل الغذائية. وسوف يساعدك الطبيب على تحديد الحليب الصناعي المناسب لطفلك. ولكن لا تقدمي للطفل في عامه الأول حليب البقر أو الماعز أبدًا.

للحليب الصناعي ثلاث صور هي:

- الحليب الصناعي الجاهز للتقديم، وهو لا يحتاج إلى خلط.
  - صُبّي الحليب في زجاجة نظيفة.
  - استخدم الحليب الصناعي الجاهز للتقديم إذا لم تكوني متأكدة من نقاء المياه.
  - بمجرد فتح العبوة، استخدم الحليب خلال 72 ساعة.
  - هذا النوع من الحليب الصناعي هو الأعلى سعرًا.
- الحليب الصناعي السائل المركز، ويتم خلطه بأجزاء مساوية من المياه.
  - استخدم الحليب خلال 48 ساعة، من مجرد خلطه بالمياه.
  - وهذا النوع من الحليب أقل سعرًا من الحليب الصناعي الجاهز للتقديم.
- حليب صناعي في صورة مسحوق، ويلزم خلطه بالمياه.
  - استخدم هذا الحليب خلال 24 ساعة، من مجرد خلطه بالمياه.
  - هذا النوع من الحليب أقل أنواع الحليب الصناعي سعرًا.

غالبًا ما تكون مياه الصنبور نظيفة بالقدر الذي يسمح باستخدامها، وذلك ما لم تكن الآبار مصدر هذه المياه، كذلك إن لم تكن شبكة مواسير المياه بالمنزل قديمة. فقد تحتوي المواسير القديمة على مادة الرصاص. وقد يؤدي التسمم بالرصاص إلى حدوث تلف بمخ الطفل. إذا كانت المياه مستمدة من الآبار أو إذا كانت شبكة المياه قديمة، فيجب فحص هذه المياه. فقد تحتاجين إلى استخدام المياه المعبأة في زجاجات عند إرضاع الطفل.

## إرضاع الطفل

أسأل طبيب الأطفال عن عدد أوقيات الحليب التي يجب أن يرضعها الطفل وعن عدد مرات الإرضاع. بكاء الطفل لا يعد دليلًا على الجوع في كل مرة. راقبي طفلك لملاحظة تصرفاته التي تدل على الجوع مثل تحريك اليدين إلى الفم وحركة القدمين أو الذراعين وإحداث الضوضاء. لا تتواني عن إرضاع الطفل عند ظهور علامات الجوع عليه حتى وإن كنت تشعرين بمرور فترة وجيزة على إرضاعه.

لكل طفل عادات مختلفة في تناول الطعام. ولكن كقاعدة عامة:

- يتناول معظم الأطفال أثناء الأيام القليلة الأولى من 30 - 60 مل (1 إلى 2 أوقية) في كل مرة يرضع فيها، ويكون ذلك كل 2-4 ساعات.
- عندما يصل عمر الطفل إلى أسبوعين، يتناول معظم الأطفال من 90 - 120 مل (3 إلى 4 أوقيات) (في كل مرة يرضع فيها، ويكون ذلك كل 3-4 ساعات. وبمرور الوقت، يتعود الطفل على نظام معين.
- قد يتناول الطفل كميات مختلفة من الغذاء في بعض الأوقات.

## **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.

## **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.

## إعداد الحليب الصناعي

إذا كنت تستخدمين الحليب الصناعي السائل المركز، فقومي بخلط الحليب بأجزاء مساوية من الماء.

وإذا كنت تستخدمين حليباً صناعياً في صورة مسحوق، فقومي بخلط ملء مغرفة صغيرة واحدة من الحليب بأوقيتين من الماء السائل.

قومي بمزج الحليب جيداً. واحرصي على عدم إضافة الماء إلى اللبن بكمية قليلة أو زائدة، فقد لا يحصل الطفل على الغذاء الكافي. ولا تقومي بإضافة العسل أو شربات الذرة أو غير ذلك من المكونات إلى الحليب الصناعي الذي يتناوله الطفل.

## حلمات الزجاجاة

استخدمي حلماة زجاجاة مناسبة لعمر الطفل. تأكدي من أن ثقب الحلمة ضيق بدرجة تسمح بتقطير الحليب من الزجاجاة ببطء.

## تدفئة الزجاجات

يجب أن تكون درجة حرارة الحليب الصناعي هي نفس درجة حرارة الغرفة. ولتدفئة الحليب الصناعي، قومي بوضع الزجاجاة في مقلاة أو سلطانية تحتوي على مياه ساخنة. قومي بخلط الحليب في الزجاجاة واختبري درجة الحرارة بوضع بعض قطرات الحليب على الجزء الداخلي من معصمك.

لا تقومي مطلقاً بتدفئة الزجاجات في الميكروويف أو على الموقد حيث يؤدي ذلك إلى ضياع الفيتامينات وعدم سخون الحليب بشكل متوازن. كذلك قد تنفجر الزجاجاة أو تسبب حروقاً خطيرة للطفل.

## تخزين الحليب الصناعي

بعد تحضير زجاجاة الحليب أو فتح علبة الحليب السائل، ضعها في الثلاجة. وبعد انتهاء الطفل من الرضاعة، يجب التخلص من أي حليب متبق في الزجاجاة. وعند مغادرة المنزل، يجب وضع الحليب في وعاء تبريد للإبقاء عليه بارداً.

## وضعية الطفل أثناء الإرضاع من الزجاجاة

قومي بحمل الطفل وتقريبه منك حتى يشعر بدفئك ولامستك له. وارفعي رأسه عن جسمه قليلاً. ولا تقومي مطلقاً بسند الزجاجاة على فمه.

## **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.**

## هل يحصل طفلي على القدر الكافي من الحليب الصناعي ؟

يحصل الطفل على القدر الكافي من الحليب الصناعي إذا كان:

- يببل 6 حفاضات أو أكثر كل 24 ساعة
- ينام بين مرات الإرضاع
- يتبرز أكثر من مرتين يوميًا
- يزيد في الوزن

تحدثي إلى الطبيب أو الممرضة إذا ساورتك أية مخاوف أو كانت لديك أية أسئلة.

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](http://www.healthinfotranslations.com).

Bottle Feeding Your Baby. Arabic.