

Dlaczego sterylizacja jest konieczna

Mimo że jako świeżo upieczona mama lub tata masz dość obowiązków, sterylizacja artykułów do karmienia dzieci to zadanie, którego nie można uniknąć. Niedokładnie wyczyszczone akcesoria do karmienia i brak sterylizacji mogą doprowadzić do bólów brzuszka czy biegunki, a co za tym idzie do złego samopoczucia mamy i dziecka.

Rodzice często pytają nas o układ odpornościowy dziecka i sterylizację. Dr Gray odpowiada:

Czy powinno się narażać małe dzieci na kontakt z bakteriami? Słyszałam, że dzięki temu staną się bardziej odporne.

„To rzeczywiście ważne, aby dziecko wykształciło swój układ odpornościowy. Jednak sterylizacja artykułów do karmienia nie stoi temu na przeszkodzie. Dzieci będą miały kontakt z bakteriami znajdującymi się w domu i ich układ odpornościowy stopniowo nauczy się jak sobie z nimi radzić. To z pewnością zdrowsze dla Państwa dziecka niż pochłanianie ogromnych ilości bakterii rozmnażających się w brudnych artykułach do karmienia. Ich sterylizacja pomaga również chronić dziecko przed szczególnie groźnymi bakteriami i innymi rodzajami zarazków, które mogą znajdować się w bieżącej wodzie, mleku, a czasem nawet na Waszych rękach. Nawet niewielkie ilości tego typu zarazków mogą wywołać chorobę, trzeba więc chronić przed nimi dziecko w początkowym okresie życia”.

Czy podczas sterylizacji artykułów do karmienia niszczone są również dobre bakterie?

„Brak dobrych bakterii w artykułach do karmienia dzieci nie stanowi problemu. Twoje dziecko otrzyma ich wystarczającą ilość w pożywieniu”.

Czy sterylizacja jest naprawdę konieczna w miejscach, w których woda z kranu nadaje się do picia?

„W miejscach, gdzie woda z kranu jest zdatna do spożycia ryzyko dla dziecka jest mniejsze. Jednak układ odpornościowy dziecka w pierwszym roku życia nie jest jeszcze w pełni wykształcony i woda odpowiednia dla osoby dorosłej nie zawsze jest bezpieczna dla dziecka. W większości krajów rozwiniętych rząd bądź władze lokalne regulują kwestię wody pitnej i tzw. dopuszczalne ryzyko dla zdrowia. Oznacza to, że przeciętna, zdrowa osoba dorosła nie zachoruje po jej spożyciu. Niemowlęta mają słabszy układ odpornościowy niż przeciętna osoba dorosła, dlatego trzeba być bardziej ostrożnym, jeśli chodzi o użytkowanie wody z kranu.

Trzeba też pamiętać, że szkodliwe bakterie mogą znajdować się na rękach lub w resztkach mleka w butelce. Dokładne mycie rąk i artykułów do karmienia dzieci pomaga zmniejszyć ryzyko, ale dzięki sterylizacji możemy być pewni, że wszystkie bakterie zostały zniszczone”.

Teraz, kiedy moje dziecko potrafi już siedzieć i raczkować, czy sterylizacja butelek, smoczków i laktatora nadal



Dr. Jim Gray ze szpitala dziecięcego w Birmingham w Wielkiej Brytanii wyjaśnia, dlaczego sterylizacja artykułów do karmienia dzieci jest tak ważna.

„Pomimo tego, że warunki życia poprawiły się na całym świecie, infekcje u niemowląt występują stanowczo zbyt często zarówno w krajach rozwijających się, jak i rozwiniętych. Mogą one prowadzić do takich objawów, jak uporczywe wymioty i biegunka, a w niektórych przypadkach konieczna może być hospitalizacja. Warto wiedzieć, że bakterie powodujące tego rodzaju choroby mogą znajdować się w bieżącej wodzie, mleku, resztkach w butelce lub na niemytych rękach dotykających jedzenia bądź artykułów do karmienia. Organizm osoby dorosłej jest bardziej odporny na tego rodzaju infekcje, natomiast

układ odpornościowy dziecka w pierwszym roku życia nie jest jeszcze w pełni wykształcony. Sterylizacja artykułów do karmienia dzieci i dokładne mycie rąk przed przygotowaniem jedzenia pomagają chronić dziecko przed tego rodzaju infekcjami. Kiedy Twoje dziecko skończy roczek, jego układ odpornościowy będzie już na tyle silny, że poradzi sobie z typowymi zarazkami i sterylizacja nie będzie już potrzebna”.



ma sens? Tym bardziej, że córka często wkłada do buzi przedmioty, które leżały na podłodze.

„Tak, powinna Pani nadal je sterylizować, nawet jeśli dziecko zaczyna raczkować i podnosi przedmioty z podłogi. Dziecko może połknąć znacznie więcej bakterii pochodzących z brudnych artykułów do karmienia niż raczkując po podłodze. Poza tym, niektóre rodzaje bakterii występujące w artykułach do karmienia mogą być bardziej szkodliwe niż te znajdujące się na podłodze”.

Czy można wysterylizować butelki dziecka w zmywarce?

„Większość zmywarek nie jest w stanie wytworzyć temperatury wystarczającej do wysterylizowania butelek dziecka. Badania wykazały, że aby szybko i niezawodnie zniszczyć wszystkie bakterie najczęściej atakujące dzieci, niezbędna jest temperatura przynajmniej 90 stopni Celsjusza we wszystkich częściach urządzenia. Sterylizator do butelek dla niemowląt zapewnia odpowiednią temperaturę”.

Które przedmioty powinno się sterylizować?

„Aby chronić dziecko przed chorobami, należy sterylizować wszystkie artykuły do karmienia przez pierwsze pół roku życia. Jeśli w ciągu tych 6 miesięcy dziecko zaczęło spożywać pokarmy stałe, warto sterylizować miski i łyżeczki. Później należy sterylizować jedynie pojemniki i przyrządy służące do karmienia mlekiem, aż dziecko skończy roczek”.

Kiedy można przestać sterylizować?

„Zalecamy kontynuowanie sterylizacji do ukończenia przez dziecko pierwszego roku życia”.

