

Zbog čega je sterilizacija nužna

Iako kao nova mama ili novi tata imate i više nego dovoljno posla, tu je još jedan od onih sitnih zadataka od kojih se ne može pobjeći: sterilizacija opreme za hranjenje bebe. Zaboravite li pravilno očistiti i sterilizirati opremu za hranjenje svoje bebe, to može dovesti do tegoba u trbuščiću, proljeva i lošeg osjećaja, kako kod bebe, tako i kod majke.

Roditelji nam često upućuju pitanja o imunološkom sustavu njihovih beba i sterilizaciji. Dr. Gray ima odgovore:

Nije li važno bebu u ranoj dobi izlagati bakterijama? Čula sam da bebe lakše obolijevaju ako ih previše pokušavamo zaštititi.

“Doista je važno da vaša beba počne razvijati svoj imunološki sustav. Međutim, sterilizacija opreme za hranjenje neće spriječiti razvoj imunološkog sustava. Beba će postupno biti izložena bakterijama u kućanstvu i njen će imunološki sustav naučiti kako se nositi s tim bakterijama. To je za vašu bebu vjerojatno mnogo zdravije od izlaganja velikim količinama bakterija koje su se namnožile na nečistoj opremi za hranjenje. Sterilizacija opreme za hranjenje pomaže i u zaštiti bebe od naročito štetnih bakterija i drugih vrsta mikroba koji mogu biti prisutni u vodi iz slavine, mlijeku, a ponekad i na vašim rukama. Beba se može razboljeti čak i od malih količina takvih mikroba i zato je važno da bebu zaštitite od njih u tako ranoj dobi.”

Ako steriliziram svu opremu za hranjenje, neću li tako uništiti i dobre bakterije?

“Dobro je ako oprema za hranjenje vaše bebe bude potpuno očišćena od bakterija nakon sterilizacije. Vaša će beba potrebnu količinu dobrih bakterija primiti putem hrane.”

Je li sterilizacija doista nužna u područjima gdje je voda iz slavine sigurna za piće?

“U područjima gdje je voda iz slavine sigurna za piće rizik za bebu će biti manji nego u područjima gdje voda iz slavine nije sigurna za piće. Međutim, imunološki sustav vaše bebe u prvoj godini njenog života nije dovoljno razvijen, što znači da voda iz slavine koja je sigurna za odrasle osobe nije uvijek sigurna i za malu bebu. U većini država u razvoju vlade ili lokalna tijela uprave vodom za piće upravljaju na način da nastoje utvrditi “prihvatljivu razinu zdravstvenog rizika” za općenitu populaciju, što znači da se prosječno zdrave odrasle osobe neće razboljeti od takve vode. Novorođenče ima slabiji imunološki sustav od odrasle osobe, što znači da korištenju vode iz slavine treba pristupati s dodatnim oprezom.

Osim toga, treba naglasiti da se štetne bakterije mogu prenijeti i s vaših ruku ili s ostataka mlijeka u bočici. Temeljito pranje ruku i opreme za hranjenje bebe pomoći će u smanjenju tog rizika, ali sterilizacijom ćete zajamčeno uništiti sve preostale bakterije.”



Dr. Jim Gray iz bolnice za djecu u Birminghamu, u Ujedinjenom Kraljevstvu, objašnjava zbog čega je sterilizacija opreme za hranjenje vaše bebe toliko važna.

“Unatoč poboljšanjima uvjeta života u cijelom svijetu, infekcije kod novorođenčadi i nadalje su prečeste, kako u razvijenim državama, tako i u onima u razvoju. Te infekcije mogu uzrokovati simptome poput akutne mučnine i proljeva, a ponekad čak zahtijevaju i hospitalizaciju. Važno je znati da se bakterije koje uzrokuju takve bolesti mogu širiti putem vode iz slavine, ostataka mlijeka u bočici ili neopranih ruku koje dolaze u kontakt s hranom ili opremom za hranjenje. Odrasli su sposobniji za obranu od takvih infekcija, ali imunološki sustav bebe

je tijekom njene prve godine života još jako nerazvijen. Sterilizacija opreme za hranjenje vaše bebe i temeljito pranje ruku prije pripremanja hrane za bebu doprinijet će zaštiti vaše bebe i sprečavanju takvih infekcija. Do trenutka kada vaša beba navrší godinu dana, njen će imunološki sustav ojačati dovoljno da se samostalno zaštiti od uobičajenih mikroba pa sterilizacija više neće biti potrebna.”



Moja beba sada može samostalno sjediti i puzati - ne postaje li time sterilizacija bočica, dudu, varalica i pumpice za izdavanje besmislena, naročito stoga što često u usta stavlja predmete koje pokupi s poda?

“Ne. Preporučujemo da nastavite sa sterilizacijom, čak i nakon što vaša beba počne puzati i podizati predmete s poda. Količina bakterija koju će beba progutati s nečiste opreme za hranjenje vjerojatno je veća od one s kojom će se susresti dok puže po podu. Također, neke vrste bakterija koje se mogu pronaći u opremi za hranjenje potencijalno su štetnije od bakterija koje će dijete pokupiti puzajući po podu.”

Mogu li za sterilizaciju bebinih bočica koristiti stroj za pranje posuđa?

“Temperatura u većini strojeva za pranje posuđa nije dovoljno visoka za sterilizaciju bebinih bočica. Istraživanje je pokazalo da je za brzo i pouzdano uništavanje svih bakterija koje najčešće napadaju djecu potrebna temperatura od najmanje 90 stupnjeva Celzija (195 stupnjeva Fahrenheita) u

svim dijelovima uređaja. Korištenjem sterilizatora bočica za bebe osigurava se postizanje potrebnih temperatura.”

Koji se predmeti trebaju sterilizirati?

“Kako biste svoju bebu zaštitili od bolesti, svakako tijekom prvih 6 mjeseci sterilizirajte svu opremu za hranjenje. Ako bebi prije navršenih 6 mjeseci počnete davati čvrstu hranu, dobro je sterilizirati bočice i žličice. Nakon tog razdoblja, pa sve dok dijete ne navrší godinu dana, potrebno je sterilizirati samo opremu za hranjenje mlijekom, poput bočica i pumpica za izdavanje.”

Kada mogu prestati sa sterilizacijom?

“Preporučujemo da sterilizaciju koristite sve dok vaše dijete ne navrší godinu dana.”

