

Návod pre matky na zber materského mlieka

Cieľ odberov:

Cieľom tohto návodu je získať od Vás vzorku materského mlieka takým spôsobom, aby sa predišlo jeho kontaminácii (znečisteniu chemickými látkami), ktorá by mohla spôsobiť chyby pri chemických analýzach.

Ako odobrať vzorku mlieka:

Vzorku mlieka prosím odoberte ručným vytlačením mlieka.

Prosím, zapamätajte si:

- Na zber mlieka použite iba nami dodanú nádobu. Nepoužívajte poháre, fľašky alebo iné nádoby z vašej domácnosti. Mlieko zbierajte priamo do dodanej nádoby.
- Prsník a ruky si pred odberom poriadne umyte v teplej vode, ale bez použitia mydla a saponátov, ktoré by mohli skresliť chemickú analýzu. Ak musíte použiť mydlo, jeho zvyšky z prsníka a rúk dôkladne zmyte čistou vodou.
- Pred odberom materského mlieka nepoužívajte na bradavky žiadne masti ani krémy. Ak ste v deň odberu použili na bradavky masť alebo krém, umyte si bradavky mydlom a dôkladne opláchnite čistou vodou.

Nasledujúce rady môžu poslúžiť k tomu, aby bol pre Vás odber mlieka ľahší, rýchlejší a pohodlnejší:

Kedy odoberať vzorku:

Odporúčame Vám vykonať odber mlieka v bežnom čase kŕmenia dieťaťa, aspoň 2 hodiny po predchádzajúcom dojení. Mali by ste sa snažiť nazbierať tzv. „zadné mlieko“, teda mlieko ku koncu dojčenia, ktoré je bohatšie na tuky.

Uchovávanie a preprava vzorky mlieka:

Ak sa vám nepodarí odobrať naraz 10 ml mlieka, čiastočne naplnenú a dobre uzavretú nádobku vložte do chladničky a pokračujte v odbere počas 24 hodín. Keď odobriete aspoň 10 ml mlieka, nádobku dobre uzatvorte a vložte do **mrazničky**. Je potrebné ju uchovať v zmrazenom stave bez rozmrazovania, kým si ju neprevezme pracovník štúdie.