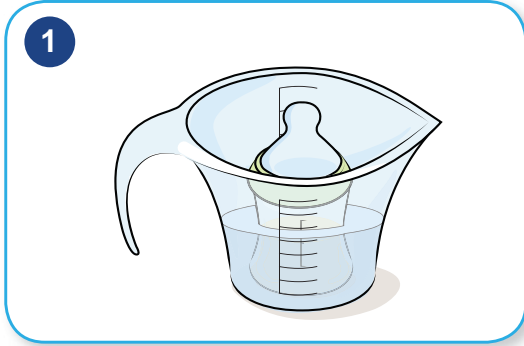


수유법에 관해 정보에 입각한 의사 결정을 내리는 법은 담당 의사 및 공중 보건 간호사와 상담하십시오. 중요한 사실이 기재된 조언지 #1을 참조하십시오.

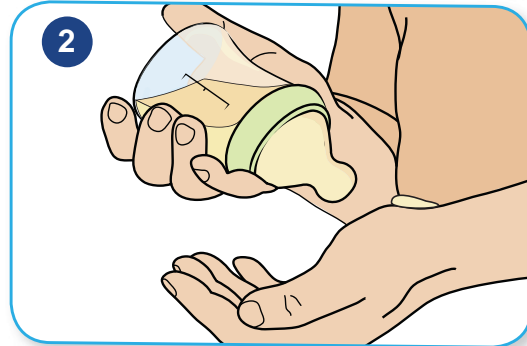
분유 데우기



분유는 따뜻하거나 차갑게 수유할 수 있습니다. 분유를 데울 경우 아래와 같이 하십시오:

- 젖병을 따뜻한 물이 담긴 용기에 넣거나 젖병 보온기 사용.
- 15분 이상 데우지 마십시오.
- 데우는 동안 젖병을 몇 번 흔드십시오.

분유를 전자 레인지에 가열하지 마십시오.



분유가 데워지면 젖병을 흔드십시오.

손목 안 쪽에 분유 몇 방울을 떨어뜨려 분유가 너무 뜨겁지 않은지 확인하십시오. 약간 따뜻하고 뜨겁지 않게 느껴져야 합니다.

아기 젖병 수유법



아기가 배고플 경우 아래의 조기 징후를 보입니다:

- 팔을 젓고 움직임.
- 입을 벌리고 입술로 짹짹 거림.
- 머리를 엄마 쪽으로 향함.

이때가 수유할 좋은 타이밍입니다.

대부분의 아기는 24시간 내에 8회 이상 먹습니다.



아기가 많이 굶주린 경우 아래의 징후를 보입니다:

- 손을 입 속에 넣음.
- 빨고 핀는 동작.
- 가만히 안절부절 못 함.
- 소리내기.



아기가 극도로 배고플 경우 아래의 징후를 보입니다.

- 동요하며 울기.
- 짜증냄.
- 지쳐 잠이 듦.

엄마가 화난 아기를 달래야 할 수도 있습니다.



젖병 수유 시 아기를 똑바로 세우십시오. 젖꼭지를 아랫 입술 아래에 갖다 댄 후 입이 벌어지기를 기다리십시오.

젖병을 물건에 지탱시켜 물리거나 잠자리에 젖병을 물리지 마십시오.



스트레스 증상을 보이면 아기에게 휴식을 취하게 하십시오:

- 입안에서 우유가 새어 나옴.
- 질식 및 구역질.
- 꿀떡 삼키거나 빠르게 삼킴.
- 꿈틀대거나 젖병을 밀어냄.
- 머리를 멀리 둠.



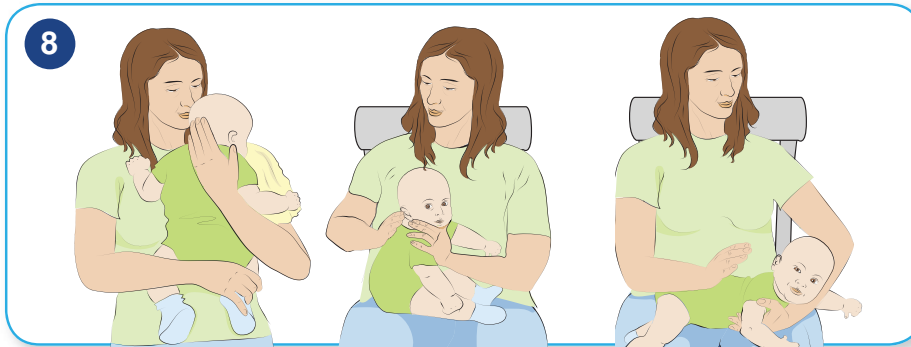
트림이 필요한 징후는 다음과 같습니다.

- 등을 아치형으로 만들기.
- 기분이 안 좋아지거나 편치 않음.
- 젖병을 입에서 빼냄.
- 젖병 빨기를 늦추거나 멈춤.



아기가 배부르다는 징후를 보이면 수유를 중단하십시오. 다음과 같은 징후를 포함합니다.

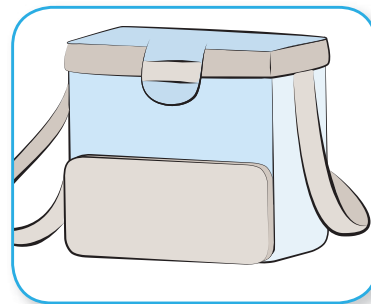
- 젖병 빨기를 늦추거나 멈춤.
- 입 다물기.
- 머리를 멀리 둠.
- 젖병이나 수유하는 사람을 밀쳐 냄.
- 잠이 듦.



아기를 등을 손으로 오무려 가볍게 두드려 트림을 시키십시오. 다음의 자세를 시도해 보십시오.

이동 시 분유 관리법

- 여행하는 경우 분유를 미리 준비하십시오.
- 젖병을 냉장고나 식히거나 만질 때 차가운 상태로 가져가십시오.
- 수유 시간까지 냉장 아이스박스에 보관하십시오.
- 남은 분유는 24시간이 지나면 버리십시오.



아기 수유법 및 시기에 대한 정보는 소책자 **유아 조제 분유 16 ~ 20쪽: 알아야 할 사항**을 참조하십시오.