

# Почему необходимо выполнять стерилизацию

Наверняка, вам, новоиспеченной маме, и так хватает дел, однако пренебречь стерилизацией принадлежностей для кормления малыша никак нельзя. Если вовремя не очищать и не стерилизовать принадлежности для кормления, у малыша может появиться расстройство желудка и диарея, что, конечно, испортит настроение и ему, и его маме.

Родители часто задают нам вопросы об иммунной системе детей и стерилизации. Доктор Грей отвечает на них.

**Разве не нужно допускать контакта детей с бактериями с раннего возраста? Мне говорили, что если детей слишком сильно оберегать, то потом они будут больше подвержены болезням.**

“Формирование иммунной системы ребенка очень важно. Однако стерилизация принадлежностей для кормления совсем не мешает этому. Дети будут сталкиваться с бактериями у вас дома и постепенно учиться справляться с ними. Это гораздо лучше, чем если бы вы позволили ребенку глотать огромное количество вредных бактерий, скапливающихся на грязных предметах. Стерилизация принадлежностей для кормления помогает защитить малыша от особенно опасных бактерий и микробов, которые могут находиться в водопроводной воде, в молоке и иногда — на ваших руках. Даже незначительное число таких микробов может вызывать болезни у ребенка, поэтому в раннем возрасте малыша следует защищать от них”.

**При стерилизации всех принадлежностей для питания будут ли также уничтожены полезные бактерии?**

“Совершенно нормально, если после стерилизации на принадлежностях для питания не будет никаких бактерий. Все необходимые полезные бактерии ваш ребенок получит с питанием”.

**Нужна ли стерилизация там, где водопроводная вода пригодна для питья?**

“В регионах, где водопроводная вода пригодна для питья, риск заболеть для ребенка будет ниже, чем там, где нельзя пить воду из-под крана. Однако иммунная система в первый год жизни очень слаба, и вода, безопасная для взрослого человека, может представлять опасность для малыша. В большинстве развитых стран федеральные и муниципальные органы следят за тем, чтобы водопроводная вода представляла лишь “допустимый риск для здоровья”, то есть при употреблении такой воды у среднестатистического человека не возникнет проблем. У младенцев иммунная система гораздо слабее, чем у взрослых, поэтому при использовании водопроводной воды необходимо проявлять особую осторожность. Также помните, что вредные бактерии могут передаваться через ваши руки или остатки молока в бутылочке. Чтобы снизить риск, можно тщательно мыть руки и принадлежности для кормления, однако стерилизация поможет полностью уничтожить все бактерии”.



**Доктор Джим Грей (Jim Gray)** из детской больницы в Бирмингеме (Великобритания) объясняет, почему так важно стерилизовать принадлежности для кормления детей.

“Несмотря на то что в общем условия жизни во всем мире значительно улучшились, детские инфекции по-прежнему очень распространены как в развитых, так и в развивающихся странах. Они могут вызывать диарею и такие симптомы, которые возникают при острых заболеваниях, в результате чего иногда даже требуется госпитализация. Важно понимать, что бактерии, вызывающие такие болезни, могут передаваться через водопроводную воду, остатки молока на бутылочке или при контакте невымытых рук с пищей или принадлежностями для кормления. Взрослые люди могут

легко справиться с такими инфекциями, однако иммунная система ребенка слишком слаба в первый год жизни, чтобы противостоять им. Стерилизация принадлежностей для кормления и тщательная очистка рук перед приготовлением пищи для малыша помогут защитить его от инфекций. К тому моменту, когда ваш ребенок будет праздновать свой первый день рождения, его иммунная система будет достаточно сильной, чтобы самостоятельно противостоять микробам, и стерилизацию можно будет прекратить”.



**Мой ребенок уже самостоятельно сидит и ползает. Разве имеет смысл стерилизовать бутылочки, соски, кольца и молокоотсос, ведь он часто берет предметы с пола и “тянет” их в рот?**

“Мы рекомендуем выполнять стерилизацию, даже когда ребенок начинает ползать и брать предметы с пола, так как он с большей вероятностью получит вредные бактерии с плохо вымытых принадлежностей для кормления, чем ползая по полу. Кроме того, бактерии, которые могут быть на детских принадлежностях для кормления, потенциально гораздо опаснее тех, с которыми ребенок может столкнуться на полу”.

**Можно ли использовать посудомоечную машину для стерилизации бутылочек?**

“Большинство посудомоечных машин не обеспечивает достаточно высокой температуры для стерилизации бутылочек. Исследования показали, что для быстрого и эффективного уничтожения всех бактерий, которые наиболее часто наносят вред детям, требуется температура не менее 90 градусов по Цельсию во всех частях устройства. Стерилизаторы для

детских бутылочек обеспечивают необходимую температуру”.

**Какие предметы необходимо стерилизовать?**

“Чтобы защитить ребенка от болезней, стерилизуйте все принадлежности для кормления в течение первых 6 месяцев. Если вы ввели в рацион твердые продукты до 6 месяцев, также следует стерилизовать миски и ложки. После этого срока достаточно стерилизовать только принадлежности для кормления молоком, такие как бутылочки и молокоотсосы, пока ребенок не достигнет одного года”.

**Когда можно прекратить стерилизацию?**

“Стерилизацию можно прекратить, когда ребенку исполнится один год”.

