

Förvaring av bröstmjök

Bröstmjök kan samlas in och förvaras. Det är viktigt med god handhygien – tvätta alltid händerna innan du ska handmjölka eller sätta ihop bröstpumpsdelarna för att pumpa.

Begrepp

Färsk bröstmjök - nyutpumpad bröstmjök som ej kylts ner

Kyld bröstmjök - bröstmjök som är kylskåpskall (max 6°C)

Fryst bröstmjök - bröstmjök som är nedfrusen (minst -20°C)

Tinad bröstmjök - bröstmjök som varit frusen

Färsk utpumpad bröstmjök som ska ges som nästa mål mat

Den mängd som beräknas gå åt till nästa mål **kan förvaras i rumstemperatur i upp till 6 timmar.**

Färsk utpumpad mjök som ska användas senare än om 6 timmar

- Ställ mjölken i kylskåp så snart som möjligt alternativt direkt i frysen
- Nyutpumpad kroppsvarm bröstmjök får ej blandas med kyld eller fryst bröstmjök. Flera behållare med kyld bröstmjök kan hällas ihop till en innan infrysning.
- **Nyutpumpad bröstmjök får förvaras max 72 timmar i kylskåp.**
- **Nyutpumpad bröstmjök som ska frysas placeras i frys så snart som möjligt, inom 24 timmar.**

Fryst bröstmjök

- **Bröstmjök får förvaras i frys (minst -20°C) i upp till 6 månader.**
- Tina bröstmjölken i kylskåp
- **Tinad bröstmjök får förvaras max 48 timmar i kylskåp.**
- Tinad donerad/pastöriserad bröstmjök får förvaras max 24 timmar i kylskåp.

Uppvärmning av bröstmjök inför måltid

Bröstmjölken värms strax före måltiden genom att ställa behållaren i ett vattenbad med temperatur på 37 – 40°C.

Testa temperaturen genom att hälla en droppe på insidan av handleden (eftersträva kroppstemperatur - cirka 37 grader C).

Under förvaring kan mjölken ha separerat i olika lager – vrid på flaska försiktigt efter uppvärmning så att mjölken blandas.

Använd INTE mikrovågsugn för att tina eller värma bröstmjölken. Den ojämna uppvärmningen kan göra att viktiga ämnen i mjölken kan förstöras. Mjölken kan också bli väldigt varm.

Överskottsmjök kan doneras

Du som har ett överskott på bröstmjök kan donera mjök till barn som behöver den. Mer information om bröstmjöksdonation finner du på www.milknet.se/bli-donator eller genom att kontakta neonatalavdelningen.