



ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΒΡΕΦΙΚΟΥ ΓΑΛΑΚΤΟΣ ΣΕ ΣΚΟΝΗ

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΚΟΙΝΟ

Σύμφωνα με σύσταση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (ΠΟΥ), τα βρέφη πρέπει να τρέφονται αποκλειστικά μέσω του θηλασμού μέχρι την ηλικία των 6 μηνών για την καλύτερη υγεία και ανάπτυξή τους (1). Ωστόσο, στην περίπτωση που δεν υπάρχει η δυνατότητα του θηλασμού, η κατανάλωση βρεφικού γάλακτος σε σκόνη είναι συνήθης και ασφαλής πρακτική. Οι εταιρείες παραγωγής μεριμνούν για τη λήψη μέτρων που θα μειώσουν την πιθανότητα επιμόλυνσής του. Παρ' όλα αυτά, έχουν αναφερθεί διεθνώς περιστατικά και επιδημίες γαστρεντερίτιδας που έχουν συνδεθεί με την επιμόλυνση βρεφικού γάλακτος σε σκόνη (2). Τα βακτήρια *Salmonella enterica* και *Enterobacter sakazakii* είναι τα συχνότερα αναγνωρισμένα παθογόνα, σύμφωνα με τη διεθνή βιβλιογραφία (2-4), ενώ στο παρελθόν έχουν σημειωθεί επιδημίες σαλμονέλλωσης σχετιζόμενες με την κατανάλωση βρεφικού γάλακτος (5,6).

Τα νεογνά, ειδικά αυτά που είναι ηλικίας <2 μηνών, τα πρόωρα, τα ανοσοκατεσταλμένα βρέφη και αυτά που έχουν χαμηλό βάρος γέννησης (<2,5 kg) διατρέχουν το μεγαλύτερο κίνδυνο νόσησης (2). Σε αυτές τις περιπτώσεις, ο ΠΟΥ συστήνει τη χορήγηση αποστειρωμένου βρεφικού γάλακτος σε υγρή μορφή (sterile ready-to-feed liquid infant formula), όπου αυτό είναι διαθέσιμο (2).

Οι επαγγελματίες (σε νοσοκομεία, βρεφονηπιακούς σταθμούς κ.α.), καθώς επίσης οι γονείς ή άλλα άτομα που εμπλέκονται στην προετοιμασία του γάλακτος, οφείλουν να ακολουθούν τις κατευθυντήριες οδηγίες που έχουν θεσπιστεί για την παρασκευή και την αποθήκευσή του (2,7,8):

ΕΙΔΙΚΑ ΜΕΤΡΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ

1. Δε χρησιμοποιούμε το προϊόν μετά την ημερομηνία λήξης και βεβαιωνόμαστε ότι η συσκευασία είναι σε καλή κατάσταση (χωρίς βαθουλώματα ή κηλίδες σκουριάς).
2. Πλένουμε καλά τα χέρια μας πριν την προετοιμασία του γάλακτος και απολυμαίνουμε τις επιφάνειες που θα χρησιμοποιηθούν. Οι γονείς θα πρέπει να συμβουλεύονται τον παιδίατρό τους σχετικά με την αποστείρωση των σκευών (πρακτικές, χρονικό διάστημα εφαρμογής της αποστείρωσης κτλ.).
3. Χρησιμοποιούμε ασφαλές πόσιμο νερό για την παρασκευή του γάλακτος. Η θερμοκρασία του δε θα πρέπει να είναι μικρότερη των 70°C.
4. Χρησιμοποιούμε την ακριβή ποσότητα νερού και σκόνης σύμφωνα με τις οδηγίες που αναγράφονται στη συσκευασία. Πρώτα υπολογίζουμε την ποσότητα του νερού και στη συνέχεια προσθέτουμε τη σκόνη. Δεν την αραιώνουμε προσθέτοντας επιπλέον νερό.
5. Ο χρόνος που μεσολαβεί μεταξύ της παρασκευής του γάλακτος και της κατανάλωσης πρέπει να είναι ο μικρότερος δυνατός και δεν πρέπει να ξεπερνά τις 2 ώρες.
6. Αν το γάλα δεν πρόκειται να καταναλωθεί εντός 2 ωρών, θα πρέπει να συντηρείται στο ψυγείο, σε θερμοκρασία όχι μεγαλύτερη των 5°C. Ο χρόνος συντήρησης συστήνεται να μην ξεπερνά τις 24 ώρες.
7. Απορρίπτουμε το γάλα που έχει μείνει στο μπιμπερό μετά το τέλος του γεύματος και δεν το συντηρούμε στο ψυγείο.
8. Δε συστήνεται η χρήση του φούρνου μικροκυμάτων για τη θέρμανση ή την επαναθέρμανση του γάλακτος. Σε περίπτωση που χρειαστεί επαναθέρμανση, τοποθετούμε το μπιμπερό κάτω από τρεχούμενο ζεστό νερό ή σε ένα δοχείο με ζεστό νερό, προσέχοντας να μην εισέλθει νερό στο μπιμπερό ή στη θηλή σιλικόνης. Ο χρόνος επαναθέρμανσης δε θα πρέπει να ξεπερνά τα 15 λεπτά.
9. Απορρίπτουμε το γάλα που έχει επαναθερμανθεί και δεν καταναλώθηκε εντός 2 ωρών.
10. Μετά το τέλος του γεύματος, καθαρίζουμε σχολαστικά τα σκεύη που χρησιμοποιήθηκαν.

Ενδεικτική βιβλιογραφία:

1. World Health Organization. Health topics: Breastfeeding. Διαθέσιμο στο: <https://www.who.int/topics/breastfeeding/en/>
2. World Health Organization in collaboration with Food and Agriculture Organization of the United Nations, “Safe preparation, storage and handling of powdered infant formula, Guidelines”, 2007. Διαθέσιμο στο: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43659/9789241595414_eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y
3. Food and Agriculture Organization of the United Nations/World Health Organization, *Enterobacter sakazakii* and *Salmonella* in powdered infant formula; meeting report. Microbiological Risk Assessment Series 10, 2006, pg. xv-xvii. Διαθέσιμο στο: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/43547>
4. Hunter J.C., Petrosyan M., Ford R.H., Prasadarao V.N. *Enterobacter sakazakii*: An emerging pathogen in infants and neonates. *Surg Infect*, 2008 Oct; 9(5): 533-539 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2579942/>
5. Jourdan-da Silva Nathalie, Fabre Laetitia, Robinson Eve *et al.* Ongoing nationwide outbreak of *Salmonella* Agona associated with internationally distributed infant milk products, France, December 2017. *Euro Surveill.* 2018;23(2):pii=17-00852. <https://doi.org/10.2807/1560-7917.ES.2018.23.2.17-00852>
6. Fredirick J. Angulo, Sarah M. Cahill, I. Kaye Wachsmuth, Maria de Lourdes Costarrica, Peter Karim Ben Embarek, Powdered Infant Formula as a Source of *Salmonella* Infection in Infants, *Clinical Infectious Diseases*, Volume 46, Issue 2, 15 January 2008, Pages 268–273, <https://doi.org/10.1086/524737>
7. World Health Organization, “How to prepare formula for bottle-feeding at home”, 2007. Διαθέσιμο στο: https://www.who.int/foodsafety/publications/micro/PIF_Bottle_en.pdf
8. Center for Disease Control and Prevention, “How to prepare and store powdered infant formula”, 2021. Διαθέσιμο στο: <https://www.cdc.gov/nutrition/downloads/prepare-store-powered-infant-formula-508.pdf>