

How old is your baby?	Ce vârstă are bebelușul?
0-2 months	0-2 luni
2-4 months	2-4 luni
4-6 months	4-6 luni
6-9 months	6-9 luni
9-12 months	9-12 luni
>12 months	>12 luni
How was your baby fed last week?	Cum a fost hrănit bebelușul săptămâna trecută?
only breast milk	doar lapte matern
breast milk and infant formula	lapte matern și lapte praf
only infant formula	doar lapte praf
How was your baby fed yesterday?	Cum a fost hrănit bebelușul ieri?
If you are breastfeeding, do not stop. Continue to do so until your child is at least 2 years of age. This is the most reliable, cheapest and safest way of feeding your child. Breastfeeding will protect your baby against infections.	Dacă alăptezi, nu întrerupe alăptarea. Continuă până copilul are cel puțin 2 ani. Acesta este cel mai fiabil, mai ieftin și mai sigur mod de a vă hrăni copilul. Alăptarea vă va proteja copilul împotriva infecțiilor.
Formula feeding your baby is dangerous in the current situation. This is why we do not want to give infant formula to breastfeeding women.	Hrănirea bebelușului cu lapte praf este periculoasă în situația actuală. Acesta este motivul pentru care nu dorim să oferim lapte praf pentru bebeluși femeilor care alăptează.
If you recently stopped breastfeeding, you can restart. This is by far the safest option for your baby. Frequent suckling at the breast, day and night, will help to stimulate breastmilk production. Offer the breast before offering any other food or liquid.	Dacă ați întrerupt recent alăptarea, puteți relacta. Aceasta este de departe cea mai sigură opțiune pentru copilul tău. Alăptarea frecventă, zi și noapte, va ajuta la stimularea producției de lapte matern. Oferiți sânul înainte de a oferi orice alt aliment sau lichid.
Do not give breastfed babies less than 6 months any extra water, juices, teas or foods.	Nu oferiți bebelușilor alăptați, cu vârsta mai mică de 6 luni, apă, sucuri, ceaiuri sau alimente.
Exclusive breastfeeding offers the best nutrition for small babies. Breastmilk contains ingredients that protect your baby from infection. Giving other foods/fluids will reduce your milk supply and increase the chances of infection, especially in this situation.	Alăptarea exclusivă oferă cea mai bună nutriție pentru bebeluși. Laptele matern conține ingrediente care protejează copilul de infecții. Oferirea altor alimente/lichide va reduce cantitatea de lapte și va crește șansele de infecție, mai ales în această situație specială.
If you are both breastfeeding and using infant formula or other milks, it is safer to only breastfeed. Breastfeed before feeding formula in order to stimulate breastmilk production. You can gradually replace each formula feed with a breastfeed. This may take a few days.	Dacă alăptați și utilizați lapte praf sau alt tip de lapte, este mai sigur să rămâneți doar la alăptare. Alăptați înainte de hrănirea cu lapte praf pentru a stimula producția de lapte matern. Puteți înlocui treptat fiecare masă de lapte praf cu alăptare. Acest lucru poate dura câteva zile.
Do not start to use infant formula if you have never used it. It is very difficult to prepare in your situation, we cannot provide you with all the supplies you will need, and it is expensive. Feeding your baby formula makes them more likely to get sick with diarrhea and chest infections which are serious illnesses for babies.	Nu începeți să utilizați lapte praf dacă nu l-ați folosit niciodată. Este foarte greu să-l pregătiți în situația dvs., nu vă putem pune la dispoziție toate instrumentele de care veți avea nevoie și este scump. Hrănirea bebelușului cu lapte praf îl poate, cel mai probabil, îmbolnăvi de diaree și infecții toracice, boli grave pentru bebeluși.

Stress does not reduce your breastmilk supply but it can slow the release of milk and this can make babies fussy and upset. Thinking about your love and hope for your baby will help the milk to flow. If available, being in a private place can help you relax. If your baby is over 6 months of age, continue to breastfeed as often as for as long as possible (2+ years) in addition to adding other foods. Try to offer the breast before other foods.	Stress-ul nu reduce cantitatea de lapte matern, dar poate încetini fluxul laptelui și acest lucru îi poate agita și supăra pe bebeluși. Dacă te gândești la dragoste și speranță pentru copilul tău, va ajuta laptele să curgă. Dacă este disponibil, un loc privat vă poate ajuta să vă relaxați. Dacă bebelușul are peste 6 luni, continuați să alăptați cât mai des, cât mai mult posibil (2+ ani), pe lângă alte alimente. Încercați să oferiți sânul înaintea altor alimente.
wash hands	spălați mâinile
ensure bottle and teat are thoroughly washed	asigurați-vă că biberonul sau tetina sunt bine spălate
measure water accurately	măsurați apa cu precizie
measure powder accurately	măsurați cantitatea de lapte praf cu precizie
Discard unused formula	aruncați laptele praf neutilizat
Powder that is mixed with cool potable water must be consumed immediately.	laptele praf care este amestecat cu apă potabilă rece trebuie consumat imediat.

English

Romanian

Created March 2022

