

English	Hungarian/magyar
How old is your baby?	Mennyi idős a kisbabád?
0-2 months	0-2 hónapos
2-4 months	2-4 hónapos
4-6 months	4-6 hónapos
6-9 months	6-9 hónapos
9-12 months	9-12 hónapos
>12 months	több mint 12 hónapos
How was your baby fed last week?	Hogyan tápláltad a kisbabád múlt héten?
only breastmilk	kizárólag anyatejjel
breastmilk and infant formula	anyatejjel és tápszerrel
only infant formula	kizárólag tápszerrel
How was your baby fed yesterday?	Hogyan tápláltad tegnap a kisbabád?
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.	Ha szoptatsz, ne hagyj abba. Folytasd legalább a gyermeked két éves koráig. A szoptatás gyermeked táplálásának legmegbízhatóbb, legolcsóbb és legbiztonságosabb módja. A szoptatás megvédi kisbabádat a fertőző betegségektől.
Formula feeding your baby is dangerous in the current situation. This is why we do not want to give infant formula to breastfeeding women.	A jelenlegi helyzetben veszélyes tápszerrel etetni a kisbabádat. A szoptató nőknek emiatt nem szeretnénk tápszert adni.
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.	Ha nemrég hagytad abba a szoptatást, újratezheted. Mindközül ez a legbiztonságosabb táplálási mód a kisbabádnak. Ha éjjel és nappal gyakran megszoptatod a kisbabádat, az segíteni fog a tejtermelés serkentésében. A melletet kínáld a kisbabádnak bármilyen más étel vagy folyadék előtt.
Do not give breastfed babies less than 6 months any extra water, juices, teas or foods.	A 6 hónaposnál fiatalabb szoptatott babáknak az anyatejen kívül ne adj más folyadékot, gyümölcslejt, teát vagy szilárd ételt.
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.	A kizárólagos szoptatás nyújtja a legjobb táplálékot a kisbabáknak. Az anyatej olyan összetevőket tartalmaz, amelyek megvédik a babádat a fertőző betegségektől. Más ételek vagy folyadékok adása csökkentheti a tejtermelést és növelheti a fertőzések kockázatát, különösképp a jelenlegi helyzetben.
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.	Ha a szoptatás mellett tápszert vagy más tejet is adsz a kisbabádnak, biztonságosabb kizárólag szoptatni, Szoptasd meg, mielőtt tápszert adnál neki, hogy növeld a tejed mennyiségét. Ahogy a gyakori szoptatással nő a tejmennyiség, a babának adott tápszer mennyisége naponta csökkenthető. Beletelhet néhány napba, amíg sikerül az anyatej mennyiségét a kisbaba szükségletei szerint megnövelni és a tápszert elhagyni.
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.	Ne kezdj tápszert használni, ha még soha nem tetted. Nagyon nehéz elkészíteni a jelenlegi helyzetben, nem tudunk minden szükséges eszközt biztosítani hozzá, emellett sok pénzbe kerül. A tápszeres táplálás növeli a hasmenés és légúti megbetegedések valószínűségét, amelyek súlyosan megbetegíthetik a kisbabádat.

<p>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.</p> <p>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.</p>	<p>A stressz nem csökkenti a tejmennyiséget, de lassíthatja a tej folyását, amitől a kisbabák nyűgösek és zaklatottak lehetnek. Ha a kisbabád iránt érzett szeretetre és az ő reményteli jövőjére gondolsz szoptatás közben, segítheted a tejed megindulását. Segíthet az is az ellazulásban, ha van lehetőséged nyugodt helyen szoptatni, ahol nem zavarnak mások. Ha a babád idősebb 6 hónaposnál, szoptasd amilyen gyakran csak lehet, amilyen sokáig csak tudod (legalább két éves korig) a hozzátáplálás mellett. Próbáld megszoptatni, mielőtt más étellel kínálnád.</p>
wash hands	moss kezet
ensure bottle and teat are thoroughly washed	alaposan mosogasd el a cumisüveget és a cumit
measure water accurately	a vizet pontosan mérd ki
measure powder accurately	a tápszert pontosan mérd ki
Discard unused formula	a megmaradt tápszert öntsd ki
Powder that is mixed with cool potable water must be consumed immediately.	A hideg ivóvízzel bekevert tápszert azonnal el kell fogyasztani.

Document created March 2022

