

# Feeding Babies

If you are breastfeeding your baby, do not stop breastfeeding. This is the most reliable, cheapest, and safest way of feeding and protecting your baby.

Do not start to use infant formula if you have never used it, it is very difficult to prepare in this situation and your baby is more likely to become sick with diarrhea and other infections.

If you have a baby over six months of age, continue to breastfeed as often and as long as possible, in addition to adding other foods. You do not need to use infant formula but can use other milk sources instead.

If you wish to continue to use feeding bottle for your baby, hygienic preparation with boiled water is strongly recommended to reduce the risk of contamination.

## Τροφοδοσία νεογνών

Εάν θηλάζετε το μωρό σας, μην σταματήσετε. Πρόκειται για τον πλέον αξιόπιστο, οικονομικό και ασφαλή τρόπο να θρέψετε και να προστατεύσετε το μωρό σας.

Μην ξεκινήσετε να χρησιμοποιείτε παρασκευάσματα για βρέφη εάν δεν τα έχετε χρησιμοποιήσει ξανά, είναι δύσκολο να τα ετοιμάσετε υπό αυτές τις συνθήκες και υπάρχει πιθανότητα το μωρό σας να προσβληθεί από διάρροια και άλλες λοιμώξεις.

Εάν έχετε μωρό άνω των έξι μηνών, συνεχίστε να θηλάζετε όσο το δυνατόν συχνότερα και για τη μεγαλύτερη δυνατή διάρκεια, προσθέτοντας παράλληλα άλλα τρόφιμα. Δεν χρειάζεται να χρησιμοποιήσετε παρασκευάσματα για βρέφη αλλά μπορείτε εναλλακτικά να χρησιμοποιήσετε άλλες πηγές γάλακτος.

Εάν θέλετε να συνεχίσετε να χρησιμοποιείτε θήλαστρο για το μωρό σας, συνιστάται εντόνως η προετοιμασία του βρασμένου νερού σύμφωνα με τους κανόνες υγιεινής προς αποφυγή κινδύνου μόλυνσης.