Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu
*Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport*

Hoe ga ik hygiënisch om met gekolfde borstvoeding?

1



Was je handen voor het kolven en voor het omgaan met gekolfde borstvoeding.

2



Gebruik je eigen kolfset en goed gereinigde flessen.

3



- Bewaar melk niet in de koelkastdeur, maar achterin de koelkast of in de vriezer.
- Bewaar op juiste temperatuur: 4 graden voor de koelkast en -18 of kouder voor de vriezer.

4



- Vervoer borstvoeding in een schone koeltas/-box.
- Label met naam en datum en gebruik eerst de oudste borstvoeding.

5



- Verwarm borstvoeding au bain-marie of in een flessenverwarmer.
- Of gebruik de magnetron op de laagste stand.

6



- Gebruik altijd een schone fles en speen voor elke voeding.
- Gooi restjes borstvoeding na de voeding weg.

Meer informatie?

Kijk op voedingscentrum.nl/borstvoeding of rivm.nl/borstvoeding



017120