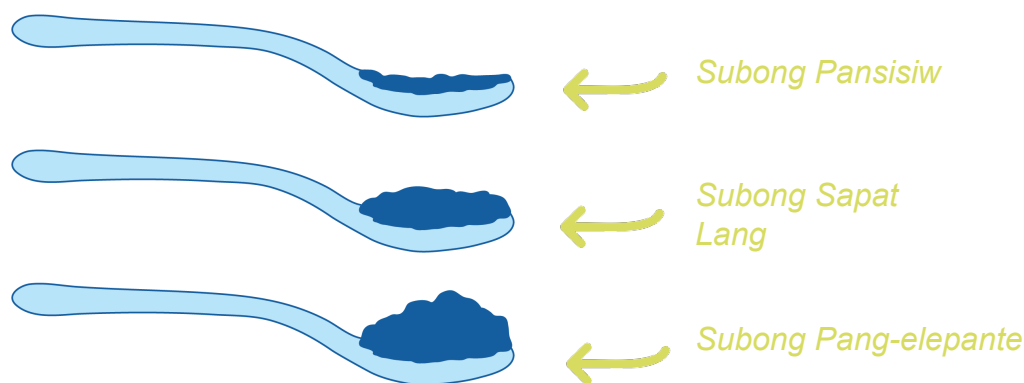


9L 3: MGA HANDOUT PARA SA MGA TAGAPANGALAGA AT MGA KOMUNIDAD – LAKI NG SUBO AT NG SIPSIP

LAKI NG SUBO

Ang laki ng subo para sa mga bata ay dapat madali at ligtas na makakaya para sa kanila. Anuman ang edad ng bata o tekstura ng pagkain na kinakain nila, kailangang maging katugma ng laki ng subo ang kakayahan ng bata. Magdudulot ang masyadong malaking subo ng kahirapan sa pagkain, sa pagkabilaok, pagtangi sa pagkain at pati na aspirasyon. Mainam na magsimula nang kaunti at unti-unting lakihan ang subo kapag nagpapakita na ang bata ng kahandaan.



PINAkamALI	LAKI NG SUBO ¹⁵	PAGLALARAWAN (ANO ANG ITSURA NITO)
	Subong Pansisiw 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Kaunting-kaunting pagkain lang ang nasa kutsara. ○ Mabisa para sa mga batang nasa maagang antas pa lang ng pagkain o mga batang may hamon sa pagkain at paglunok, na pinakaligtas at pinakamatagumpay sa paunti-unting pagkain lamang.
	Subong Sapat Lang 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Kaunti hanggang katamtamang dami ng pagkain ang nasa kutsara. ○ Mabisa para sa mga batang may tipikal na kakayahan sa pagkain o sapat na karanasan sa pagkain gamit ang kutsara, na kaya ng mas maraming pagkain sa isang subuan.
	Subong Pang-elepante 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Sobra-sobra ang pagkain sa kutsara—umaapaw. ○ Mahirap para sa lahat ng bata, mayroon man o walang paghihirap sa pagkain. Kailangang iwasan ang masyadong maraming pagkain dahil hindi ito ligtas.

LAKI NG SIPSIP

Tulad ng laki ng subo, kailangang ang laki ng sipsip ng mga bata ay madali at ligtas nilang makakaya. Anuman ang edad ng bata o ang lapot ng likidong iniinom nila, kailangang maging katugma ng laki ng sipsip ang kakayahan ng bata. Ang paglagok (masyadong malaking sipsip) o pagbibigay ng sunod-sunod na pagsipsip (maraming sipsip at paglunok ng likido nang walang pahinga) para sa bata ay maaaring magdulot ng kahirapan sa pag-inom, madalas na pag-ubo at pagkabilaok, pagtanggap uminom at pati na aspirasyon. Mainam palaging magsimula nang kaunti at lakihan ang sipsip kapag nagpapakita na ng kahandaan ang bata.



HIKAYATIN

- ✓ Maliliit na sipsip na nangangailangan lang ng isang lunok
- ✓ Paisa-isang sipsip lang
- ✓ Pahinga sa pagitan ng mga sipsip—lalo na sa mga batang may kahirapan sa pagkain at paglunok na kailangan ng mas maraming panahon para lumunok
- ✓ Nakaderetsong posisyon ng ulo sa pag-inom mula sa bote, baso o *straw*
- ✓ Unti-unting lakihan ang sipsip at/o bilis ng pag-inom kapag nagpapakita na ng kahandaan ang bata

HUWAG HIKAYATIN

- ∅ Paglagok (malalaking sipsip) na kailangan ng maraming paglunok
- ∅ Maramihang sipsip na magkakasunod
- ∅ Pag-inom ng lahat ng laman ng bote o baso sa isang inuman nang walang pahinga
- ∅ Nakainat palikod na ulo o leeg kapag umiinom mula sa bote, baso o *straw*
- ∅ Malalaking sipsip sa mabilis na antas kapag nagpapakita ang bata na nahihirapan siya, tulad ng pag-ubo, pagkahirin, pagbabago ng kulay, madalas na pagkakasakit, atbp.



Ang Pinakamabisang Paraan para Manatiling Ligat ang Bata ay sa pagbibigay ng pagkain at likido nang paunti-unti at sa mas mabagal na antas. Laging sundan ang bata, hayaan silang gabayan ka kapag handa na sila sa mas malaking subo o sipsip o sa mas mabilis na antas.