

## Zubereitung

Beachten Sie bei der Zubereitung von Säuglingsnahrung genau die Gebrauchsanweisung. Unsachgemäße Zubereitung oder Aufbewahrung des zubereiteten Fläschchens über einen längeren Zeitraum kann zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen durch Wachstum unerwünschter Keime führen. Nahrung vor jeder Mahlzeit frisch zubereiten und sofort füttern. Wichtig: Fläschchen auf Trinktemperatur (37° C) abkühlen (Verbrühungsgefahr). Nahrungsreste nicht wiederverwenden.

Flasche, Sauger und Ring gründlich reinigen. Milchmahlungen nicht in der Mikrowelle erwärmen (Verbrühungsgefahr). Die geöffnete Dose nach Produktentnahme wieder gut verschließen, kühl und trocken lagern und innerhalb von 3 Wochen aufbrauchen.



1 Benötigte Wassermenge abkochen und auf 70° C abkühlen lassen (oder Humana Baby-Wasser auf 70° C erwärmen).



2 Etwa die Hälfte der benötigten Wassermenge in eine gereinigte Flasche füllen.



3 Beigefügten Humana-Messlöffel locker füllen und mit einem Messerrücken o. ä. abstreifen. Erforderliche Pulvermenge in die Flasche füllen.



4 Flasche verschließen und sofort kräftig schütteln. Restliche Menge Wasser hinzugeben und die Flasche nochmals kräftig schütteln. Achtung: Hände vor heißer Flasche schützen (Tuch benutzen).



5 Nahrung auf Trinktemperatur abkühlen: im Wasserbad oder unter fließendem kaltem Wasser (ca. 5-7 Min.).



6 Flasche noch einmal kurz schütteln, Sauger befestigen und Inhalt erneut auf Trinktemperatur (37° C) überprüfen (Verbrühungsgefahr).

- ✓ mit LCP, GOS und Nucleotiden
- ✓ für ein rasches Aufholwachstum
- ✓ mit hydrolysiertem Eiweiß

# Humana

## medical\*

# O-HA

Nahrung für Säuglinge mit niedrigem Geburtsgewicht über 1800 g (Frühgeborene)

\*diätetisches Lebensmittel nur unter ärztlicher Aufsicht verwenden

Über 60 Jahre Erfahrung  
in Wissenschaft und Forschung

# 350 g

## Wichtige Hinweise für die Mutter

Stillen ist die beste Ernährung für Ihr Baby. Sprechen Sie bitte mit Ihrer Klinik oder Ihrem Kinderarzt, wenn Sie eine Säuglingsnahrung verwenden wollen.

Der natürliche Vorteil der Muttermilch-Ernährung muss in der speziellen Situation des untergewichtigen Säuglings (Frühgeborenen) durch ein weiteres Nahrungsangebot ergänzt oder auf Anraten des Arztes voll ersetzt werden, wenn nicht gestillt werden kann.

Nur unter ärztlicher Aufsicht anwenden!

Humana O-HA enthält leicht verfügbare Kohlenhydrate, bei Störungen der Glucosetoleranz nur unter ständiger Stoffwechselkontrolle verwenden. Nicht verwenden bei nachgewiesener Kuhmilchproteinallergie, Lactose-Intoleranz, Glucose-Galactose-Malabsorption und Galactosämie.

## Trinkmenge & Dosierung

Bitte verwenden Sie nur den beigefügten Messlöffel (fasst ca. 5,1 g).

Jedes Baby ist anders und so können die angegebenen Trinkmengen nur Richtwerte sein.

### Zubereitung pro Mahlzeit

Wasser (ml)	Messlöffel	Trinkfertige Nahrung (ml)
30	1	35
60	2	65
90	3	100
120	4	130
150	5	170

Die Dosierung und die Fütterungsdauer richten sich nach Anweisung des Arztes und nach der Gewichtsentwicklung und dem Alter des Säuglings. Die empfohlene, durchschnittliche Trinkmenge für ein Frühchen beträgt 140 ml pro kg Körpergewicht und Tag, die auf ca. 5-10 Mahlzeiten pro Tag verteilt werden. Wir empfehlen die Verwendung von Humana O-HA bis zu einem Gewicht von ca. 5 kg.

**Zutaten:** Lactose, pflanzliche Öle (Palm, Raps, Sonnenblume, Mortierella alpina), Molkenproteinhydrolysat, Maltodextrin, Galacto-Oligosaccharidsirup (aus Milch), Calciumorthophosphat, Emulgator: Citronensäureester von Mono- und Diglyceriden von Speisefettsäuren, Calciumcitrat, tierisches Öl (Fischöl), Cholinhydrogentartrat, Natriumcitrat, Vitaminmischung (Vitamin C, Vitamin E, Niacin, Pantothensäure, Riboflavin, Thiamin, Vitamin A, Vitamin B<sub>6</sub>, Folsäure, Vitamin K<sub>1</sub>, Biotin, Vitamin D<sub>3</sub>, Vitamin B<sub>12</sub>), Calciumchlorid, Inositol, Kaliumchlorid, Magnesiumoxid, Taurin, Nucleotide (Cytidin-5'-monophosphat, Uridin-5'-monophosphat, Adenosin-5'-monophosphat, Inosin-5'-monophosphat, Guanosin-5'-monophosphat), Eisensulfat, Stabilisator: L(+)-Milchsäure, L-Carnitin, Zinksulfat, Kupferferrisinkomplex, Kaliumjodat, Mangansulfat, Natriummolybdat, Natriumselenat, Chromchlorid.

Zusammensetzung	Im Durchschnitt enthalten	100g Pulver	100ml trinkfertige Nahrung
<b>Brennwert</b>	kcal	2089	322
		500	77
<b>Fett</b>	g	26,2	4,0
davon gesättigte Fettsäuren	g	9,0	1,4
einfach ungesättigte Fettsäuren	g	11,6	1,8
mehrfach ungesättigte Fettsäuren	g	5,5	0,9
<b>Kohlenhydrate</b>	g	50,9	7,8
davon: Zucker	g	35,2	5,4
Lactose	g	32,7	5,0
<b>Ballaststoffe</b>	g	3,3	0,5
<b>Eiweiß</b>	g	13,4	2,1
<b>Salz</b>	g	0,53	0,08
<b>Mineralstoffe</b>			
Natrium	mg	210	32
Kalium	mg	490	75
Chlorid	mg	690	60
Calcium	mg	690	100
Phosphor	mg	390	60
Magnesium	mg	58	8,9
Eisen	mg	8,2	1,3
Zink	mg	6,8	1,0
Kupfer	µg	445	69
Jod	µg	170	26
Selen	µg	15	2,3
Mangan	µg	95	15
Fluorid	µg	47	7,2
Chrom	µg	6,2	1,0
Molybdän	µg	21	3,2
<b>Vitamine</b>			
Vitamin A	µg	975	150
Vitamin D	µg	20	3,0
Thiamin	µg	845	130
Riboflavin	µg	1300	200
Niacin	µg	17	2,6
Pantothensäure	µg	7,8	1,2
Vitamin B <sub>6</sub>	µg	780	120
Biotin	µg	33	5,1
Folsäure	µg	200	31
Vitamin B <sub>12</sub>	µg	2,0	0,30
Vitamin C	mg	165	25
Vitamin K	µg	66	10
Vitamin E	mg	26	4,0
Cholin	mg	130	20
Inositol	mg	160	25
L-Carnitin	mg	21	3,2

### Zusätzliche Nährwertinformationen

Linolsäure (ω-6)	mg	800	79,9
α-Linolensäure (ω-3)	mg	80	8,0
Linolsäure : Linolensäure	mg	9,2	9,2
LCP	mg	228	35,2
ARA : DHA	g	1,0	1,0
Glucose	g	1,4	0,2
Maltose	g	15,7	0,2
Dextrine	g	5,7	0,2
Galactooligosaccharide	g	3,3	0,2
Calcium : Phosphor	mg	21,5	3,3
Nucleotide	mg	130	18,5
Osmolarität	mosmol/l	285	
Renale Moltenlast	mosmol/l	285	
Energieerelation:			
Fett	47,2 %		
Kohlenhydrate	40,8 %		
Ballaststoffe	1,3 %		
Eiweiß	10,7 %		

**Humana** Experten-Service Für medizinische Fachfragen  
Mo.-Fr. 9-17 Uhr  
**05221 181-6155**  
expertenservice@humana.de

## Indikation

Zur ausschließlichen oder ergänzenden Ernährung

- von dystrophen Neugeborenen mit unreifem Verdauungssystem im Rahmen eines Diätplans
- bei erhöhtem Protein- und Calciumbedarf, Störungen der Nahrungsaufnahme
- mit Proteinhydrolysat (Typ pHF)

## Kontraindikation

- Kuhmilchunverträglichkeit (Kuhmilchproteinallergie, Lactoseintoleranz, Galactosämie)
- Glucose-Galactose-Malabsorption

Nicht zur parenteralen Ernährung geeignet

**LCP:** langkettige, mehrfach ungesättigte Fettsäuren, wie sie in der Muttermilch vorkommen. Besonders wichtig, da der Säugling sie in den ersten Lebensmonaten noch nicht ausreichend selbst produzieren kann.

**GOS:** wichtige Ballaststoffe, wie sie auch in der Muttermilch vorkommen.

**Nahrung für Säuglinge mit niedrigem Geburtsgewicht über 1800 g (Frühgeborene)**

# Inhalt 350 g e

PZN 10715881  
Humana GmbH  
D-32046 Herford

Kühl und trocken gelagert ist eine original verschlossene Dose mindestens haltbar bis: Siehe Dosenboden. Unter Schutzatmosphäre verpackt.

