

## Bijlage 3 bij Zorgprotocol kunstvoeding

### Gebruik van water uit pak of fles

Niet altijd is het kraanwater geschikt om kunstvoeding mee te maken en dan is water uit een pak of fles een goed alternatief. Water uit een fles of pak wat gebruikt kan worden moet de volgende tekst op de verpakking bevatten 'Geschikt voor de bereiding van babyvoeding', dat betekent dat er lage hoeveelheden nitraat, nitriet, natrium en fluor in zitten.

Wanneer kan je geen kraanwater gebruiken:

- In oude huizen in het buitenland en in Nederland kunnen nog [loden waterleidingen](#) zitten.. Gebruik tot de leidingen vervangen zijn water uit een pak of fles om kunstvoeding te maken.
- Gebruik geen water uit privébronnen voor het maken van kunstvoeding. Daarin kan te veel nitraat zitten. Dat kan schadelijk zijn voor de baby.
- In bepaalde landen binnen en buiten Europa geldt het advies om geen water uit de kraan te drinken in dat land, kook het water dan of gebruik water uit pak of fles.

Let op: De eerste 3 maanden dat een woning nieuwe leidingen of kranen heeft, bijvoorbeeld in een nieuwbouwhuis. Voor het maken van kunstvoeding is het advies om dan de kraan eerst zo'n 2 minuten te laten doorstromen voor het eerste gebruik. Daarna kun het water weer gewoon gebruiken voor het maken van kunstvoeding. Water uit pak of fles gebruiken is dan dus niet nodig

Een nieuw pak of fles water uit de supermarkt is houdbaar tot 1 jaar na de THT-datum die op de verpakking vermeld staat. Mogelijk zelfs nog langer, mits het water er nog goed uit ziet en het ongeopend is, volgens het Voedingscentrum. Dit komt doordat er tijdens de productie voor is gezorgd dat er zo min mogelijk bacteriën in terecht komen, wat bij opening van het pak/de fles wel mogelijk is. Wanneer het pak/ de fles geopend is, kun je het nog 3 tot 7 dagen in de koelkast bewaren, hoelang precies hangt dan weer af van hoelang het pak/ de fles geopend buiten de koelkast is geweest, hoe warm het water is geweest en de koelkasttemperatuur, stelt het Voedingscentrum.