sma know-how

બોટલ તૈયાર કરવી અને આપવી

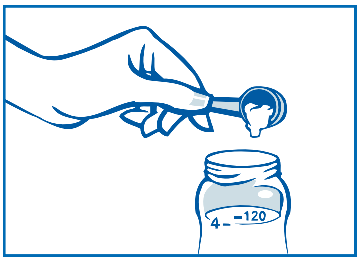
1

જ્યારે જરૂર પડે ત્યારે જ દરેકખોરાક તૈયાર કરવો તે સૌથી સારું છે. બોટલ તૈયાર કરતાં પહેલાં એ વાતની ખાતરી કરી લો કે તમારુ સાધન જંતુમુક્ત છે, તમે જ્યાં બોટલ તૈયાર કરવાના છો તે સપાટી સાફ છે અને તમારા હાથ સારી રીતે ધોવાયેલા છે. .

2

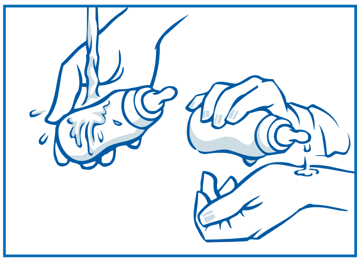
નળના તાજા પાણીને કિટલીમાં ઉકાળો અને તેનું તાપમાન ૭૦ ડિગ્રી સેલ્સિયસ કરતાં વધારે નીચું ન જાય ત્યાં સુધી ઠંડુ કરો (આનો અર્થ એ થયો કે પાણીને ઊકાળ્યા પછી ૨૫થી ૩૦ મિનિટ સુધી ઠંડુ પડવા દો).

3



તમારા શિશુના મિલ્ક પાઉડરના પેકિંગ પર દર્શાવેલી સૂચના અનુસાર, જંતુમુક્ત બોટલમાં ઊકાળીનેં ઠંડુ કરેલું પાણી જરૂરી માત્રામાં ભરો. સાથે આવેલા ઊંડા ચમચા વડે, જરૂરી માત્રામાં પાઉડર બોટલમાં ઉમેરો અને દરેક વખતે સાફ, સૂકી છરીથી ચમચાને સમતળ કરો. ચમચામાં પાઉડર ઠાંસીઠાંસીને ન ભરો.

4



બોટલ પર જંતુમુક્ત ડીંટડી અને ટોપી લગાવો અને સારી રીતે હલાવો. બોટલ શિશુને આપતા પહેલાં, તેને નળના ઠંડા પાણી નીચે મૂકો અને મિશ્રણને નવશેકું થવા દો. બોટલ હલાવીને થોડાં ટીપાં તમારા કાંડાની અંદરની બાજુ પર લઈ તાપમાન ચકાસી લો.

5

શિશુને દૂધ પીવડાવતી વખતે, બોટલને એવી રીતે પકડો કે જેથી ડીંટડી અને બોટલના ગરદનના હિસ્સામાં દૂધ હંમેશાં ભરાયલું રહે. આ રીતે તમારા શિશુની ઓતરાઈ જવાની શક્યતા ઘટી જશે. બોટલમાં દૂધ બચ્યું હોય અને તે એક કલાક સુધી વપરાયા વગર પડયું હોય તો એને ફેંકી દેવું. બે કલાક સુધી દૂધને સ્પર્શ પણ થયો ન હોય તો પણ તેને ફેંકી દેવું.

આ પ્રકારનાં વધારાનાં નિ:શુલ્ક સહાયકપત્રો ડાઉનલોડ કરવા માટે, કૃપયા અમારી વેબસાઈટની મુલાકાત લો

SMA Careline

યુનાઈટેડ કિંગડમ

નિ:શુલ્ક ફોન 0800 0 81 81 80

smanutrition.co.uk/knowhow

રિપબ્લિક ઑફ આયર્લૅન્ડ

નિ:શુલ્ક ફોન 1800 931 832

smanutrition.ie/knowhow

ZHS 004 07/09 GU