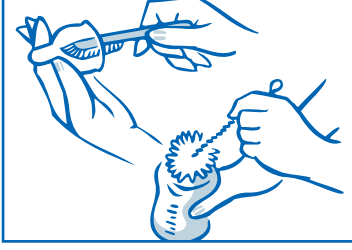


જંતુમુક્ત વરાળ

1



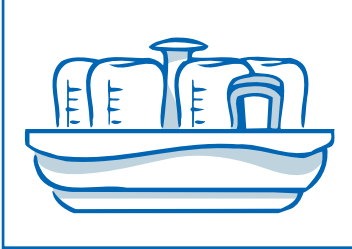
તમારા હાથ બરોબર ધૂઓ અને તમારા ખોરાકના સાધનોને ગરમ, સાબુવાળા પાણીમાં ધૂઓ. બોટલ બ્રશનો ઉપયોગ કરીને તમારી બોટલ્સને અંદર અને બહાર ધસો. ટોટીના બ્રશ સાથે ટોટીઓને ધસો અને દૂધના તમામ નિશાનો સાફ કરવા મદદ કરે તે માટે તેમાં પાણીની બરોબર ધાર મારો. નળ નીચે તમામ સાધનોને બરોબર વીંછળો.

2



તમારા સ્ટરિલાઈઝરમાં પૂરતું પાણી ઉમેરો.
(ઉત્પાદકની સૂચનાઓ જુઓ).

3



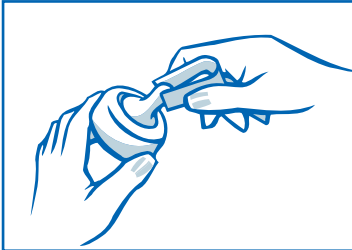
તમારી ટોટી સહિત તમારા ઉપકરણો સાથે સ્ટરિલાઈઝરને સજ્જ કરો. ચીપિયો (કોઈ પણ ચીજવસ્તુ ઉપરની તરફ ન હોય/તેમાં પાણી ભરાતું ન હોવું જોઈએ તે ખાતરી કરો). સ્ટરિલાઈઝર પર ઢાંકણું મૂકો અને જો તમે ઈલેક્ટ્રિક સ્ટીમ સ્ટરિલાઈઝરનો ઉપયોગ કરો તો તેને ચાલુ કરો અથવા જરૂરી પાવડર અને સમયનું સેટિંગ કરીને તમારા માઈક્રોવેવમાં મૂકો.
(ઉત્પાદકની સૂચનાઓ જુઓ).

4



જ્યારે તે પૂર્ણ થઈ જાય છે, ત્યારે સામાન્ય રીતે સ્ટરિલાઈઝર તેની રીતે બંધ થઈ જશે. તમારા સ્ટરિલાઈઝર પર ઢાંકણું રાખો અને ખોલતા અગાઉ સામગ્રીને થોડી ઠંડી થવા દો.

5



તમારું સ્ટરાઈલ ઉપકરણને જંતુમુક્ત રાખવા તમારી સ્ટરિલાઈઝ ટોટીના ચીપિયાનો ઉપયોગ કરીને તમારી બોટલ્સની ભેગી કરો. જો તાત્કાલિક ઉપયોગ ન કરવાનો હોય, તો બોટલને ટોટી અને ઢાંકણા સાથે સંપૂર્ણપણે તૈયાર રાખવી જોઈએ.

મહત્વપૂર્ણ સૂચના: બાળકને ભોજન કરાવવાનો શ્રેષ્ઠ માર્ગ સ્તનપાન છે, કારણ કે માતાનું દૂધ આદર્શ સંતુલિત ભોજન પ્રદાન કરે છે અને તમારા બાળકને રોગ સામે સુરક્ષા આપે છે તેમજ બાળક અને માતા બંનેને પોષણ સિવાય બીજા ઘણા ફાયદા પણ થાય છે. અમે ભલામણ કરીએ છીએ કે જ્યારે તમારા બાળકને ભોજન કરાવવાનો નિર્ણય લો ત્યારે તમારે તમારા સ્વાસ્થ્ય સંભાળ વ્યવસાયી સાથે વાત કરવી જોઈએ. સ્તનપાનની તૈયારી અને જાળવણી પર વ્યાવસાયિક માર્ગદર્શન પણ મેળવવું જોઈએ. જો તમે સ્તનપાન કરાવવાનું પસંદ કરો, તો સ્વસ્થ, સંતુલિત ભોજનનું સેવન મહત્વપૂર્ણ છે. નવજાત બાળક માટેની ફોર્મ્યુલાનો આશ્રય માતાઓ સ્તનપાન કરાવવાનું પસંદ ન કરે અથવા કોઈ કારણસર તેઓ તેવું ન કરી શકે ત્યારે માતાના દૂધને બદલે આપવાનો છે. સ્તનપાન નહીં કરાવવાનો કે બોટલ દ્વારા થોડું દૂધ આપવાનો નિર્ણય માતાના દૂધના પુરવઠામાં ઘટાડો કરશે. જો કોઈ કારણસર તમે સ્તનપાન કરાવવાનું પસંદ ન કરો, તો આ પ્રકારના નિર્ણયને ઉલટાવવામાં મુશ્કેલી પડશે તે યાદ રાખો. નવજાત બાળક માટેની ફોર્મ્યુલાનો ઉપયોગ કરવાથી સામાજિક અને આર્થિક પરિણામો પણ ભોગવવા પડે છે, જેને ધ્યાનમાં લેવા જોઈએ. બાળકના સ્વાસ્થ્ય સંબંધિત જોખમો ટાળવા લેબલ પર આપેલી સૂચના મુજબ નવજાત બાળક માટેની ફોર્મ્યુલા લંમેશા તૈયાર કરવી જોઈએ, ઉપયોગ કરવો જોઈએ અને સંગ્રહ કરવો જોઈએ.