

BeanStalk

सुकोयाका M1

"Bean Stalk Sukoyaka M1" (शिशु फर्मुला) कसरी तयार गर्ने?

दुध तयार गर्नु अघि आफ्नो हात धुनुहोस्।



सफा गरिएका खुवाउने बोतलमा, छुट्टै डाडु प्रयोग गरी सही मापन गरिएको पाउडर फर्मुला राख्नुहोस्।
एक डाडु (झण्डै २.६ ग्राम)
पाउडर फर्मुलाले २० मिलिलिटर तयार दुध बराबर हुन्छ।



तयार मात्रामा लगभग आधासम्म तातो पानी (कमिन्मा 70 डिग्री सेल्सियस, पहिले नै उमालेको) हाल्नुहोस्।

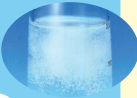


खुवाउने बोतलको निप्पल र टोपी जोड्नुहोस्, र हल्का हल्लाएर पाउडर घोल्नुहोस्।
बोतल तातो हुने हुनाले सफा तौलिया बेर्ने जस्ता उपाय अपनाउनुहोस्।



आवश्यक अन्तिम मात्रासम्म तातो पानी हाल्नुहोस्।

यो पूर्ण रूपको पाउडर / फर्मुला तुरुन्तै घोलिन्छ।



खुवाउने बोतलको निप्पल र फूड जोड्नुहोस्, राम्रोसँग घोलेर पूर्ण रूपमा घुल्ने गरी हल्लाउनुहोस्, त्यसपछि बोतललाई पानीमा राखेर शरीरको तापक्रम बराबर नहुन्जेल चिसो पार्नुहोस्।



बच्चालाई आफ्नो काखमा राखेर फर्मुला दुध खुवाउनुहोस्, आँखाको सम्पर्क बनाउनुहोस् र बिस्तारै कुरा गर्नुहोस्।
बोतललाई झुकाएर निप्पल सधैं फर्मुला दुधले भरिएको सुनिश्चित गर्नुहोस्।



खुवाएपछि बच्चालाई उठाउनुहोस् र बिस्तारै पछाडिको भागलाई माथितिर रगड्न वा डकान मद्दत गर्नुहोस्।



● महत्त्वपूर्ण नोटहरू

- एक पटकलाई पुग्ने मात्रा मात्र तयार गर्नुहोस् र २ घण्टा भित्र खुवाउनुहोस्। बच्चा फर्मुला पुनः प्रयोग नगर्नुहोस्।
- पोल्न नदिन खुवाउनु अघि दुधलाई शरीरको तापक्रम बराबर सधैं चिसो पार्नुहोस्।
- तातोपानी वा तातो बोतलबाट हुन सक्ने जलनबाट सावधान रहनुहोस्।
- छुट्टै डाडु मात्र प्रयोग गर्नुहोस्, प्रयोग पछि सफा गर्नुहोस् र सुकाउनुहोस् र यसलाई क्यान बाहिर स्वच्छ रूपमा भण्डारण गर्नुहोस्।
- पाउडर फर्मुलाको क्यानलाई किरा, धुलो वा कपाल पर्न नदिने गरी सफा ठाउँमा प्रयोग गर्नुहोस्।
- फर्मुला तताउन माइक्रोवेभ प्रयोग नगर्नुहोस्।

● फर्मुला दुधको क्यानको भण्डारण एवं व्यवस्थापन विधि

- ओसिलो र चिसोबाट टाढै सुख्खा ठाउँमा भण्डारण गर्नुहोस्।
- एक पटक खोलिसके पछि एक महिनाभित्र प्रयोग गर्नुहोस्।
- सूर्यको प्रत्यक्ष प्रकाशमा नपार्नुहोस्।
- फ्रिजमा नराख्नुहोस्।
- कारमा वा झोला भित्र नराख्नुहोस्।
- आगो वा ताप उत्पन्न गर्ने अन्य उपकरणहरूको नजिक नराख्नुहोस्।