

सुकोयाका M1

बिन स्टल्क सुकोयाका M1 कसरी तयार गर्ने

बच्चाको फर्मुला तयार गर्नु पूर्व सधैं आफ्नो हातहरू धुनुहोस्।



एकपटक उमालिएको र 70°C भन्दा माथि तापक्रम रहेको पानीलाई तपाईंले बनाउन चाहनुभएको फर्मुलाको मात्राको करिब 1/2 नपुग्दासम्म कीटाणु रहित बनाइएको बच्चाको बोतलमा खन्याउनुहोस्।



आफ्नो बच्चाको काखमा लिनुहोस् र बच्चाको आँखामा हेरेर कुरा गर्दै उसलाई दूध खुवाउनुहोस्। दुप्लोमा सधैं दूध भइरहोस् भन्नका लागि बोतललाई हलुका छड्के बनाउनुहोस्।



ध्यानपूर्वक नापेर, पाउडर फर्मुलाको चम्चाको मात्रा थप्नुहोस् (1 चम्चा लगभग 2.6g हुन्छ, यसले 20ml बच्चाको फर्मुला बन्नेछ)।



तपाईंको बच्चाको दूध खुवाएपछि, उसलाई माथि उठाएर उसको कन्नामा मसार्नुहोस् वा हलुकासँग थपथपाउनुहोस् ताकि तपाईंको बच्चाको डकार्न सजिलो हुन्छ।



बच्चाको बोतल तातो भएको हुनाले, यसलाई सफा तौलियामा बेर्नुहोस् र पाउडर फर्मुलालाई घोलनका लागि बोतललाई बिस्तारै हल्लाउनुहोस्।



● सावधानीहरू

- तपाईंले 70°C माथि तापक्रम भएको तातो पानीमा बच्चाको फर्मुला तयार गर्दै हुनुहुन्छ भने कृपया यसले पोलन सक्छ भनी ध्यान दिनुहोस् किनकी बच्चाको बोतल तातो हुनेछ। बच्चाको फर्मुला तयार गर्दा बोतललाई सफा तौलियामा बेर्न वा ओभन कपडा वा भोडा राखे प्याड प्रयोग गर्न सिफारिस गरिन्छ।
- बच्चाको फर्मुला तयार गर्दा, तपाईंले आफूलाई चाहिएको फर्मुला मात्रा बनाउन अन्तिममा थप्ने पानी एकपटक उमालेर चिसो बनाइएको सफा पानी हुन सक्छ।
- 70°C माथि तापक्रम भएको तातो पानी प्रयोग गरी बच्चाको फर्मुला बनाइएको छ भने यसलाई तुरुन्तै बगिरहेको पानीमा राख्नुपर्छ वा चिसो पानी भएको भोडा/मा राख्नुपर्छ र खुवाउन मिल्ने तापक्रम (शरीरको तापक्रम बराबर) मा झर्नुपर्छ।
- तपाईंको बच्चाको फर्मुला खुवाउनु पूर्व, दूधको केही थोपा तपाईंको नाडीमा चुहाएर वा बोतललाई नाडीमा राखेर फर्मुला खुवाउन मिल्ने तापक्रम (शरीरको तापक्रम बराबर) मा छ भनी सधैं जाँच्नुहोस्।
- बोतललाई चिसो बनाउँदा बोतलको बाहिरी भाग चिसो भएतापनि बच्चाको फर्मुला अझैपनि तातो हुन सक्छ। तपाईंको बच्चाको फर्मुला खुवाउनु पूर्व फर्मुलाको तापक्रम सधैं जाँच्नुहोस्।

आमा र बच्चा दुबैजना तातोबाट नपौलिने कुरामा ध्यान दिनुपर्छ।

तपाईंले बनाउन चाहनुभएको फर्मुला मात्रा नपुग्दासम्म 70°C भन्दा माथि तापक्रम भएको तातो पानी थप्नुहोस्। यो पूर्ण रूपको पाउडर / फर्मुला तुरुन्तै घोलिन्छ।



बच्चाको बोतलमा यसको दुप्लो लगाउनुहोस् र यसलाई फेरि राम्रोसँग घोल्नुहोस्। बच्चाको बोतललाई शरीरको तापक्रममा झर्न गरी चिसो बनाउन चिसो पानीमा राख्नुहोस्।

