



सुरक्षित रूपमा तयारीका लागि सुझावहरू पाउडर गरिएको शिशु फर्मुला

बच्चाहरूलाई संक्रमणको उच्च जोखिममा राख्ने पूर्ण रूपमा विकसित प्रतिरक्षा प्रणाली नभएकाले कीटाणुहरू शिशुको फर्मुलामा जानबाट रोक्न महत्त्वपूर्ण छ।

पाउडर फर्मुलाले *Salmonella* र *Cronobacter* जस्ता केही कीटाणुहरूका लागि घर उपलब्ध गराउन सक्छ।

Salmonella संक्रमण शिशुहरूका लागि खतरनाक हुन सक्छ। *Cronobacter* ले शिशुहरूमा दुर्लभ तर सम्भवतः घातक संक्रमणहरू निम्त्याउन सक्छ।



फर्मुला स्कूपलाई
सधैं सुख्खा
राख्नुहोस्।

क्रस-प्रदूषणबाट बच्नुहोस्। यी कीटाणुहरू कन्टेनर खोलिएपछि पाउडर शिशुको फर्मुलामा जान सक्छन्। तिनीहरू अन्य खानेकुराहरूमा पाइन्छ र भान्साको काउन्टर वा सिङ्क जस्ता सतहहरूमा र पानीमा बस्न सक्छ।

प्रदूषण हुनबाट बच्न मद्दतका लागि पाउडर फर्मुला सुख्खा राख्नुहोस्। कुनै नखोलिएको पाउडर फर्मुला कन्टेनर सफा गर्न, कीटाणुनाशक वाइप वा कीटाणुनाशक छर्किएको कागजको तौलिया प्रयोग गर्नुहोस्। पहिलो पटक खोल्नुअघि कन्टेनर र ढक्कनको बाहिरी भाग सफा गर्नुहोस्। कन्टेनरलाई नडुबाउनुहोस् वा बगिरहेको पानीमा नराख्नुहोस्।

फर्मुला स्कूपलाई सधैं सुख्खा राख्नुहोस्। सबै सतहहरू पूर्ण रूपमा सुख्खा नभएसम्म कन्टेनर नखोल्नुहोस्। कन्टेनरभित्र कहिल्यै पनि सफा नगर्नुहोस्। यदि स्कूप सिङ्कमा, भान्साको काउन्टरमा, वा भुइँमा खस्यो, वा अन्य तरिकाले फोहोर भयो भने, यसलाई बच्चाको बोटल जस्तै सफा गर्नुहोस्। यसलाई प्रयोग गर्नुअघि पूर्ण रूपमा हावामा सुक्न दिनुहोस्।

पाउडर फर्मुला मिलाउन सुरक्षित स्रोतबाट पानी प्रयोग गर्नुहोस्।

पहिले प्रयोग गर्नुअघि, फर्मुला खुवाउने वस्तुहरू सेनिटाइज गर्नुहोस्:

- 5 मिनेट उमालेर सफा चिमटाले हटाएर सफा डिश तौलियामा कागजको तौलिया हावामा सुकाउनुहोस्।
- वा तातो पानी र तातो सुकाउने चक्रका साथ डिशवाशरमार्फत चलाउनुहोस्।



पाउडर शिशुको फर्मुला कसरी तयार गर्ने



*विशिष्ट निर्देशनहरूका लागि, निर्माताका निर्देशनहरू पालना गर्नुहोस्।

प्रयोग गरेपछि बोटलहरू र अन्य खाना खाने वस्तुहरू सफा गर्न, तातो पानी र तातो सुकाउने चक्र (वा सेनिटाइजिंग सेटिङ) प्रयोग गरेर डिशवाशरमा धुनुहोस् वा फर्मुला खुवाउने भागहरूका लागि मात्र प्रयोग हुने बेसिनमा साबुन पानीले धुनुहोस्, कुल्ला गर्ने र कागजको तौलिया वा सफा डिश तौलिया हावामा सुकाउनुहोस्।



पाउडर शिशु फर्मुलाको सुरक्षित ह्यान्डलिङका बारेमा थप जानकारीका लागि यहाँ हेर्नुहोस्:

<https://www.fda.gov/food/buy-store-serve-safe-food/handling-infant-formula-safely-what-you-need-know>

तपाईंसँग प्रश्नहरू छन् भने, तपाईंको बच्चाको स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकसँग कुरा गर्नुहोस्।