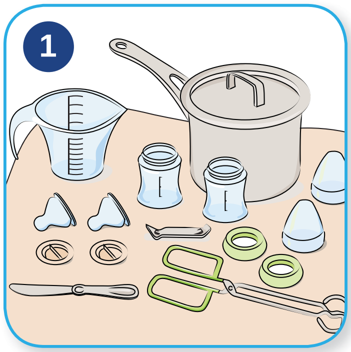
સલાહ પત્રિકા #3

(Gujarati)

BABY-FRIENDLY INITIATIVE STRATEGY ONTARIO

તંદુરસ્ત શિશુઓને પીવડાવવા-માટે-તૈયાર પ્રવાહી ફોર્મ્યુલા કેવી રીતે બનાવવી

પીવડાવવા-માટે-તૈયાર પ્રવાહી ફોર્મ્યુલા જંતુરહિત છે અને સૌથી સલામત ફોર્મ્યુલા છે. તમારા બાળકને કેવી રીતે ખવડાવવું તેનો સુમાહિતગાર નિર્ણય લેવાની માહિતી માટે તમારા આરોગ્ય કાર્યકર સાથે અથવા જાહેર આરોગ્ય પરિચારિકા સાથે વાતચીત કરો. અગત્યની વિગતો માટે સલાહ પત્રિકા #1 જુઓ.



હાથ ધૂઓ અને ટેબલના કાઉન્ટરને સાબુ અને પાણી વડે સાફ કરો.

ખવડાવવા માટેનાં તમારાં તમામ જંતુરહિત સાધનો તૈયાર રાખો (જુઓ સલાહ પત્રિકા #2).

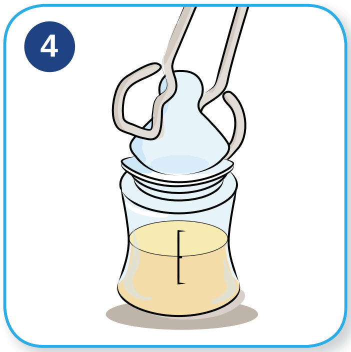
ડબ્બા અથવા ફોર્મ્યુલા ભરવાના પાત્રના ઢાંકણાને ગરમ પાણી અને સાબુથી ધૂઓ.

ડબ્બા ઉપરની સમાપ્તિની તારીખ ચકાસો.

ડબ્બાને સારી રીતે હલાવો અને ડબ્બો ઉઘાડવાના જંતુરહિત સાધનથી ખોલો.

ફોર્મ્યુલાને એક સ્વચ્છ અને જંતુરહિત બાટલીમાં સીધું રેડો.

પીવડાવવા-માટે-તૈયાર ફોર્મ્યુલામાં પાણી ઉમેરશો નહીં.

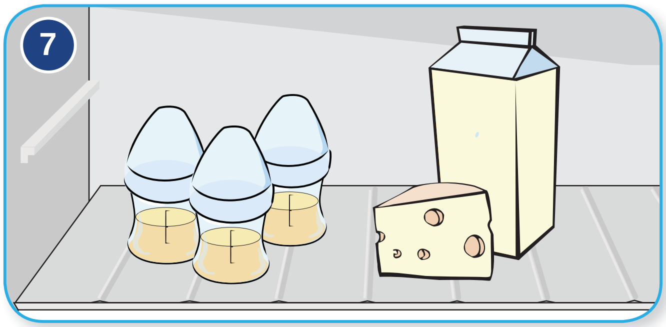


જંતુરહિત ચીપિયા વડે ટોટી, ઢાંકણું તથા કડીને ઉંચકો અને બાટલી પર મૂકો.

કડીને તમારા હાથથી કસીને સજ્જડ કરો.

તમારા શિશુને તેના ખાવાના ઇશારાઓના પ્રતિસાદમાં ખવડાવો (જુઓ સલાહ પત્રિકા #6).

તમારા શિશુએ નહીં પીધેલ ફોર્મ્યુલાને 2 કલાક પછી ફેંકી દો.



જ્યારે પણ તમારા શિશુને તમે ખવડાવો તે દરેક વખતે નવી બાટલી તૈયાર કરો અને તરત ખવડાવો એ સૌથી સલામત છે. જો એક કરતાં વધુ બાટલીઓ તૈયાર કરી હોય, તો તેમને ફ્રિઝમાં મૂકો અને 24 કલાકમાં તેનો ઉપયોગ કરી દો.

નવજાત શિશુના પ્રવાહી ફોર્મ્યુલાના ઉઘાડેલા ડબ્બા તાત્કાલિક ઢાંકીને ફ્રિઝમાં મૂકી દેવા જોઇએ અને તે 48 કલાક સુધી ફ્રિઝમાં સંઘરી શકાય છે.

તમારા શિશુને કેવી રીતે અને ક્યારે ખવડાવવું તેની માહિતી માટે જુઓ:

- **નવજાત શિશુ ફોર્મ્યુલા: તમારે શું જાણવું જરૂરી છે.** માં પાન 16-20
- **સલાહ પત્રિકા #6.**
- **નવજાત શિશુ ફોર્મ્યુલા પાછી મોકલી શકાય છે.** પરત મોકલવાની માહિતી હેલ્થ કેનેડાની આ વેબસાઇટ પર જોઇ શકાય છે www.healthycanadians.gc.ca/recall-alert-rappel-avis/index-eng.php

ભંડોળ પૂરું પાડનાર: Ontario