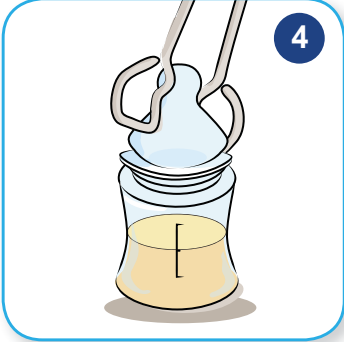


استعمال کے لیے تیار فارمولا جراثیم سے پاک ہوتا ہے اور محفوظ ترین فارمولا ہے۔

اپنے بچے کو خوراک دینے سے متعلق باخبر فیصلہ کرنے کے بارے میں معلومات کے لیے اپنے صحت کے نگہداشت فراہم کنندہ یا نرس برائے صحت عامہ سے بات کریں۔ اہم حقائق کے لیے تجاویز کا صفحہ #1 دیکھیے۔



چوسنی، ڈھکن، اور چھلے کو جراثیم سے پاک چمٹوں سے اٹھائیں اور بوتل پر رکھ دیں۔

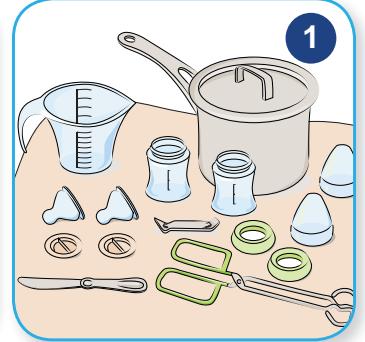


فارمولا کو براہ راست ایک صاف اور جراثیم سے پاک بوتل میں انڈیلیں۔ استعمال کے لیے تیار فارمولا میں پانی شامل نہ کریں۔

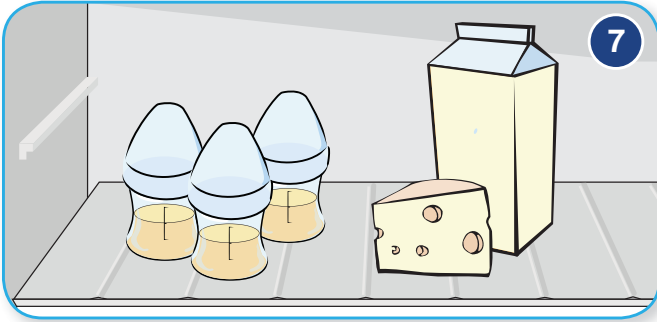


کین کے بالائی حصے یا پلاسٹک فارمولا کنسٹر کو گرم پانی اور صابن سے دھوئیں۔ کین پر میعاد ختم ہونے کی تاریخ چیک کریں۔

کین کو اچھی طرح ہلا لیں اور جراثیم سے پاک کین کھولنے والے سے کھولیں۔



ہاتھ دھوئیں اور صابن اور پانی سے صاف کریں۔ اپنا جراثیم سے پاک خوراک دینے کا سامان تیار رکھیں (تجاویز کا صفحہ #2 دیکھیے)۔



اپنے بچے کو ہر بار خوراک دیتے وقت تازہ بوتل تیار کرنا محفوظ ترین عمل ہے اور اسے فوراً اپنے بچے کو دے دیں۔ اگر ایک سے زائد بوتلیں تیار کی گئی ہیں تو انہیں ریفریجریٹر میں رکھ دیں اور 24 گھنٹوں کے اندر استعمال کریں۔

شیرخوار بچوں کے لیے مائع فارمولا کے کھلے کین کو ڈھانپا جانا چاہیے، فوراً ریفریجریٹر میں رکھ دینا چاہیے اور ریفریجریٹر میں 48 گھنٹوں تک رکھا جا سکتا ہے۔



بچے کو خوراک دینے کی علامات کے جواب میں بچے کو خوراک دیں (تجاویز کا صفحہ #6 دیکھیے)۔

جو فارمولا آپ کا بچہ نہ پیئے، اسے 2 گھنٹے بعد پھینک دیں۔ 2 گھنٹے بعد



چھلے کو اپنے ہاتھوں سے کس لیں۔

اپنے بچے کو کیسے اور کب خوراک دیں سے متعلق معلومات کے لیے دیکھیے:

- کتابچہ شیرخوار بچوں کے لیے فارمولا میں صفحات 16 تا 20: آپ کو کیا جاننے کی ضرورت ہے۔
- تجاویز کا صفحہ #6۔
- شیرخوار بچوں کے لیے فارمولا کو یاد کیا جا سکتا ہے۔ یاد کرنے کی معلومات ہیلتھ کیٹیڈا کی ویب سائٹ پر دیکھی جا سکتی ہیں www.healthyamericans.org/recall-alert-rappel-avis/index-eng.php

