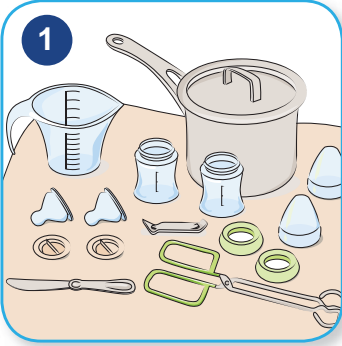


सही तरीके से तैयार किया गया गाढ़ा फॉर्मूला सुरक्षित है। अपने बच्चे को कैसे खिलाना है के बारे में सूचित निर्णय लेने के लिए जानकारी के लिए अपने स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता या सार्वजनिक स्वास्थ्य नर्स से बात करें। महत्वपूर्ण तथ्यों के लिए टिप # 1 देखें।



1 साबुन और पानी से हाथ और काउंटर धोएं। अपने सारे निष्फल किए पिलाने वाले उपकरणों को तैयार रखें (टिप शीट #2 देखें)।



2 कैन या प्लास्टिक फॉर्मूला कंटेनर के ऊपर के भाग को गर्म पानी और साबुन से धोएं। कैन पर एक्सपायरी डेट चेक करें। कैन को अच्छी तरह से हिलाएं और एक निष्फल कैन ओपनर के साथ खोलें।



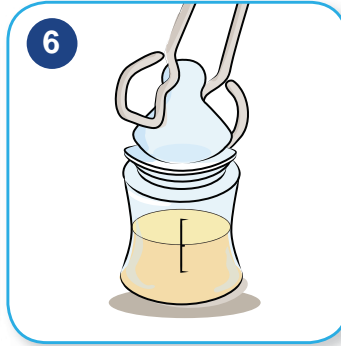
3 फॉर्मूला बनाने के लिए उपयोग किए जाने वाले पानी को कैसे निष्फल किया जाए के बारे में टिप शीट #2 देखें। यह देखने के लिए लेबल पढ़ें कि एक खुराक के लिए कितना फॉर्मूला और पानी उपयोग करना है। निष्फल किया पानी जिसको कमरे के तापमान तक ठंडा किया गया है को एक निष्फल की गई बोतल में डालें और मापें।



4 एक खुराक के लिए समान मात्रा के फॉर्मूले को मापें।



5 निष्फल बोतल में पिलाने के लिए एक समान मात्रा में फॉर्मूला मिलाएँ।



6 निष्फल, रिंग और बोतल का ढक्कन उठाने के लिए निष्फल चिमटे का उपयोग करें।



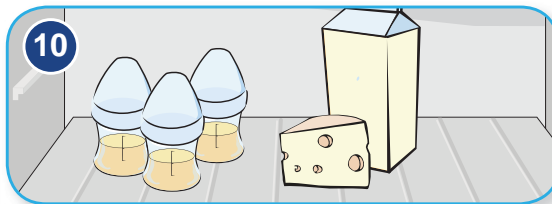
7 रिंग को अपने हाथों से कस लें। सावधान रहें कि निष्फल को अपने हाथों से न छूएं।



8 बोतल को धीरे से हिलाकर मिलाएं।



9 बच्चे के दूध पिलाने के संकेतों के जवाब में अपने बच्चे को पिलाएं (टिप शीट #6 देखें) उस फॉर्मूला को फेंक दें जो आपका बच्चा 2 घंटे के बाद नहीं पीता है।



10 अपने बच्चे को पिलाने के लिए हर बार ताजा तैयार की गई बोतल का उपयोग करना सबसे सुरक्षित होता है। यदि आपने बोतलों को गुनगुने/गर्म पानी से तैयार किया है, तो बोतलों को ठंडे चलते पानी के नीचे या ठंडे पानी के कंटेनर में जल्दी से ठंडा करें। ठंडा होने के बाद, उन्हें एक रेफ्रिजरेटर में रखें और 24 घंटे के भीतर उपयोग करें। तरल शिशु फॉर्मूला के खुले डिब्बे को ढँका तथा तुरंत रेफ्रिजरेट किया जाना चाहिए, और उसे 48 घंटे तक स्टोर किया जा सकता है।

अपने बच्चे को कैसे और कब खिलाना है के बारे में जानकारी के लिए देखें:

- पुस्तिका शिशु फॉर्मूला: आपको क्या जानने की जरूरत है, में पन्ना 16-20।
- टिप शीट #6।

शिशु फॉर्मूला को रिकॉल किया जा सकता है। रिकॉल जानकारी स्वास्थ्य कनाडा की वेबसाइट [www.healthycanadians.gc.ca/recall-alert-rappel-avis/index-eng.php](http://www.healthycanadians.gc.ca/recall-alert-rappel-avis/index-eng.php) पर देखी जा सकती है।

