

ਫੀਡਿੰਗ ਦੇ ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਰੋਗਾਣੂ ਰਹਿਤ ਕਰਨਾ

ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣਾ

ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਫੀਡ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਬ੍ਰੈਸਟ ਪੰਪਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਮਾਤਾ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ - ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਬਨਾਵਟੀ ਨਿੱਪਲਾਂ, ਰਿੰਗ, ਕੈਪ, ਡਿਸਕਾਂ, ਮਾਪਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪ, ਕੈਨ ਓਪਨਰ, ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਡੱਬੇ ਅਤੇ ਚਿਮਟੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ - ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਤੁਹਾਡੀ ਰਸੋਈ ਵਿੱਚ ਸਾਫ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ

ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਫੀਡਿੰਗ ਦੇ ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਰੋਗਾਣੂ ਰਹਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਡਿਸਵੈਸ਼ਰਾਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।



ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਫੀਡਿੰਗ ਦੇ ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਰੋਗਾਣੂ ਰਹਿਤ ਕਰਨਾ ਹੈ

ਪਹਿਲਾਂ - ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ:

1. ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ।
2. ਸਿੱਕ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਡਿਸਕਲੇਥ, ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ।
3. ਬਲੀਚ ਦੇ 1 ਵੱਡੇ ਚਮਚ (5 ਮਿਲੀ) ਨੂੰ ਇੱਕ ਲੇਬਲ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਸਪ੍ਰੇ ਬੋਤਲ ਵਿੱਚ 3 ਕੱਪ (750 ਮਿਲੀ) ਪਾਣੀ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਕਾਉਂਟਰ ਨੂੰ ਰੋਗਾਣੂ ਰਹਿਤ ਕਰੋ। ਕਾਉਂਟਰ ਨੂੰ ਸਪ੍ਰੇ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਤੌਲੀਏ ਨਾਲ ਪੂੰਝੋ।
4. ਸਿੱਕ ਨੂੰ ਸਾਬਣ ਵਾਲੇ, ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਭਰੋ।
5. ਬੱਚੇ ਦੇ ਫੀਡਿੰਗ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਧੋਵੋ।
6. ਡੱਬਿਆਂ ਅਤੇ ਬਨਾਵਟੀ ਨਿੱਪਲਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰਲੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਬੋਤਲ ਦੇ ਸਾਫ਼ ਬਰਸ਼ ਨਾਲ ਰਗੜੋ।
7. ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਖੰਗਾਲੋ ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਤੌਲੀਏ ਤੇ ਰੱਖੋ।

ਫਿਰ - ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਰੋਗਾਣੂ ਰਹਿਤ ਕਰੋ:

1. ਇੱਕ ਵੱਡੇ ਪਤੀਲੇ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਭਰੋ। ਸਾਫ਼ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਵਿੱਚ ਪਾਓ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਢਕੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਕਿ ਹਵਾ ਵਾਲੀਆਂ ਕੋਈ ਵੀ ਖਾਲੀ ਥਾਵਾਂ ਨਹੀਂ ਹਨ।
2. ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਉਬਾਲ ਤੇ ਲਿਆਓ। ਉਸ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਢਕੇ 2 ਮਿੰਟਾਂ ਲਈ ਉਬਲਣ ਦਿਓ।
3. ਚਿਮਟੇ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕਢੋ। ਠੰਡੇ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਦੂਸਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਟਾਉਣ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਵਰਤੋ।
4. ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹਵਾ ਨਾਲ ਸੁੱਕਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਤੌਲੀਏ ਤੇ ਰੱਖੋ।
5. ਸੁੱਕ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਹੀ ਵਰਤੋ। ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਪਲਾਸਟਿਕ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਇੱਕ ਹੋਰ ਤੌਲੀਏ ਦੇ ਨਾਲ ਢਕ ਕੇ ਇੱਕ ਸਾਫ਼, ਸੁੱਕੇ ਤੌਲੀਏ ਤੇ ਸਟੋਰ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਟੋਰ ਤੋਂ ਖਰੀਦਿਆ ਹੋਇਆ ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਪਦਾਰਥ ਜਾਂ ਕਿਟਾਊ ਰਹਿਤ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਪਦਾਰਥ ਵਰਤਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਨਿਰਮਾਤਾ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।