

تهیه شیر خشک کنسانتره مایع

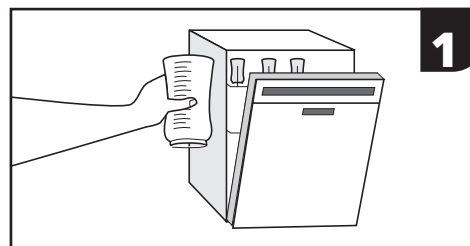
پیش از اینکه شروع کنید

- تاریخ روی قوطی را نگاه کنید. بر روی آن "Best if used by" (بهترین زمان استفاده تا) یا "Best by" (بهترین زمان تا) نوشته شده است. بعد از این تاریخ شیر خشک را استفاده نکنید.
- قوطی های باز نشده را در درجه حرارت اتاق نگهداری کنید.
- دستهایتان را حداقل به مدت 20 ثانیه با آب و صابون بشویید.
- سطح کار خود را تمیز کنید.
- قسمت بالای قوطی را بشویید.
- قوطی را خوب تکان دهید.
- از داکتر خود بپرسید که آیا قبل از مخلوط کردن شیر خشک نیاز به جوشاندن ظروف، چوشک های تغذیه، نوک چوشک یا آب شیر دارید یا خیر. در مورد استفاده از آب بوتل شده سوال کنید.

بعد از اتمام کارتان

نگهداری قوطی های باز شده شیر خشک کنسانتره مایع:

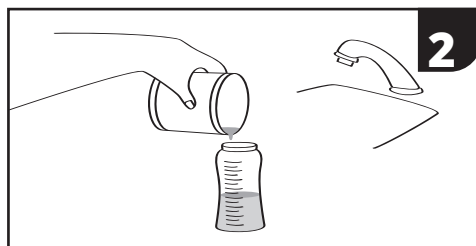
- اطمینان حاصل کنید که سر پوش قوطی محکم است.
- شیر خشک استفاده نشده را در ظرف سر پوش دار داخل یخچال بگذارید و طی 48 ساعت استفاده کنید.



1 بوتل ها را تمیز کنید

تمام بوتل ها و اجزای آن را یک چرخه کامل در ماشین ظرفشویی بشویید یا این مراحل را تعقیب کنید:

1. با آب گرم و صابون بشویید. بطور کامل آبکشی کنید.
2. بوتل ها و اجزای شسته شده آن را در یک ظرف بمانید و با آب آن را پر کنید. آب را به جوش رسانده و برای پنج دقیقه بجوشانید.
3. ظرف را از روی حرارت بردارید. بوتل ها و اجزای آن را بیرون بیاورید. روی یک سطح پاک قرار دهید تا با جریان هوا خشک شود.

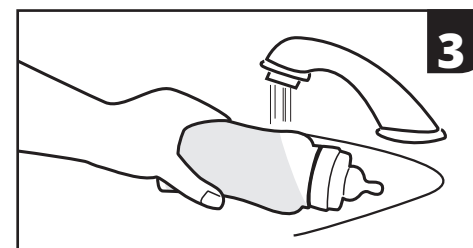


2 شیر خشک کنسانتره مایع

- قوطی را قبل از باز کردن خوب تکان دهید.
- شیر خشک کنسانتره مایع را با مقدار مساوی آب ترکیب کنید. از علامت های اونس روی بوتل استفاده کنید.
- شیر خشک را خوب تکان دهید یا هم بزنید.

مثال:

4 OZ از شیر خشک را در یک بوتل تمیز اندازه کنید و 4 OZ آب سرد را به آن اضافه کنید. تمام شیر خشک را در بوتل های جداگانه مخصوص نوزادان مخلوط کنید تا امکان نگهداری مناسب فراهم شود.



3 ضرورت نمی باشد که شیر خشک را گرم کنید

اگر می خواهید شیر خشک را گرم کنید:

- بوتل شیر خشک را زیر آب جاری گرم نگه دارید یا آن را در یک ظرف آب گرم (نه در حال جوش) قرار دهید.
 - آن را در مایکروویو قرار ندهید.
- این کار می تواند باعث گرم شدن نامتوازن شده و منجر به سوختن دهان طفل شما گردد.



4 قبل از تغذیه همیشه بوتل را تست کنید

- چند قطره شیر خشک را سمت داخل مچ دست خود بپاشید. نباید احساس داغ بودن داشته باشد.
- پس از مخلوط کردن بلافاصله آنرا به نوزاد خود دهید.
- پس از تغذیه، همیشه شیر خشکی که در بوتل باقی مانده را دور بریزید. باکتری های دهان کودک شما در طول تغذیه با شیر خشک مخلوط می گردد.



5 بوتل های شیر خشک را در یخچال بگذارید

- به اندازه کافی برای یک بار تغذیه یا حداکثر برای 48 ساعت مخلوط کنید.
- هر بوتل را با یک سرپوش نوک چوشک بپوشانید. آن را در یخچال بگذارید تا آماده استفاده شود.
- شیر خشک آماده شده را در درجه حرارت اتاق رها نکنید. آن را منجمد نکنید.



DOH 961-138 October 2022 Dari

برای درخواست این سند به فارمت دیگری، لطفاً به این شماره 1-800-841-1410 زنگ بزنید. مشتریان کر یا افرادی که در بخش شنوایی مشکل دارند، لطفاً به شماره 711 (Washington Relay) زنگ بزنند یا به این آدرس ایمیل WIC@doh.wa.gov ایمیل ارسال کنند.