ਫੀਡਿੰਗ ਦੇ ਸਮਾਨ ਨੂੰ ਸਾਫ ਅਤੇ ਰੋਗਾਣੂ ਰਹਿਤ ਕਰਨਾ

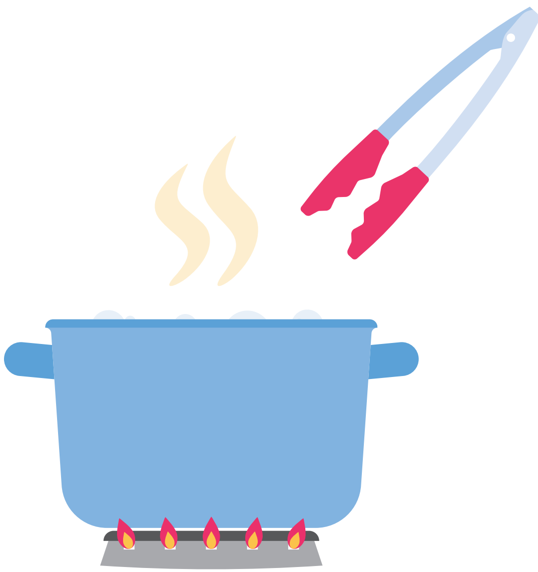
ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਰੱਖਣਾ

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

ਬ੍ਰੈਸਟ ਪੰਪਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਮਾਤਾ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਸਾਫ 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 ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ - ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਤੁਹਾਡੀ ਰਸੋਈ ਵਿੱਚ ਸਾਫ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ

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



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

ਪਹਿਲਾਂ - ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕਰੋ:

1. ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ।
2. ਸਿੰਕ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਾਫ ਡਿਸ਼ਕਲੋਥ, ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਵੋ।
3. ਬਲੀਚ ਦੇ 1 ਵੱਡੇ ਚਮਚ (5 ਮਿ ਲੀ) ਨੂੰ ਇੱਕ ਲੇਬਲ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਸਪ੍ਰੇ ਬੋਤਲ ਵਿੱਚ 3 ਕੱਪ (750 ਮਿ ਲੀ) ਪਾਣੀ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲਾ ਕੇ ਕਾਊਂਟਰ ਨੂੰ ਰੋਗਾਣੂ ਰਹਿਤ ਕਰੋ। ਕਾਊਂਟਰ ਨੂੰ ਸਪ੍ਰੇ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਾਫ ਤੌਲੀਏ ਨਾਲ ਪੂੰਝੋ।
4. ਸਿੰਕ 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 ਸਾਫ ਬਰਸ਼ ਨਾਲ ਰਗੜੋ।
7. ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਖੰਗਾਲੋ ਅਤੇ ਸਾਫ ਤੌਲੀਏ ਤੇ ਰੱਖੋ।

ਫਿਰ - ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਰੋਗਾਣੂ ਰਹਿਤ ਕਰੋ:

1. ਇੱਕ ਵੱਡੇ ਪਤੀਲੇ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਭਰੋ। ਸਾਫ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਵਿੱਚ ਪਾਓ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਢਕੀਆਂ ਹੋਈਆ 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 ਸਾਫ ਤੌਲੀਏ ਤੇ ਰੱਖੋ।
5. ਸੁੱਕ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਹੀ ਵਰਤੋ। ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸਾਫ ਪਲਾਸਟਿਕ ਬੈਗ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਇੱਕ ਹੋਰ ਤੌਲੀਏ ਦੇ ਨਾਲ ਢਕ ਕੇ ਇੱਕ ਸਾਫ, ਸੁੱਕੇ ਤੌਲੀਏ ਤੇ ਸਟੋਰ ਕਰੋ।

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