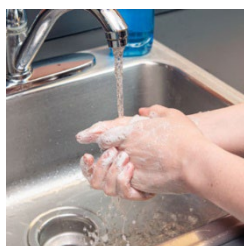


## نحوه تهیه و نگهداری شیر خشک نوزاد پس از سیل

برای خانواده هایی که تحت تاثیر سیل قرار گرفته اند و از شیر خشک استفاده می کنند، شیرخشک آماده شیرخوار یکی از مطمئن ترین گزینه ها است. پس از سیل، آب لوله کشی یا چاه ممکن است برای مخلوط کردن با شیر خشک پودری نوزاد بی خطر نباشد. شیرخشک آماده، شیرخشک مایعی است که می توان آن را بدون افزودن آب به نوزاد داد. اگر خانواده ای استفاده از شیر خشک پودری را انتخاب می کند، این مراحل را برای تهیه و نگهداری ایمن آن دنبال کنید.



### مرحله 1

سطح آماده سازی خود را تمیز کنید. دست های خود را با آب و صابون بشویید یا از ضدعفونی کننده دست مبتنی بر الکل با حداقل 60 درصد الکل استفاده کنید. برای تهیه شیر خشک از یک بطری تمیز استفاده کنید.



### مرحله 2

تا زمانی که مقامات محلی بی خطر بودن آب لوله کشی را برای نوشیدن اعلام نکرده اند، از آب بطری برای تهیه شیر خشک استفاده کنید.



### مرحله 3

از مقدار دقیق آب و پودر شیرخشک ذکر شده در دستورالعمل ظرف شیر خشک استفاده کنید. ابتدا آب را اندازه بگیرید و سپس پودر شیر خشک را با قاشق ارائه شده اضافه کنید.



### مرحله 4

درب شیشه شیر را ببندید و شیر خشک را در شیشه تکان دهید تا مخلوط شود.



### مرحله 5

پس از تغذیه نوزاد، حتماً بطری و نوک آن را با صابون و آب سالم کاملاً تمیز کنید.

## استفاده سریع و نگهداری ایمن

- شیر خشک آماده شده را در عرض 1 ساعت از شروع تغذیه و ظرف 2 ساعت پس از آماده سازی استفاده کنید.
- اگر تصمیم ندارید ظرف 2 ساعت آینده از شیر خشک آماده شده استفاده کنید، بلافاصله آن را در یخچال گذاشته و طی 24 ساعت از آن استفاده کنید.
- هنگام درست کردن شیر خشک برای نوزادان، فقط به مقدار مورد نیاز نوزاد مخلوط کنید تا از هدر رفتن آن جلوگیری شود.
- پس از شیر دادن به نوزاد، شیر خشکی که در بطری باقی مانده است را دور بریزید. آن را برای استفاده بعدی در یخچال قرار ندهید.

### به یاد داشته باشید

- برای نوزادان شیر خشک خانگی درست نکنید یا او را با شیر خشک خانگی تغذیه نکنید. تغذیه نوزاد با شیر خشک خانگی می تواند منجر به مشکلات جدی سلامتی برای کودک شما شود.
- درب و قاشق شیر خشک را تمیز و خشک نگه دارید و در اسرع وقت در ظروف شیر خشک را ببندید. قاشق شیر خشک را در داخل ظرف نگهداری کنید.
- به روزرسانی های مقامات محلی در مورد ایمنی منبع آب خود را تماشا و گوش دهید.

### آیا می دانستید؟



هنگامی که آب سالم در دسترس نیست، بطری ها و پستانک ها ممکن است برای استفاده ایمن نباشند زیرا تمیز کردن آنها دشوار است. اگر از بطری آب یکبار مصرف یا ظروف دیگر برای تهیه شیر خشک استفاده می کنید، شیر خشک را برای تغذیه کودکان در یک لیوان یکبار مصرف بریزید. بعد از تغذیه کودک، لیوان را دور بیندازید و برای هر بار تغذیه از یک لیوان جدید استفاده کنید.