

खाद्यजन्य रोगको उच्च जोखिममा रहेका बच्चाहरूलाई सुरक्षित खाना खुवाउनुहोस्

खाद्यजन्य रोगका लागि उच्च जोखिममा रहेका बच्चाहरू:



दुई महिना र सोभन्दा कम उमेर



कमजोर भएको प्रतिरक्षा प्रणाली



जन्म समयभन्दा अगाडि



चिकित्सा उपचार प्राप्त गर्दै, जस्तै क्यान्सरका लागि केमोथेरापी

सबैभन्दा सुरक्षित विधि



स्तनपान



खुवाउनका लागि तयार



तरल पदार्थमा ध्यान केन्द्रित



पाउडर गरिएको

तपाईंको बच्चा खाद्यजन्य रोगको उच्च जोखिममा हुनुहुन्छ भने, निम्नलिखित कुराहरू विचार गर्नुहोस्:

स्तनपान शिशु पोषणका लागि सबैभन्दा सुरक्षित विधि हो, तर तपाईं सक्नुहुन्न भने, यो फर्मुला-खुवाउने शिशुहरूका लागि सबैभन्दा सुरक्षित विकल्प भएका कारण तरल पदार्थ खुवाउनका लागि तयार भएको फर्मुला प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ। अर्को सबैभन्दा सुरक्षित तरलतामा ध्यान केन्द्रित फर्मुलाहरू छन्।

यदि तरल पदार्थ खुवाउनका लागि तयार भएमा र तरल पदार्थमा ध्यान केन्द्रित फर्मुलाहरू उपलब्ध छैनन् भने, पाउडर भएको शिशुको फर्मुला प्रयोग गर्नुहोस्।

दूषित हुने जोखिम कम गर्न पाउडर भएको शिशुको फर्मुला र स्कूप सुख्खा राख्नुहोस्।

पाउडरका लागि, पानी उमाल्नुहोस्, यसलाई 5 मिनेटका लागि भाँडामा चिसो हुन दिनुहोस्, त्यसपछि बोटलमा थप्नुहोस्। पाउडर थप्नुहोस्, मिसाउनका लागि हल्लाउनुहोस्, त्यसपछि यसलाई शरीरको तापक्रममा चिसो हुन दिनुहोस्। तरल सांद्रता प्रयोग गर्दा पानी उमाल्नुहोस् यदि तपाईं आफ्नो पानीको स्रोतको सुरक्षाको बारेमा अनिश्चित हुनुहुन्छ भने हो। केही मेटाबोलिक र विशेष उत्पादनहरूमा 100°F भन्दा माथि तताउने विरुद्ध लेबलसम्बन्धी चेतावनीहरू समावेश हुन्छन् जसले भिटामिन र पोषक तत्वहरू गुमाउन सक्छ। विशेष मेटाबोलिक फर्मुलाका लागि लेबलसम्बन्धी निर्देशनहरू पालना गर्नुहोस्।

सुरक्षित रूपमा फर्मुला तयार गर्ने र ह्यान्डल गर्ने बारेमा अतिरिक्त जानकारी यहाँ फेला पार्न सकिन्छ:

<https://www.fda.gov/food/buy-store-serve-safe-food/handling-infant-formula-safely-what-you-need-know>

*यदि तपाईंसँग प्रश्नहरू छन् भने, तपाईंको बच्चाको स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकसँग कुरा गर्नुहोस्।