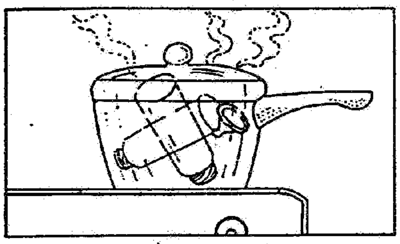
बच्चे के लिये दूध तैयार करने के बर्तनों को किटाणु रहित बनाना:

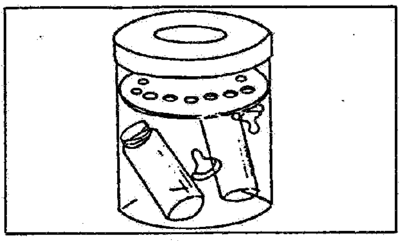
(Sterilisation of feeding equipment)

यह बहुत आवश्यक है कि बच्चों के दूध के लिये प्रयोग में आने वाले यन्त्र (बोतल, चुंघनी, मां के दूध के लिये लगाने वाला पम्प) पूरी तरह साफ हो, चाहे दूध पावडर का हो य मां का। इस से आप के बच्चे की छुआ-छुत की बिमारीयों से रक्षा होगी, विशेष कर पेट खराब करने वाली बिमारियों से (जैसे कि हैज़ा, उल्टी लगना)। इसके लिये आप को दूध के लिये प्रयोग में आने वाले सभी बर्तनों को पूर्ण रूप से किटाणुहीन बनाना होगा। ऐसी हर चीज़ को किटाणुहीन बनाना होगा जो आप के बच्चे के मुंह में जाती है जैसे चमचे, कप, चूंघनीयां या टीथींग रिंग ।आप को यह सब तब तक करना होगा जब तक आप का बच्चा एक साल का नहीं हो जाता।

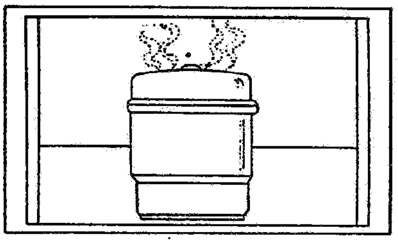
आप बहुत से तरीकों से इन बर्तनों को जिवाणुहीन बना सकते हैं ।



डेगची

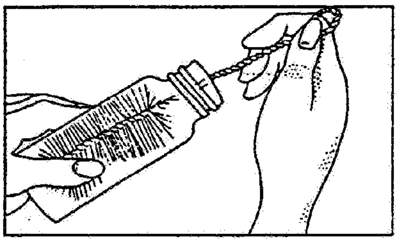


रासायनिक जिवाणुनाशक
(ये धातु की चीज़ों के लिये उचित नहीं है)

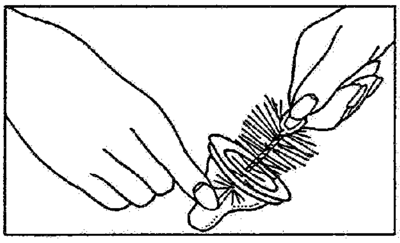


वाष्प जिवाणुनाशक

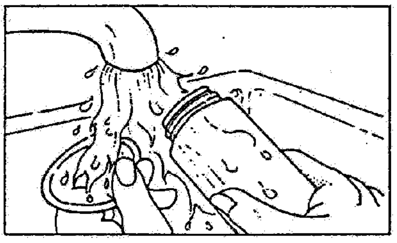
आप माइक्रोवेव ओवन में एक विशेष तरह के माइक्रोवेव-बौतल-जीवणुनाशक तरीके का प्रयोग कर सकते हैं पर इस में धातु तथा कुछ प्लासटिक से बनी चीज़ों का प्रयोग नहीं किया जा सकता।



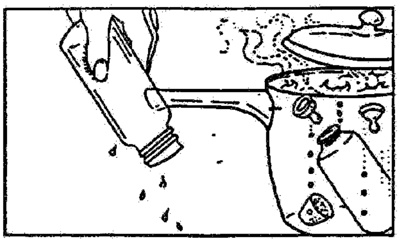
१) सावुन मिले हुऐ गर्म पानी में बोतल तथा दूसरे दूध बनाने के बर्तनों को अच्छी तरह धो लें, इसके लिये छोटे बोतल धोने वाले ब्रश का प्रयोग करें। बोतल को अन्दर और बाहर से मल मल कर धोयें ताकि जमी हुई तरावट धुल जाये। बोतल के गले के किनारों पर विशेष ध्यान दें।



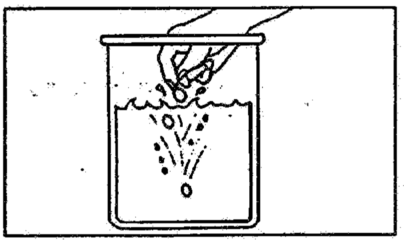
२) रबड़ की चूंघनी को अन्दर से साफ करने के लिये छोटे ब्रश का प्रयोग करें; या चूंघनी को उल्टा कर सावुन वाले गर्म पानी से धोयें या अगर आप चाहें तो चूंघनी को अन्दर तथा बाहर से नमक लगा के धो सकते हैं पर यह ध्यन में रखें कि लगे हुआ नमक को पूरी तरह धो दिया गया है।



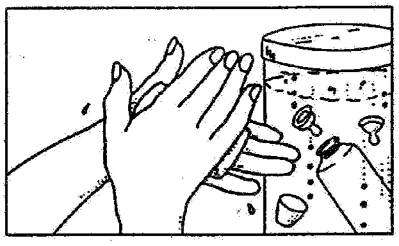
३-जीवाणुरहित बनाने से पहले दूध बनाने वाली सब चीज़ों को अच्धी तरह पानी में धो लें।



४) उबाल कर जीवाणुहीन बनाना:
पानी से भरी ठंडी डेगची में सारी चीज़ें डाल दे। यह निश्चित कर लें कि बोतल या चूंघनी में हवा अटकी हुई ना हो। डेगची को ढकन से ढक दें और पानी में उबाला आने दें। पानी को **कम से कम १० मिन्ट तक उबलने दें।** धयान रहे कहीं डेगची का सारा पानी सूख न जाये। जब तक डेगची की आवश्यक्ता है उसे ढक कर रखें।
बोतल तथा चूंघनी का निरन्तर निरीक्षण करते रहें कि कहीं यह खराब तो नहीं हो गयी। बोतल का रंग मैला हो सकता है या उस में दरारें पड़ सकती हैं और चूघनी भी स्पंजी तथा दरारों वाली हो सकती है, अगर निश्चित ना हों तो इन्हें फेंक दें।



५) रसायन से जिवाणुहीन बनाना:
उत्पादक द्वारा कहे गये तरीके से रसायन की गोलीओं या तरल पदार्थ के प्रयोग से घोल तैयार करें। इस घोल में दूध के लिये प्रयोग में आने वाली चींज़ें डुबा दें। यह निश्चित कर लें कि बोतल य चूंघनी में हवा तो अटकी हुई नहीं है। जीवाणुहीन बनाने वाले टैंक में चीजों को डुबाने का औज़ार भी होना चाहिये या आप एक प्लेट का इस्तेमाल कर सकते हैं। **इन चीज़ों को ३० मिन्टों तक घोल में डुबा रहने दें।**
हर २४ घंटे बाद आप को नया गोल बनाना चाहिये।



६) वाष्प या माइक्रोवेव के प्रयोग से जीवाणुहीन बनाने के लिये सिर्फ उत्पादक द्वारा दिये गये तरीके का प्रयोग करें: दूध बनाने वाली चीज़ों को पानी से निकालने से पहले हाथ अच्छी तरह से धो लें।
अगर आप ने किसी रासायनिक जीवाणु नाशक का प्रयोग किया है और दूध तैयार करने की चीज़ों को इस्तेमाल से पहले धोना चाहते हें तो आप को इस के लिये उस पानी का प्रयोग करना चाहिये जो कि पहले से उबाल कर ठंडा किया गया हो। नल के पानी का प्रयोग ना करें।