

آپ کو کووڈ-19 ہونے پر بے بی کی دیکھ بھال کرنا

- حالیہ معلومات کی بنیاد پر، بالغوں کی بہ نسبت شیر خوار اور بچے کووڈ-19 ہونے کے زیادہ خطرے میں مبتلا معلوم نہیں پڑتے ہیں۔
- کووڈ-19 کی علامات اور پیچیدگیاں ابھی تک کی محدود رپورٹوں کی بنیاد پر بالغوں کے مقابلے میں شیر خواروں اور بچوں میں معمولی معلوم پڑتی ہیں۔
- اپنے بے بی کی حفاظت کرنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ [سیلف آئسولیشن](#) کی تمام احتیاطی تدابیر اپنائیں اور اپنے بے بی کو کووڈ-19 کی زد میں لانے سے بچیں۔
- اپنے بے بی کو چھونے سے پہلے، اپنے ہاتھوں کو صابن اور پانی سے کم از کم 15 سیکنڈ تک دھوئیں۔
- جب بھی آپ اپنے بے بی کے پاس ہوں اپنی ناک اور منہ کے اوپر [فیس ماسک](#) پہنیں۔
- اگر ممکن ہو تو، اپنے بے بی کے سونے کی سطح کو اپنے چہرے سے کم از کم چھ فٹ الگ رکھیں۔
- جو دوست یا فیملی ممبرز بیمار نہ ہوں ان سے اپنے بے بی کی دیکھ بھال میں مدد طلب کریں۔
- اگر آپ دودھ پلاتی ہیں تو بے بی کو چھونے سے پہلے ہمیشہ اپنے ہاتھوں کو دھوئیں اور دودھ پلاتے وقت ہمیشہ فیس ماسک پہنیں۔
- اگر آپ نے اپنے بے بی کو انفینٹ فارمولا فیڈ کرانے کا باخبر فیصلہ کیا ہے تو:
 - اگر ممکن ہو تو، کسی صحت مند فرد سے بے بی کو فیڈ کرانے کی گزارش کریں۔
 - فارمولا تیار کرنے اور بے بی کو فیڈ کرانے کے وقت ہمیشہ اپنے ہاتھوں کو دھوئیں اور فیس ماسک پہنیں۔
 - بوتلوں اور ساز و سامان کو [جراثیم سے پاک](#) کریں اور صاف بوتلوں اور ساز و سامان کو ہاتھ لگانے سے پہلے اپنے ہاتھوں کو دھوئیں۔
 - دو سے چار ہفتے تک فارمولا کی سپلائی جاری رکھیں۔
 - اگر آپ کے بے بی کی عمر دو ماہ سے کم ہو تو، سیال ارتکاز یا فیڈ کرانے کے لیے تیار فارمولا استعمال کریں۔
 - گھر کے بنے ہوئے انفینٹ فارمولا کی سفارش نہیں کی جاتی ہے کیونکہ غذائی لحاظ سے یہ نامکمل ہوتا ہے۔ [انفینٹ فارمولا](#) کے بارے میں مزید جانیں۔
- اکثر ٹچ ہونے والی چیزوں اور سطحوں کی صفائی اور جراثیم کشی کریں۔

مزید معلومات

[آپ کو کووڈ-18 ہونے پر بے بی دیکھ بھال کرنے کے بارے میں مزید جانیں۔](#)

کووڈ-19 کے بارے میں مزید معلومات کے لیے، ہماری ویب سائٹ www.toronto.ca/COVID19 پر ملاحظہ کریں یا 416-338-7600 پر ہمیں کال کریں۔