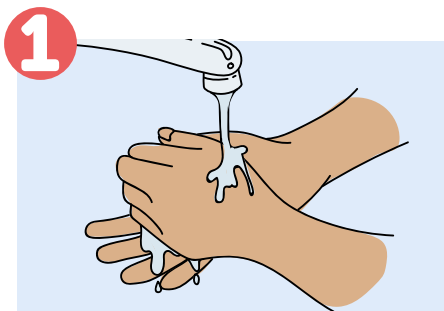


# የማጽጃ/ብሊች መታጠቢያዎች እንዴት እንደሚጠቀሙ

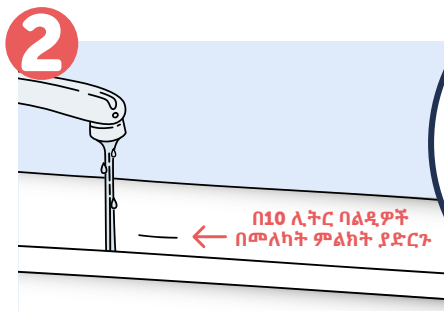
የብሊች መታጠቢያዎች በቆዳ ላይ ያለውን የባክቴሪያ ብዛት በመቀነስ ችፍው (Eczema) እንዳይበክል ይረዳል። የብሊች መታጠቢያዎች በልጆችና ጎልማሶች ላይ ችፍን ለመቆጣጠር ሊያገለግሉ ይችላሉ።

## አርስዎን የሚያስፈልግዎት፡

- የገላ መታጠቢያ ገንዳ
- ውሃ - ከ30 ዳግሪ ሰንቴግሬድ በላይ ያልሆነ ሙቀት ያለበት
- 10 ሊትር የቤት ውስጥ ባልዲ
- ሽታ ጠረን የሌለው የቤት ውስጥ White King ብሊች - 12 ሚሊ ሊትር በየ 10 ሊትር ውሃ
- የመታጠቢያ ዘይት - 1-2 ሙሉ ኩባያ በየ መታጠቢያ ገንዳ ማድረግ ከተመከረ
- የመዋኛ ገንዳ ወይም የምግብ ጨው - 1/3 ኩባያ በየ 10 ሊትር ውሃ ማድረግ ከተመከረ

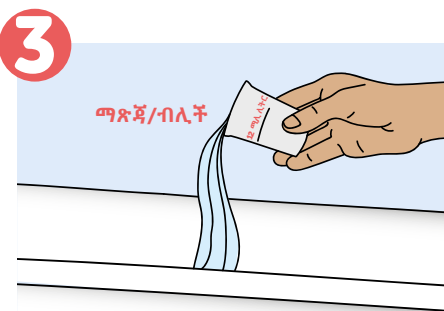


1 ከመጀመሪያ በፊት እጆችዎን ይታጠቡና ያድርቁ።

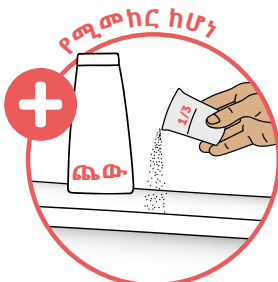


2 የመታጠቢያ ገንዳውን የ10 ሊትር ባልዲ በመጠቀም እስከሚፈለገው መጠን ይሙሉት ምን ያህል ውሃ እንደጨመሩ መለካት እንዲችሉ።

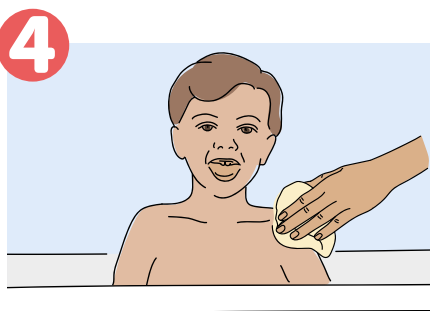
**ምክር**  
አንድ ግዜ ብቻ መለካት እንዲኖርብዎት የውሃ መጠኑን በቋሚ ቀለም ወይም በጠንካራ ተለጣፊ ቴፕ ምልክት ማድረግ ሊያስፈልግዎት ይችላል።



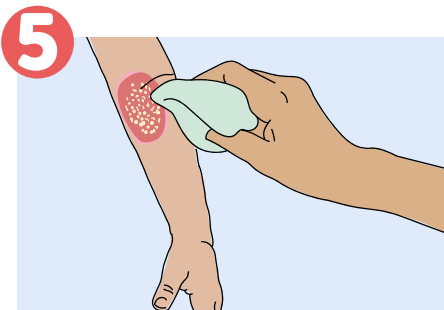
3 ለእያንዳንዱ ወደ መታጠቢያ ገንዳው የሚጨመር 10 ሊትር የባልዲ ውሃ 12 ሚሊ ሊትር ብሊች ይጨምሩ (ለግማሽ ሙሉ የቤተሰብ መታጠቢያ ላይ 1/4 ኩባያ ብሊች ይጨምሩ)። የሚመከር ከሆነ ጨውና የመታጠቢያ ዘይት ይጨምሩ።



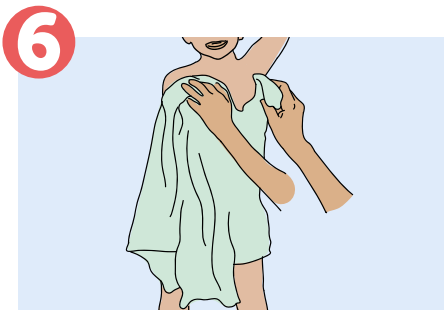
4 በልጅዎ አይን ውስጥ ውሃ እንዳይገባ ተጠንቅቀው የልጅዎን ፊትና ጭንቅላት ማርጠብዎን በማረጋገጥ ልጅዎን በመታጠቢያው ውስጥ እጠቡት



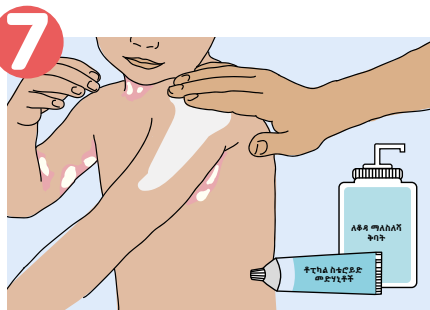
6 1-2 ሙሉ ኩባያ መታጠቢያ ዘይት ይጨምሩ።



7 ልጅዎ የችፍ ቁስሎችን ቅርፊቶች ካሉበት ቅርፊቶችን ለማስወገድ እነዚህን ቦታዎች ቀስ አድርጎ ያጽዳ ነው።



8 ልጅዎ አንድ ንጹህ ከሆኑ በኋላ ከመታጠቢያ ገንዳ ያውጧቸው - ልጅዎ ሰውነቱን ከታጠበ በኋላ በውሃ አይለቅልቁት። ልጅዎን በፎጣ በቀስታ በመንከት ያድርቁት ።



9 በእርስዎ ሀኪም ወይም ነርስ ባለሙያ በተሰጠው መመሪያ መሰረት ቶፒካል ስቴሮይድ መድሃኒቶችን የቆዳ ማለሰለሻ ቅባቶች ያድርጉበት።