

औषधीय चम्ची वा ड्रपरको प्रयोग

Using a Medicine Spoon or Dropper

Use a medicine spoon or dropper that has markings on it to measure your child's liquid medicine. The pharmacy may give you a medicine spoon or dropper with your child's medicine. You can also buy the spoon or dropper at the drug store and use it for measuring liquid medicines.

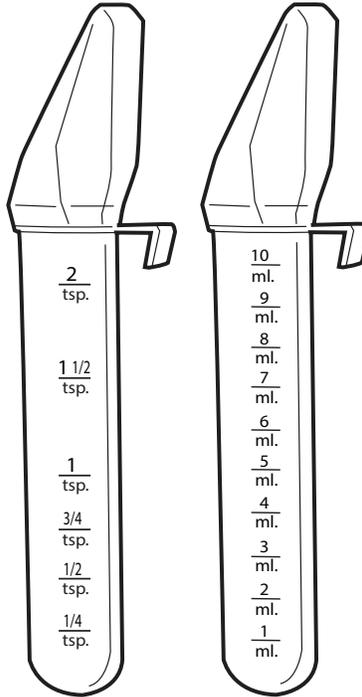
The markings on the spoon or dropper help you measure the correct amount of medicine. **Do not use other spoons that you have in your home without markings** as they may cause you to give the wrong amount of medicine which is not safe.

तपाईंको नानीको तरल औषधी नाप्रका लागि माप अङ्कित औषधीय चम्ची वा ड्रपरको प्रयोग गर्नुहोस्। फार्मेसीले तपाईंको नानीको औषधीका साथमा औषधीय चम्ची वा ड्रपर दिने छ। तपाईंले औषधी पसलमा औषधीय चम्ची वा ड्रपर किन्न पनि पाउनुहुन्छ र यिनको प्रयोग तरल औषधीहरू नाप्रमा गर्नुहोस्।

चम्ची वा ड्रपरमा अङ्कित मापले तपाईंलाई औषधीको सही मात्रा नाप्रमा मद्दत गर्छन्। **तपाईंका घरमा हुने माप अंकित नभएका चम्चीहरूको प्रयोग नगर्नुहोस्** किनभने त्यसमा तपाईंले औषधीको सही मापन गर्न नसक्ने सम्भावना रहन्छ जो सुरक्षित होइन।

Using the Spoon

1. Open the medicine bottle.
2. Hold the medicine spoon up and find the marking for the amount of medicine or dose needed. There are 2 different measurements, teaspoon (tsp.) and milliliter (ml.), as shown on the pictures of the spoon. (1 teaspoon = 5 milliliters.) Find the measurement that matches the dose you need.
3. Slowly pour the medicine from the bottle into the spoon to the mark for the amount needed. Set the bottle of medicine down.
4. Place the tip of the spoon in the child's mouth like a feeding spoon and give the medicine. Be sure the child is sitting up when giving the medicine.



चम्चीको प्रयोग

1. औषधीको सिसी खोल्नुहोस्।
2. औषधीय चम्चीलाई माथि उठाउनुहोस् र औषधीको आवश्यक मात्रा वा खुराकका लागि अंकित माप हेर्नुहोस्। चम्चीको चित्रमा देखाइएअनुसार दुई भिन्न किसिमका मापन हुन्छन्, चियाचम्ची (tsp.) र मिलिलिटर (ml.)। (1 चियाचम्ची = 5 मिलिलिटर) तपाईंलाई चाहिएको खुराकसित त्यो मापको मिलान गर्नुहोस्।
3. सिसीबाट औषधी विस्तारै चम्चीमा आवश्यक मापअनुसार खनाउनुहोस्। औषधीको सिसीलाई तल राख्नुहोस्।
4. चम्चीको टुप्पो नानीको मुखमा खुवाउने चम्ची सरह राख्नुहोस् र औषधी खुवाउनुहोस्। औषधी खुवाउँदा नानी ठाडो बसेको अवस्थामा रहेको सुनिश्चित गर्नुहोस्।

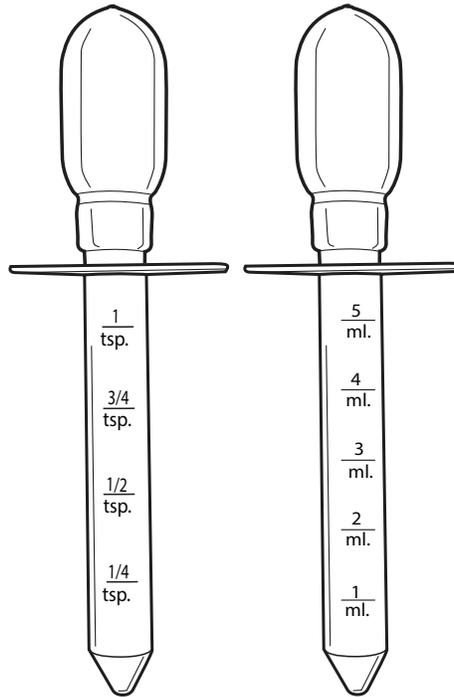
- Clean the medicine spoon by washing it with warm water and mild soap. Rinse it well with clean water and let it air dry on a clean towel.

- औषधी खुवाएपछि औषधीय चम्चीलाई मनतातो पानी र हल्का साबुनले धोएर सफ्फा गर्नुहोस्। सफ्फा पानीले पखाल्नुहोस् र सफ्फा तौलियामाथि राखेर हावाले सुक्न दिनुहोस्।

Using the Dropper

You may want to first practice using the dropper with water to get used to how it works. Be careful not to pull the medicine up into the bulb of the dropper.

- Open the medicine bottle.
- Pick up the dropper and find the mark on the dropper for the amount or dose of medicine needed. There are 2 different measurements, teaspoon (tsp.) and milliliter (ml.), as shown on the pictures of the dropper. (1 teaspoon = 5 milliliters.) Find the measurement that matches the dose you need.
- Squeeze the bulb end and put the tip of the dropper into the medicine bottle.
- Slowly let pressure off of the bulb. You will see the medicine being pulled up into the dropper.
- When you get the medicine pulled up to the mark of the amount needed, pull the dropper tip out of the liquid and let the pressure off of the bulb.
- Check that the medicine is to the right mark for the amount needed. Squeeze the bulb to either remove extra medicine or to pull up more medicine if needed.



ड्रपरको प्रयोग

ड्रपरले कसरी काम गर्छ भनी राम्ररी सिक्नका लागि तपाईंले पहिला यसको प्रयोग पानीसित गरेर अभ्यास गर्न चाहनुहुन्छ होला। औषधी ड्रपरको बल्बसम्म नतानियोस् भनी ध्यान राख्नुहोस्।

- औषधीको सिसी खोल्नुहोस्।
- ड्रपर हातमा लिनुहोस् र औषधीको आवश्यक खुराकका लागि ड्रपरमा मापक चिह्न खोज्नुहोस्। ड्रपरको चित्रमा देखाइएअनुसार दुई भिन्न किसिमका मापन हुन्छन्, चियाचम्ची (tsp.) र मिलिलिटर (ml.)। (1 चियाचम्ची = 5 मिलिलिटर) तपाईंलाई चाहिएको खुराकसित त्यो मापको मिलान गर्नुहोस्।
- बल्बको पुछारलाई थिच्नुहोस् र ड्रपरको टुप्पोलाई औषधीकोको सिसीभित्र हाल्नुहोस्।
- बल्बको थिचाइलाई विस्तारै छोड्नुहोस्। औषधी ड्रपरमा तानिएको तपाईंले देख्नुहुन्छ।
- जब तपाईंलाई चाहिएको मात्राको मापन चिह्नसम्म औषधी ड्रपरमा तानिन्छ, ड्रपरको टुप्पोलाई औषधीको सिसीबाट बाहिर निकाल्नुहोस् र बल्बलाई दवाबमुक्त गर्नुहोस्।
- औषधी चाहिएको मात्रा मापन चिह्नसम्म भरिएको छ भनी हेर्नुहोस्। औषधी धेरै मात्रामा तानिएको छ भने बल्बलाई थिचेर कम गर्नुहोस् वा आवश्यक भए थप औषधी तान्नुहोस्।

7. Place the dropper tip into the child's mouth like a feeding spoon and gently squeeze to release the medicine. Be sure the child is sitting up when giving the medicine. For very young children, it may work best to put the tip in towards their cheek, so they do not push the medicine out with their tongue.
8. Remove the bulb from the dropper and wash both pieces with warm water and mild soap. Rinse the pieces well with clean water and then let the pieces air dry on a clean towel.
7. ड्रपरको टुप्पो नानीको मुखमा खाना खुवाउने चम्ची सरह राख्नहोस् र विस्तारै औषधी मुखमा निचोर्नुहोस्। औषधी खुवाउँदा नानी ठाडो बसेको अवस्थामा रहेको सुनिश्चित गर्नुहोस्। नानी साह्रै सानो छ भने ड्रपरको टुप्पोलाई उसको गालातिर राख्दा बढी राम्रो हुन्छ, जसबाट उसले आफ्नो जिब्रोद्वारा औषधीलाई बाहिर फ्याँक्दैन।
8. ड्रपरबाट बल्बलाई अलग्याउनुहोस् र दुवै हिस्सालाई मनतातो पानी र हल्का साबुनले धुनुहोस्। हिस्साहरूलाई सफ्फा पानीले पखालेर सफ्फा तौलियामाथि हावाले सुक्न दिनुहोस्।

Medicine Safety

- Be sure to keep all medicines and the medicine spoon or dropper out of the reach of children for safety.
- Check the dose amount. It may vary from one child to another based on the child's weight or age.
- Ask your doctor or pharmacist if you are not sure how to give any medicine to your child. You need to be sure you know:
 - **What medicine and how much** you should give your child.
 - **How often** you should give the medicine.
 - **How long you should give the medicine.** Some medicine may only be given for a few days. Other medicine may need to be given for years to treat long term problems.

औषधीसम्बन्धी सुरक्षा

- सुरक्षाका लागि सबै औषधीहरू र औषधीय चम्ची वा ड्रपर नानीहरूको पहुँचभन्दा टाढा राख्नहोस्।
- खुराकको मात्रा जाँचुहोस्। नानीको वजन वा उमेरको हिसाबले भिन्दाभिन्दै नानीहरूका लागि खुराक भिन्दाभिन्दै हुन सक्छ।
- कुनै औषधी तपाईंको नानीलाई कसरी खुवाउने हो भनी पक्का छैन भने आफ्ना डक्टर वा फार्मासिस्टलाई सोध्नहोस्। तपाईंलाई जानकारी भएको सुनिश्चित गर्नु जरुरी छ:
 - **कुन औषधी र कति मात्रामा** तपाईंले आफ्नो नानीलाई दिनु पर्छ।
 - **कतिपटक** तपाईंले औषधी खुवाउनु पर्छ।
 - **कति समयसम्म तपाईंले औषधी खुवाउनु पर्छ।** केही औषधी केही दिनमात्रै खुवाउनु पर्ने हुन्छ। अन्य औषधीहरू दीर्घकालिक समस्याहरूको उपचारनिम्ति वर्षौंसम्म खुवाउनु जरुरी हुन सक्छ।