

ਡਕਾਰ ਮਾਰਨੇ

1



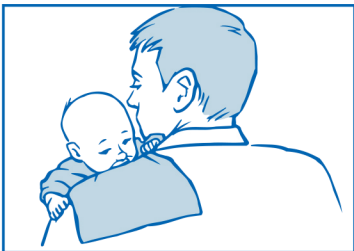
ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਡਕਾਰ ਦਿਵਾਉਣ ਲਈ ਦੇ ਮੁੱਖ ਆਸਣ ਹਨ। ਪਹਿਲਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਮੋਢੇ ਨਾਲ ਲਾਉਣਾ, ਇਕ ਹੱਥ ਬੱਚੇ ਦੇ ਹੇਠਲੇ ਪਾਸੇ ਅਤੇ ਦੂਜਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਿਰ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰੱਖਣਾ।

2



ਦੂਜਾ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਗੋਦੀ ਵਿੱਚ ਬਿਠਾਉਣਾ, ਇਕ ਹੱਥ ਉਸ ਦੀ ਪਿੱਠ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਦੂਜਾ ਉਸਦੇ ਸਿਰ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦੇਣ ਲਈ ਉਸਦੀ ਠੋਡੀ ਹੇਠਾਂ।

3



ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਡਕਾਰ ਦਿਵਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕੁਝ ਦੁੱਧ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਦੇਣ, ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੇ ਕੱਪੜਿਆਂ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਇਕ ਕੱਪੜਾ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਖਿਲਾਰੇ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ।

4



ਇਕ ਵਾਰੀ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪੁਜ਼ੀਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਲੈ ਲਵੋ, ਤਾਂ ਜਦ ਤੱਕ ਉਹ ਡਕਾਰ ਨਾ ਮਾਰਣ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਪਿੱਠ ਨੂੰ ਸਖ਼ਤੀ ਨਾਲ ਮਲੋ। ਆਪਣਾ ਸਮਾਂ ਲਓ। ਇਸ ਨੂੰ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ।

5



ਇਕ ਵਾਰੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਡਕਾਰ ਮਾਰ ਲਏ, ਤਾਂ ਉਹ ਹੁਣ ਹੋਰ ਦੁੱਧ ਮੰਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਢਿੱਡ ਖਾਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।