بنیادی اصول و قواعد

کیا مجھے چھڑکاؤ والی بوتل (پیری ۔ کئیر) جو میں ہسپتال میں استعمال کر رہی تھی، کو استعمال کرتے رہنے کی ضرورت ہے؟

چھڑکاؤ والی بوتل (پیری۔کئیر) بے آرامی کو کم کرنے، عفونت کو روکنے اور زخم کی پھرائی کو بڑھانے کے لئے استعمال کیجاتی ہے۔

- اس کا استعمال جاری رکھیں جب تک آپ کے اندام نہانی سے اخراج ختم نہیں ہوتا اور آپکا پیرینیم (مقعد اور فرج [اندام نہانی کے لبوں کے دھانے والا حصہ] کے درمیان کا حصہ آرام دہ نہیں ہو جاتا۔
- ہر بار جب آپ ٹوائلٹ استمال کریں تو پلاسٹک کی پیری۔کئیر بوتل استعمال کرتے ہوئے اپنا پرینیم معتدل گرم پانی سے دھوئیں۔ ٹوائلٹ پیپر سے آگے سے پیچھے کی طرف تھپتھپاتے ہوئے اپنے آپ کو خشک کریں۔
- چبھن کو کم کرنے کے لیئے پیشاب کرتے ہوئے پانی کا چھڑکاؤ کریں۔
- بیٹھنے سے پہلے اپنے پٹھوں کو اندر کی طرف کھینچنے کی کوشش کریں۔
- زیادہ آرام کے لیئے تکیہ یا نرم سطح پر بیٹھیں۔