



በካሳሻ ዱቄት ውስጥ ያለውን

መርዛማ ነገር የማስወገጃ ዘዴ

በካሳሻ ዱቄት ውስጥ ያለውን መርዛ እንዴት ማስወገድ ይቻላል?

በአግባቡና በስርአቱ ያልተዘጋጀ መራራ ካሳሻ ዱቄት በምንመገብበት ጊዜ የሚከተሉት ነገሮች ሊያጋጥሙን ይችላሉ:-

- ከተመገብን በኋላ ወዲያውኑ መመረዝ፣ ድካም፣ የራስ ምታት፣ የሆድ ሕመም፣ ተቅማጥና ማስመለስ እንዲሁም አንዳንድ ጊዜ ሞትን ሊያስከትል ይችላል።
- “ኮንዞ” ማለትም ቋሚ የሆነ የእግር ሽባነትን በማስከተል መራመድን ይከለክላል። ይህም የሚከሰተው በጥሩ ሁኔታ(በአግባቡ) ያልተዘጋጀ መርዛማ የካሳሻ ዱቄት ለብዙ ሳምንታት ከተመገብን በኋላ ነው።

መርዛን ማስወገጃ ዘዴ፣

1



በጣም ቀላል ነው። ለማብሰል የሚፈልጉትን መጠን ያህል ዱቄት ይቆንጥሩ

2



ዱቄቱን ሰፊ ባለ ጉድጓዳ ሣህን ውስጥ አደላድለው ካስቀመጡ በኋላ የዱቄቱን ከፍታ በማንኪያ ወይም በቢላዋ ጫፍ ለክቶ ምልክት ማድረግ

3

ንፁህ ውሃ ቀስ በቀስ በመጨመር ዱቄቱ እስኪረጥብ ድረስ ያማስሉት ከፍታው ከዱቄቱ (ውሀ ከመጨመሩ በፊት) ከፍታ ጋር እኩል መሆን አለበት። ዱቄቱ ሙሉ በሙሉ ቀስ በቀስ እያማሰሉ በውሃ መራስ አለበት። ነገር ግን እንደ ገንፎ መወፈር ወይም ያልራሰና የጓጉሰ ዱቄት መኖር



4

ዱቄቱን በማጥለያ ወይም በምንጣፍ ወይም ንጹህ በሆነ ንጣፍ ላይ በማንከያ



ወይም በእጅዎ ያስጡት። ዱቄቱም ሣሣ ተደርጎ (በጥፍርዎ ከፍታ ያህል) ማስጣት አለበት። ከዚህም በኋላ ዱቄቱን ለ5 ሠዓት ያህል በጥላ ላይ ወይም ለ2 ሠዓት በፀሐይ ላይ ማቆየት

5



በድስት ውስጥ ውሃ ያፍሉ ከዚያም በአግባቡ የተዘጋጀውን ዱቄት በሚፈለገው መጠን ይጨምሩ። የውሃው መጠን ከተለመደው መጠን ያነሰ ከሆነ ጠቀሜታ አለው ምክንያቱም ዱቄቱ ሲዘጋጅ ዱቄቱን ለማራስ የተጠቀሙበት ውሃ ቀድሞ መከናወኑ መታሰብ ስላለበት ነው። ይህም የሚሆነው ሙሉ በሙሉ ስላልደረገ ነው።

6

አሁን በእርግጠኝነት ለቤተሰብዎ ጥሩ/ጤናማ ምግብ እየመገቡ መሆኑን መናገር ይችላሉ። ይህም የሚመርዝ ወይም ሽባነትን የሚያስከትል በመሆኑ ነው።

