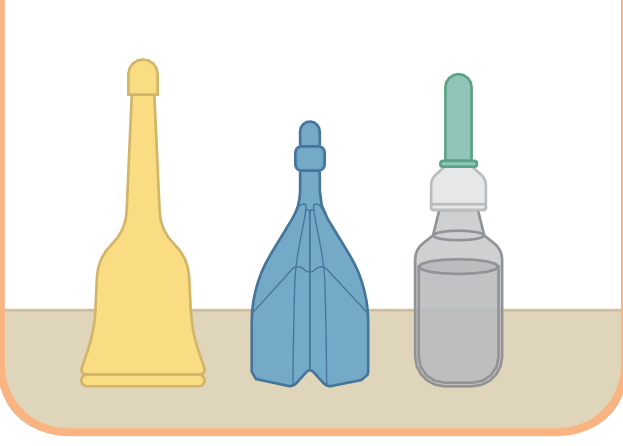


# மலக்குடல் எனிமாவை எவ்வாறு நிர்வகிப்பது

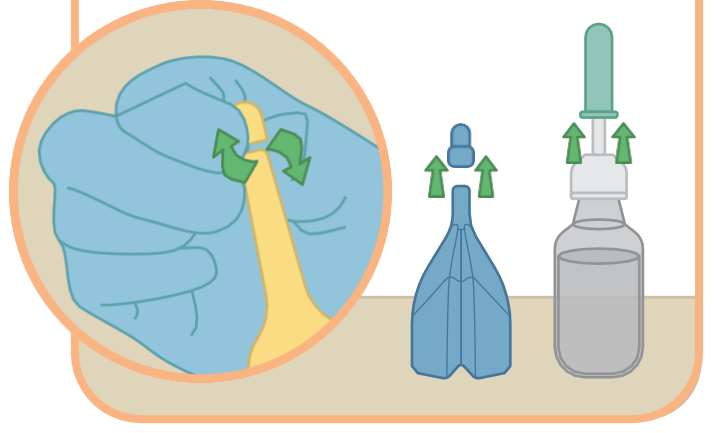
1

மலக்குடல் எனிமா என்பது ஆசனவாய் வழியாக செலுத்தப்படும் ஒரு திரவ மருந்து.



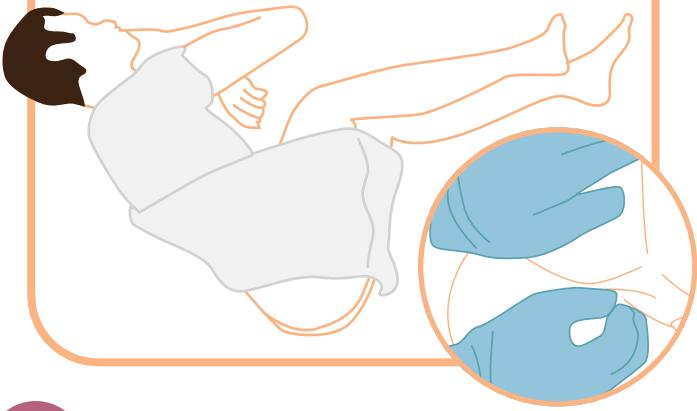
2

கைகளைக் கழுவி, ஒரு ஜோடி கையுறைகளை அணியுங்கள். முத்திரையை உடைக்க அல்லது தொப்பியை அகற்ற திருப்பவும். குழாயை நிமிர்ந்த நிலையில் வைக்கவும்.



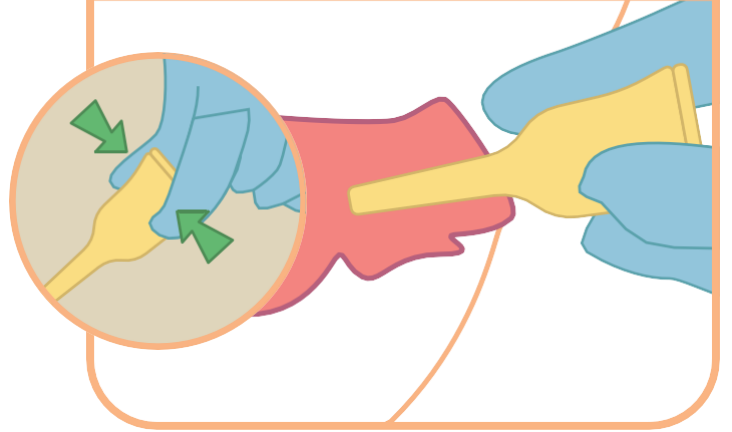
3

உங்கள் அன்புக்குரியவரின் முழங்கால்களை வயிற்றை நோக்கி இழுத்து அவரைப் படுக்க வைக்கவும். உங்கள் அன்புக்குரியவரின் பின்னால் நின்று, ஆசனவாயை வெளிப்படுத்த பிட்டத்தை பிரிக்கவும்.



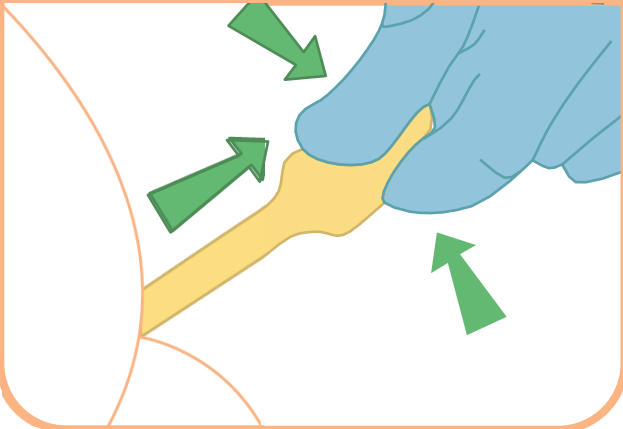
4

முனையின் முழு நீளத்தையும் ஆசனவாயிலில் மெதுவாகச் செருகவும். மருந்தை நிர்வகிக்க குழாயை அழுத்துங்கள்.



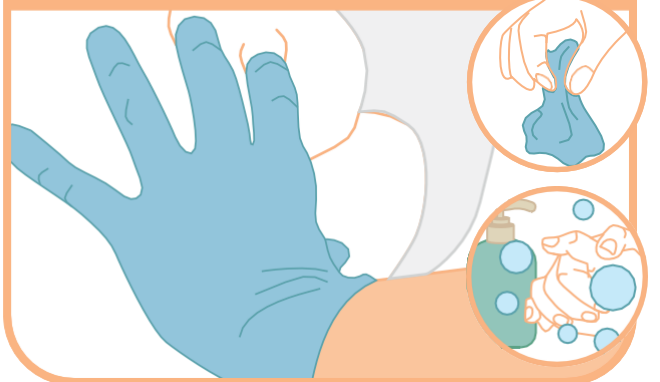
5

நீங்கள் ஆசனவாயிலிருந்து முனையினை அகற்றும்போது குழாயை அழுத்துவதைத் தொடரவும். இது, திரவம் மீண்டும் குழாயினுள் உறிஞ்சுவதைத் தடுக்கிறது.



6

உங்கள் அன்புக்குரியவரால் திரவத்தை வைத்திருக்க முடியாவிட்டால், கசிவைத் தடுக்க நீங்கள் பிட்டத்தை 3-4 நிமிடங்கள் ஒன்றாக வைத்திருக்கலாம். செயல்முறைக்குப் பிறகு கையுறைகளை அகற்றி உங்கள் கைகளை கழுவவும்.



மேலும் விளக்கங்களுக்கு இங்கே 'ஸ்கேன்' செய்யவும்