

# Lansinoh®

## GB LANSINOH® MANUAL BREAST PUMP INSTRUCTIONS FOR USE

- D** LANSINOH®  
HANDMILCHPUMPE -  
GEBRAUCHSANWEISUNG
- TR** LANSINOH®  
MANUEL GÖĞÜS POMPASI KULLANIM  
TALİMATLARI
- F** LANSINOH®  
MODE D'EMPLOI DU TIRE-LAIT MANUEL
- NL** LANSINOH®  
HANDKOLF GEBRUIKSAANWIJZING
- GR** LANSINOH®  
ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΧΕΙΡΟΚΙΝΗΤΟΥ  
ΘΗΛΑΣΤΡΟΥ
- H** LANSINOH®  
KÉZI MELLSZÍVÓ HASZNÁLATI UTASÍTÁS
- FIN** LANSINOH®  
KÄSIKÄYTTÖINEN RINTAPUMPPU  
KÄYTTÖOHJE
- S** LANSINOH®  
INSTRUKTIONER FÖR ANVÄNDNING AV  
MANUELL BRÖSTPUMP
- DK/N** LANSINOH®  
INSTRUKTIONER FOR MANUEL  
BRYSTPUMPE
- I** LANSINOH®  
ISTRUZIONI PER L'USO DEL TIRALATTE  
MANUALE
- E** LANSINOH®  
MANUAL INSTRUCCIONES DE USO  
EXTRACTOR DE LECHE MANUAL
- P** LANSINOH®  
INSTRUÇÕES DE UTILIZAÇÃO DA BOMBA  
DE EXTRACÇÃO DE LEITE MANUAL
- PL** LANSINOH®  
LAKTATOR MANUALNY - INSTRUKCJA  
OBŚLUGI
- CZ** LANSINOH®  
MANUÁLNÍ ODSÁVAČKA MATEŘSKÉHO  
MLÉKA - NÁVOD K POUŽITÍ

- SK** LANSINOH®  
MANUÁLNA ODSÁVAČKA MATERSKÉHO  
MLIEKA - NÁVOD NA POUŽITIE
- HR** LANSINOH®  
UPUTE ZA RUČNU PUMPU ZA IZDAJANJE
- SRB** LANSINOH®  
RUČNA PUMPA ZA IZMLAZANJE  
UPUTSTVO ZA UPOTREBU
- UA** LANSINOH®  
ІНСТРУКЦІЯ КОРИСТУВАННЯ РУЧНИМ  
МОЛОКОВІДСМОКТУВАЧЕМ
- RUS** LANSINOH®  
ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ РУЧНОГО  
МОЛОКОУСОСА

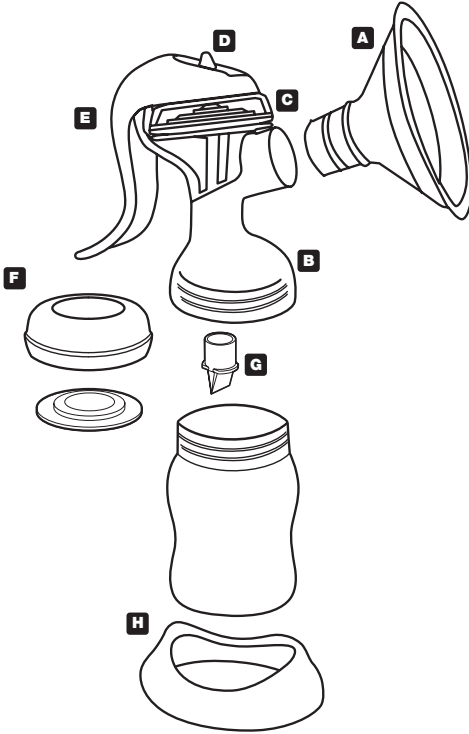
LANSINOH® (AR)  
إرشادات استخدام  
مضخة الثدي اليدوية



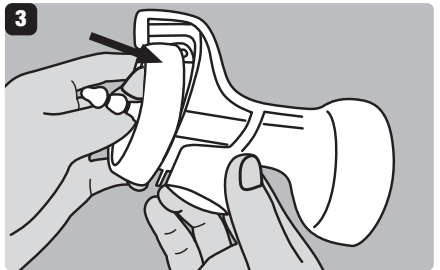
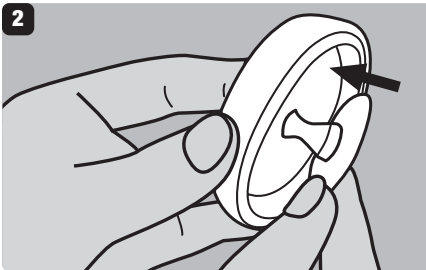


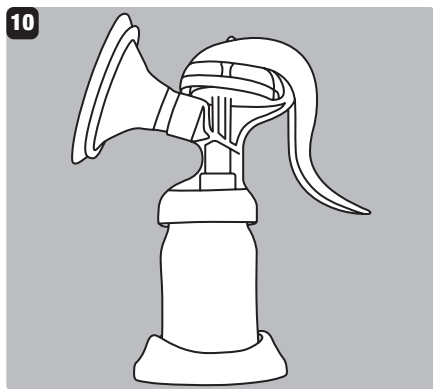
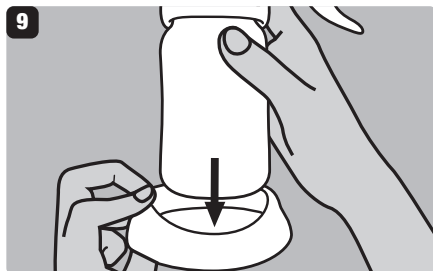
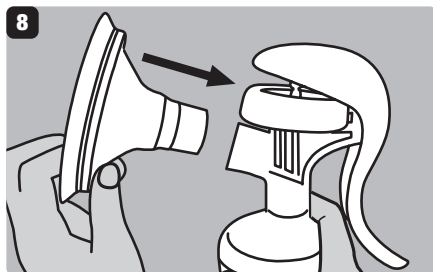
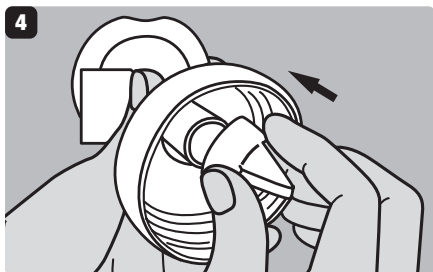
Lansinoh  
mOmma

APPENDIX A



APPENDIX B





## CONTENTS

GB	Page 02
D	Page 06
TR	Page 11
F	Page 16
NL	Page 18
GR	Page 21
H	Page 23
FIN	Page 26
S	Page 28
DK/N	Page 31
I	Page 33
E	Page 36
P	Page 38
PL	Page 41
CZ	Page 44
SK	Page 46
HR	Page 48
SRB	Page 51
UA	Page 53
RUS	Page 56
AR	Page 59

## LANSINOH® MANUAL BREAST PUMP INSTRUCTIONS FOR USE

Congratulations on your decision to give your baby the best possible start in life by breastfeeding. The multitude of health benefits for both you and your baby are well documented. Although breastmilk is always best, providing breastmilk for your baby when you have to be away isn't always easy. It requires a special effort, and you should be very proud of your commitment to provide your baby the perfect nutrition for optimal growth and development. Our manual breast pump was designed to be quick and easy for mothers who have to pump occasionally and who appreciate the convenience of a manual pump.

### Instructions for Use:

Please take time to read through this manual before you use your Lansinoh® Manual Breast Pump for the first time.

#### Contents:

1. Introducing the Lansinoh® Manual Breast Pump
2. Lansinoh® Manual Breast Pump Parts
3. How to Sterilise and Clean Your Lansinoh® Manual Breast Pump
4. How to Assemble Your Lansinoh® Manual Breast Pump
5. Tips About Pumping
6. How to Use Your Lansinoh® Manual Breast Pump
7. How to Store Your Expressed Breastmilk
8. Troubleshooting for the Lansinoh® Manual Breast Pump
9. Feeding breastmilk with the NaturalWave™ Peristaltic Teat

1

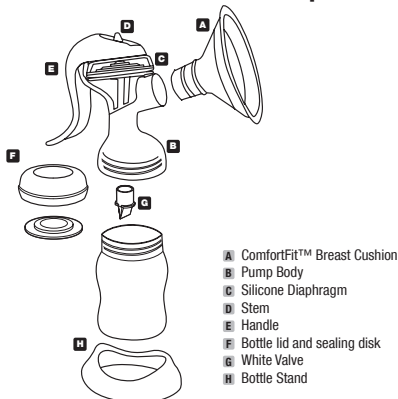
## Introducing the Lansinoh® Manual Breast Pump

The Lansinoh® Manual Breast Pump has been designed specifically with the needs of breastfeeding mothers in mind. This breast pump has two separate phases: Let Down Phase and Expression Phase. You can easily switch between the two modes by adjusting the position of the handle on the stem. ComfortFit™ breast cushion creates a seal providing reliable suction resulting in comfortable and fast milk flow. The wide neck bottles are interchangeable with the entire Lansinoh® pump range. The pack includes the NaturalWave™ slow flow Teat which enables baby to replicate natural sucking actions learned at the breast when drinking expressed breastmilk through a bottle. The pump is easy to assemble, easy to use and easy to clean.

Breastfeeding is best. Exclusive breastfeeding is recognised as the best choice for your baby and provides all the nutrients your baby requires for the first 6 months of life. Breastfeeding helps to develop a strong bond between mother and baby and provides numerous long term benefits for both.

2

## Lansinoh® Manual Breast Pump Parts

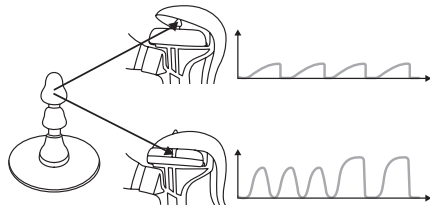


## 2 Phase Technology

This breast pump has two separate phases, Let Down Phase and Expression Phase. You can easily switch between the two modes by adjusting the position of the handle on the stem.

### Let Down Phase

This phase gently stimulates the breast. It is designed to mimic the first phase of a breastfeed (the way a baby feeds at the beginning of a feeding). It is one of the features that encourages milk let-down and encourages your milk to begin to flow. You can create gentle suction pressure by setting the handle in the first (top) notch in the stem and using quick pulses with the handle.



### Expression Phase

This phase allows you to express breastmilk from the breast. Switch to this mode by setting the handle in the second (bottom) notch in the stem. To get the strongest suction fully depress the handle. For less suction strength depress the handle less.

3

## How to Clean and Sterilise Your Lansinoh® Manual Breast Pump

Prior to using your pump for the first time, disassemble it (remove silicone diaphragm and stem, ComfortFit™ breast cushion, white valve and separate bottle, cap and sealing disk).

### Cleaning:

The breast cushion, bottles, handle and bottle stand may be cleaned in the upper compartment of your dishwasher or hand washed with dish soap and hot water. Do not use solvents or abrasives. Rinse with hot, clean water. The white valve, silicone diaphragm and stem, and the ComfortFit™ breast cushion can be washed in the dishwasher; however, we recommend washing them by hand to prevent loss and to extend their life. Completely air-dry all parts on a clean towel or drying rack.

**Note:** Use caution when cleaning the small white valve. It is important for proper suction. Do not use excessive force and do not clean with a baby bottle brush or a nipple brush. Gently wash by hand in hot, soapy water and rinse under hot running water.

### Sterilise:

**To sterilise by boiling:** Place all parts in a pan of boiling water, ensuring no air is trapped in any parts, cover the pan with a lid and boil for at least 10 minutes. Keep the pan covered until the equipment is needed. Note: It is essential that you use enough water to keep the parts freely floating while boiling.

**To sterilise with chemicals:** Make up the solution using tablets or liquid. Submerge all parts in the solution, ensuring no air is trapped in any parts. Leave in the solution for at least 30 minutes. Make up a fresh solution every 24 hours.

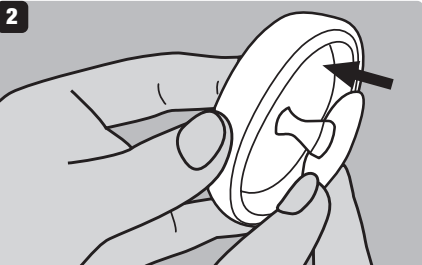
**To use steam or microwave sterilisers:** Follow the manufacturers instructions. Ensure all openings are face down in the steriliser. Ensure you wash your hands before removing equipment from the steriliser.

4

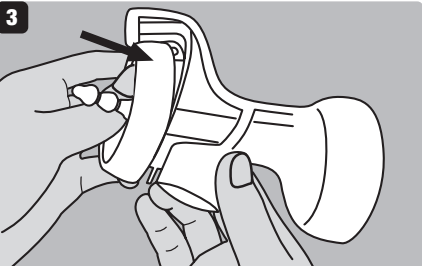
## How to Assemble Your Lansinoh® Manual Breast Pump

**Note:** Prior to assembling your Lansinoh® Manual Breast Pump ensure that all parts have been cleaned and sterilised as detailed in section 3 of this manual.

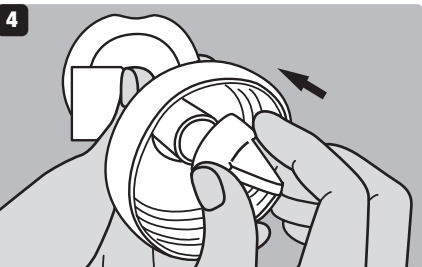
**1** Wash your hands thoroughly.



Insert the stem into the silicone diaphragm.



Place the silicone diaphragm and stem on top of the pump body. Make sure it fits securely around the rim by pressing down with your fingers to ensure a perfect seal.\*



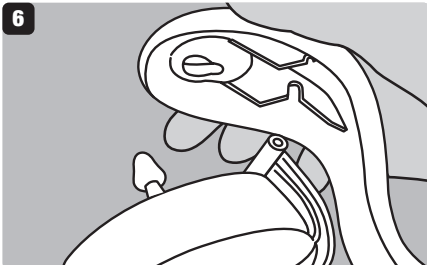
Gently secure the white valve onto the pump from underneath, making sure the white valve is flush with the pump body. It is not necessary to use excess force when applying the white valve. If you find that the white valve is difficult to remove, you have pushed it too far onto the pump body.

5



Screw the bottle onto the pump body.

6



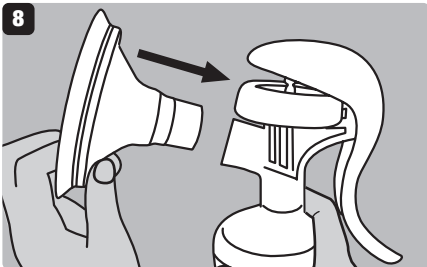
Align the groove in the handle with the stem and gently press the handle down. Push until you hear it click.\*

7



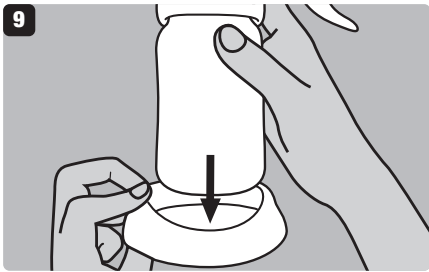
Adjust the stem and handle so that the handle fits the first notch of the stem, known as the Let Down Phase.\*\*

8



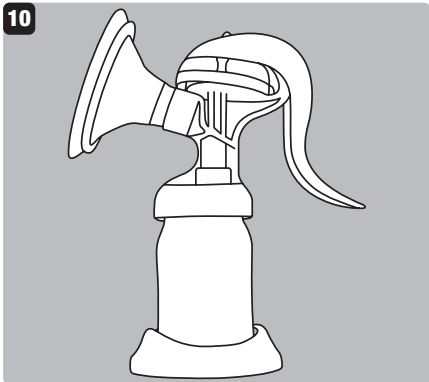
Attach the ComfortFit™ breast cushion to the pump body.

9



To make the pump completely stable, insert the bottle into the bottle stand.

10



When fully assembled, this is what your pump should look like.

\*These parts are designed to fit snugly. For easier assembly, just dampen the rim of the silicone diaphragm with water

\*\*This breast pump has two separate phase's, Let Down Phase and Expression Phase. You can easily switch between the two phases by adjusting the position of the handle on the stem.

5

## Tips About Pumping

Familiarise yourself with the pump and parts prior to use.

The most important part of successful pumping is the let-down reflex. This is when your breastmilk begins to flow freely. The following can help this natural reflex occur: A warmed Lansinoh® Therapearl Breast Therapy Gel pack applied to the breast and light, circular movements of the finger tips working from the outside of the breast towards the nipple prior to and/or during a pumping session.

Try to choose a time to pump when you are not rushed and will not be interrupted. Trying to relax while you are thinking of your baby or looking at a photo of your baby can also be helpful when pumping your breastmilk.

Overall a pumping session can last about 20-30 minutes but it depends on your body. Remember, successful pumping is a learned art. Early practice sessions may be shorter or longer than stated here and may result in a small amount of breastmilk collected but that does not mean that your body is not making enough milk or that you are doing anything wrong. Milk is produced on a supply and demand basis and pumping your breasts regularly in addition to

nursing your baby stimulates and maintains your breastmilk supply.

If breastfeeding problems occur, consult with your health professional. You may pump one breast while nursing the baby on the other. This allows you to maximise pumping effectiveness using the let down reflex stimulated by your baby's suckling.

Make sure the tunnel of the breast cushion is tilted slightly downward to allow your breastmilk to flow naturally toward the bottle.

### Precautions when feeding expressed breastmilk:

1. DO NOT MICROWAVE BREASTMILK! Microwaving alters the composition of the milk and may also create "hot spots" in the milk that could burn the infant.
2. Always test the temperature of any liquid before feeding your baby.
3. Do not let a child take a bottle to bed or self feed for long periods.
4. To prevent possible choking hazard, test strength of the teat by pulling on the bulb portion. Discontinue use if any tear or crack appears.

6

## How to Use Your Lansinoh® Manual Breast Pump

If possible, wait until your breastmilk supply and breastfeeding schedule are well established. This is normally at least 3-4 weeks after birth, unless advised otherwise by your health professional.

1. Wash your hands thoroughly and make sure your breasts are clean.
2. Make sure you have sterilised and carefully assembled your pump exactly as described in the sections "How to Clean and Sterilise Your Lansinoh® Manual Breast Pump" and "How to Assemble Your Lansinoh® Manual Breast Pump."
3. Centre the pump opening over your nipple and gently press it against your breast ensuring that your nipple is centred in the tunnel of the breast cushion. Press the ComfortFit™ breast cushion of the pump firmly against your breast; making sure the seal is secure so that no air can escape. You can create a good seal by using your other hand to support your breast from underneath. If your nipple is unable to be centred within the tunnel of the breast cushion without rubbing, you may need the larger size ComfortFit™ breast cushion.
4. As you gently push down on the pump handle you will feel the suction on your breast. You do not need to depress the handle fully to create a vacuum; only as much as is comfortable.
5. You can create gentle suction pressure in preparation for expressing by setting the handle in the first (top) notch of the stem. Confirm that your nipple is moving and squeeze and release the handle until you find your preferred pace.
6. To start with the Let Down Phase, set the stem in the top (first) notch of the handle and squeeze the handle. Your breastmilk will soon start flowing even though you may not use all the suction the pump can generate.
7. Once breastmilk is flowing (1 – 2 minutes) change to the Expression Phase. To switch to Expression Phase, gently press the "PUSH" part at the tip of the handle to set the handle to the second (bottom) notch of the stem. Continue to squeeze and release the handle to find the appropriate suction pressure.

If the suction pressure feels weak when expressing your breastmilk, squeeze the handle all the way. The suction pressure changes based on how hard you squeeze the handle. Expressing in comfort is more important than setting a strong suction pressure. Please express milk at a suction pressure that feels appropriate for you.

\*To return to the Let Down Phase from the Expression Phase, (1) Pull the tip of the stem towards you, (2) gently squeeze the handle, and set it in the first (top) notch.

**Warning: Do not continue pumping for more than five minutes at a time if no result is achieved. Try expressing at another time during the day.**

**Please remember:** Should pumping become very painful or uncomfortable, you should stop using the pump and consult with your health professional.



## How to Store Your Expressed Breastmilk

Breastmilk should be stored in a clean, sealed container.

**Do not** store your breastmilk in a fridge or freezer door. The door tends to be the warmest part of the fridge or freezer because of opening and closing. Date all stored breastmilk and use the oldest breastmilk first.

### Try our Lansinoh® Breastmilk Storage Bags:

- Ideal for storing & freezing breastmilk
- Patented double click seal zipper prevents leaks or spills
- Strongest bag available

### Breastmilk Storage Guidelines

Where	Temperature	Time
At room temperature (fresh milk)	19° to 26°C	4 hours (ideal) up to 6 hours (acceptable)*
In a refrigerator	4°C to 6°C	72 hours (ideal) up to 8 days (acceptable)**
In a freezer	-18° to -20°C	6 months (ideal) up to 12 months (acceptable)

\* The preference is to refrigerate or chill milk right after it is expressed.

Reference: La Leche League International

### Thawing

Thaw frozen breastmilk in the refrigerator or place the container under cool running water, gradually warming the water until the milk is thawed. Thawed milk can be kept in a refrigerator for up to 24 hours. Do not refreeze breastmilk once it is thawed.

Gently swirl the container of thawed breastmilk before feeding to baby to mix the layers that have separated. Breastmilk is not homogenized and the "cream" will rise to the top of the bottle. Breastmilk can vary in colour and consistency depending upon the time of the day that the milk was expressed, what you have eaten, and the age of the baby at the time of pumping. Do not shake the bottle vigorously to mix the layers as doing so can damage the live components of your breastmilk.

Do not microwave human milk! Microwaving alters the composition of the breastmilk. Microwaving also may create "hot spots" in the breastmilk that could burn your infant.

Do not thaw breastmilk in very hot or boiling water.

## Troubleshooting for the Lansinoh® Manual Breast Pump

### Lack of Suction / Decreased Suction

If it feels like the suction has decreased, try the following:

1. Make sure that all pump parts have been properly dried and properly assembled.
2. Inspect the white valve for a tear or pinhole. This component is critical to achieving proper suction. If necessary, replace the white valve with the spare valve provided with the pump.
3. Ensure that the silicone diaphragm and stem is fitted securely to the pump body and a perfect seal is created.
4. Ensure that the ComfortFit™ Breast Cushion is fitted securely to the pump body and a perfect seal is created.
5. If your nipple is unable to be centred within the tunnel of the flange without rubbing, you may need the larger size ComfortFit™ Breast Cushion included in the pack.

### No Breastmilk Expressed

If it feels like the suction has decreased, try the following:

1. Make sure that all pump parts have been properly dried and properly assembled.
2. Inspect the white valve for a tear or pinhole. This component is critical to achieving proper suction. If necessary, replace the white valve with the spare valve provided with the pump.
3. Ensure that the silicone diaphragm and stem is fitted securely to the pump body and a perfect seal is created.
4. Ensure that the ComfortFit™ Breast Cushion is fitted securely to the pump body and a perfect seal is created.

### Pain When Pumping

If you are experiencing pain when expressing breastmilk, try the following:

1. You may be pumping too hard. It may not be necessary to use all of the suction that the pump can generate. Try depressing the handle half way and remember the 2-3 second suggested rhythm.
2. You may need a larger or smaller breast cushion, try the other breast cushion included in this package. Consult your health professional for an assessment and sizing.

## Feeding breastmilk with the NaturalWave™ Peristaltic Teat

This NaturalWave™ Peristaltic Teat is specially designed to:

- Helps maintain established breast feeding patterns.
- Switch easily from breast to bottle and back again.
- Encourages baby's 'wave-like' tongue movement
- Promotes instinctive sucking action for natural oral development



### 1. Latching on

Lips open outward and latch onto the areola.



### 2. Peristaltic tongue movement

Tongue moves in a smooth "wave-like" motion to compress nipple and extract milk. This encourages natural oral, jaw and facial development.

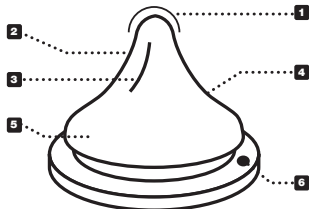
Fact: Baby's tongue repeats the peristaltic movement about 800 to 1000 times in just one nursing session.



### 3. Swallowing

Back of baby's tongue rises, channelling the milk into the oesophagus.

The NaturalWave™ Peristaltic Teat was designed and is clinically proven to encourage this natural feeding pattern.



1. Teat Tip  
Baby controls milk flow.
2. Soft 100% Silicone  
Stretches and flexes for optimal compression.
3. Inner vertical ridges  
Strengthen teat structure, making it collapse-resistant.
4. Unique gradual slope design  
Enables smooth peristaltic tongue movement.
5. Wide, texture teat base  
For easy latch on and effective suction.
6. AVS™  
Reduces intake of air, a potential cause of colic.

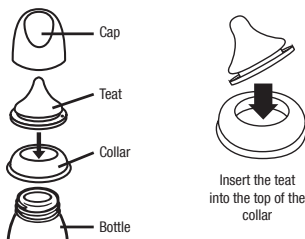
**One piece, hassle-free design teat available in slow, medium and fast flows.**

Exclusive breastfeeding is recommended for the first 6 months of baby's life. Breastfeeding and breastmilk production should be firmly established before introducing a bottle and teat.

**Instructions for Use:** Fill with the required amount of liquid and tighten the screw cap. Heating in a microwave is not recommended. If you choose to heat food in the microwave, do not seal the bottle. Remove teat, collar and cap when using in the microwave. Shake well before use and always check temperature before offering to baby. Unevenly heated food may burn baby's mouth. Do not microwave human milk as microwaving alters the composition of the milk. Before first use, clean the product. To ensure product hygiene, put the teat and the bottle with all its components in boiling water for 5 minutes before use. When carrying a full bottle, make sure it is closed with the cap in place, taking care to position the teat in the centre of the cap to activate the "spill-proof" function of the product.

**Cleaning:** Before initial use, place the product in boiling water for 5 minutes, allow to cool, and thoroughly rinse all bottle components. This is to ensure hygiene. Subsequently, the bottle can also be washed in the upper rack of a dishwasher and can be sterilised (open) both in the microwave and using a special sterilising machine. Always wash all components of the product immediately after each use. Wash in warm soapy water and rinse thoroughly. Clean before each use.

**Assembly:** Once thoroughly dry, insert feeding teat through the top of the screw cap collar. Attach the screw cap collar securely onto the bottle neck.



**Precautions:** When not in use, store in a dry and covered place. Always use this product with adult supervision. Do not clean, store or allow to come into contact with solvents or harsh chemicals. Damage could result. Do not leave the product in direct sunlight or heat, or leave in disinfectant ("sterilising solution") for longer than recommended. Do not warm the liquid by placing the cup directly onto gas or electric rings, warming plates, in electric ovens etc.

**For your child's safety and health WARNING!** Always use this product with adult supervision. Never use feeding teats as a soother. Continuous and prolonged sucking of fluids will cause tooth decay. Always check food temperature before feeding. Keep all components not in use out of reach of children. Do not leave the baby alone with drinking equipment due to risk of choking, the baby falling over if the product has disassembled.

**WARNING:** Tooth decay in young children can occur even when non-sweetened fluids are used. This can occur if the baby is allowed to use the bottle/cup for long periods through the day and particularly during the night, when saliva flow is reduced or it used as a soother. Do not leave the teat in direct sunlight or heat, or leave in disinfectant ("sterilising solution") for longer than recommended, as this may weaken the teat. Inspect before each use. Throw away at the first sign of damage or weakness. Replace the teat every 7 weeks, for safety and hygiene reasons. Pull the feeding teat in all directions to check the product.

**ATTENTION:** Some juices are sterile and solutions may make the silicone become opaque. This does not modify any of the properties. Do not microwave human milk as microwaving alters the composition of the milk. Heating in a microwave oven may produce localised high temperatures. Take extra care when microwave heating. Always stir heated food to ensure even heat distribution and test the temperature before serving.

**WARNING:** Packaging materials are not part of the product. For your child's safety, please remove and discard all packaging materials prior to use but read and retain the instructions for future reference. Leave open in the microwave.



**Manufacturer: Lansinoh Laboratories  
Saglik Gerecleri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.  
Zafer SB Mah. Gunduz Sk. No:13 E.S.B  
Gazemir/ Izmir/ Turkiye**



**LANSINOH® HANDMILKPUMPE  
GEBRAUCHSANWEISUNG**

Herzlichen Glückwunsch zu Ihrer Entscheidung, Ihr Kind zu stillen und ihm damit den bestmöglichen Start ins Leben zu geben! Die zahlreichen gesundheitlichen Vorteile für Sie und Ihr Kind sind gut belegt. Auch wenn Muttermilch immer das Beste für Ihr Baby ist, ist es doch nicht immer leicht, Ihr Kind damit zu versorgen, wenn Sie nicht da sein können. Sie können stolz auf sich sein, dass Sie die besondere Mühe auf sich nehmen Muttermilch abzupumpen, um Ihrem Kind eine ideale Ernährung zu ermöglichen. Bei der Entwicklung unserer Handpumpe wurde besonders auf eine einfache und schnelle Handhabung Wert gelegt. Sie ist besonders für Mütter geeignet, die gelegentlich abpumpen und die Vorteile einer Handpumpe schätzen.

**Gebrauchsanweisung:**

Bitte nehmen Sie sich Zeit und lesen Sie die Gebrauchsanweisung, bevor Sie mit dem Abpumpen von Muttermilch beginnen.

Inhalt:

1. Einführung in die Lansinoh® Handmilkpumpe
2. Bestandteile der Lansinoh® Handmilkpumpe
3. Reinigen und Sterilisieren der Lansinoh® Handmilkpumpe
4. Zusammensetzen der Lansinoh® Handmilkpumpe
5. Tipps zum Abpumpen von Muttermilch
6. Gebrauch der Lansinoh® Handmilkpumpe
7. Aufbewahrung abgepumpter Muttermilch
8. Problemlösungen für die Lansinoh® Handmilkpumpe
9. Füttern von Muttermilch mit dem NaturalWave™ Sauger

**1**

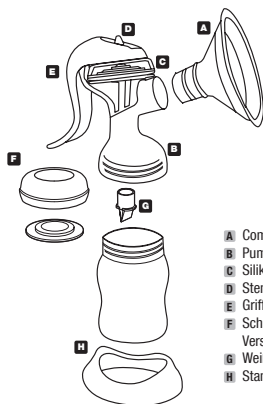
## Einführung in die Lansinoh® Handmilkpumpe

Bei der Konzeption der Lansinoh® Handmilkpumpe wurden insbesondere die Bedürfnisse von stillenden Müttern berücksichtigt. Diese Milchpumpe verfügt über eine 2-Phasen-Technologie mit einer Stimulationsphase und einer Abpumpphase. Sie können ganz einfach zwischen beiden Phasen wechseln, indem Sie die Position des Griffes anpassen. Der ComfortFit™ Saugaufsatz erzeugt eine zuverlässige Saugwirkung und bewirkt somit einen angenehmen und schnellen Milchfluss. Die Weithalsflasche ist mit dem gesamten Lansinoh® Pumpkonzept (Abpumpen - Aufbewahren - Füttern) kompatibel. Diese Packung enthält auch den NaturalWave™ Sauger, der es dem Baby ermöglicht, sein an der Brust erlerntes Saugverhalten beizubehalten. Die Pumpe ist einfach zusammenzusetzen und leicht zu gebrauchen. Auch die Reinigung gelingt mühelos.

Ausschließliches Stillen in den ersten 6 Monaten ist das Beste für Ihr Baby, da es dadurch mit allen notwendigen Nährstoffen versorgt wird. Stillen unterstützt wesentlich die starke Bindung zwischen Mutter und Kind und bietet beiden außerdem viele nachhaltige Vorteile.

2

## Bestandteile der Lansinoh® Handmilchpumpe



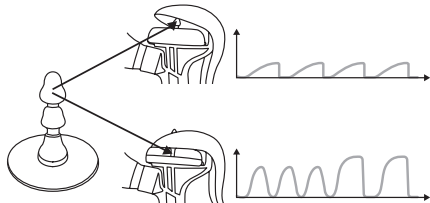
- A ComfortFit™ Saugaufsatz
- B Pumpenkörper
- C Silikonmembran
- D Stempel
- E Griff
- F Schraubverschluss und Verschlussplättchen
- G Weißes Ventil
- H Standboden

### 2-Phasen-Technologie

Diese Handmilchpumpe verfügt über eine 2-Phasen-Technologie mit einer Stimulationsphase und einer Abpumpphase. Sie können leicht von einer in die andere Phase wechseln, indem Sie die Position des Stempels oben auf dem Griff verändern.

#### Stimulationsphase

Diese Phase stimuliert die Brust und hilft, den Milchsendereflex auszulösen. Diese Besonderheit der Handmilchpumpe trägt dazu bei, Beschwerden zu Beginn des Abpumpens zu reduzieren und das Abpumpen angenehmer zu gestalten. Sie können mit der sanfteren Stimulation beginnen, indem Sie den Stempel in die vordere Position (Richtung Brust) bringen.



#### Abpumpphase

In dieser Phase können Sie die Muttermilch abpumpen. Bringen Sie hierzu den Stempel in die hintere Position (von der Brust weg). Für eine starke Saugwirkung drücken Sie den Griff bis ganz nach unten und für eine schwächere Saugwirkung reduzieren Sie den Druck auf den Griff.

3

## Reinigen und Sterilisieren der Lansinoh® Handmilchpumpe

Nehmen Sie die Handmilchpumpe vor dem ersten Gebrauch auseinander (die Silikonmembran, den Stempel, den ComfortFit™ Saugaufsatz, das weiße Ventil sowie die Flasche, die Kappe und das Verschlussplättchen).

#### Reinigung:

Flaschen, Griff und Standboden können im oberen Fach des Geschirrspülers oder per Hand mit warmem Spülwasser gereinigt werden. Bitte keine Scheuer- oder Lösungsmittel verwenden. Weißes Ventil, Silikonmembran,

Stempel und Saugaufsatz können im Geschirrspüler gereinigt werden, wir empfehlen für eine längere Lebensdauer jedoch die Reinigung per Hand. Alle Teile müssen vollständig auf einem sauberen Handtuch an der Luft trocknen. **ACHTUNG:** Bitte reinigen Sie das kleine weiße Ventil besonders vorsichtig. Es ist verantwortlich für die gute Saugwirkung der Pumpe. Wenden Sie nicht zu viel Kraft an und verwenden Sie keine Flaschenbürsten jeglicher Art. Waschen Sie das Ventil vorsichtig mit der Hand in heißem Spülwasser und spülen Sie es anschließend unter warmem, fließendem Wasser ab.

#### Sterilisieren:

**Auskochen:** Kochen Sie alle Teile 10 Minuten lang bei geschlossenem Deckel aus. Nehmen Sie alle Teile sofort nach dem Kochen aus dem Wasser und lassen Sie sie an der Luft vollständig trocknen, bevor Sie sie wieder zusammensetzen und die Pumpe benutzen. Bitte achten Sie darauf, dass alle Teile mit Wasser bedeckt sind.

**Chemisch sterilisieren:** Stellen Sie die Sterilisationslösung her. Geben Sie alle Teile für 30 min in die Lösung. Bitte nutzen Sie alle 24 Stunden eine frische Lösung.

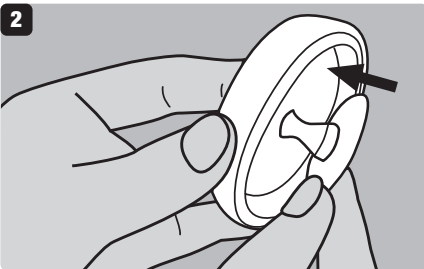
**Dampf- oder Mikrowellensterilisatoren:** Bitte befolgen Sie die Anweisungen des Geräteherstellers. Bitte waschen Sie Ihre Hände, bevor Sie die Einzelteile aus dem Sterilisator nehmen.

4

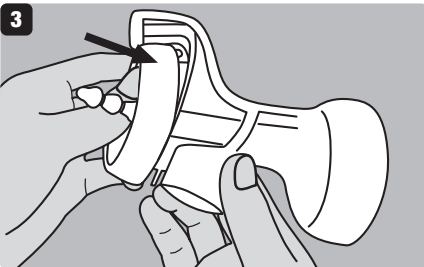
## Zusammensetzen der Lansinoh® Handmilchpumpe

**ACHTUNG:** Bitte reinigen und sterilisieren Sie die Lansinoh® Handmilchpumpe, bevor Sie sie zum ersten Mal benutzen. Siehe hierzu Abschnitt 3.

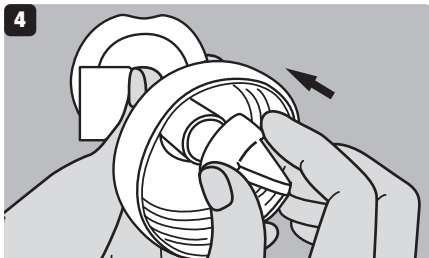
1 Waschen Sie sich gründlich die Hände.



Platzieren Sie den Stempel in der Silikonmembran.



Setzen Sie die Silikon-Membran mit Stempel oben auf den Pumpenkörper. Die Membran muss dicht mit dem oberen Rand des Trichters abschließen. Um eine optimale Dichtung zu erreichen, drücken Sie bitte den Rand mit den Fingern noch einmal nach.\*



Setzen Sie das weiße Ventil vorsichtig von unten in den Pumpenkörper ein, so dass das Ventil mit dem Rand bündig abschließt. Beim Einsetzen des Ventils muss keine große Kraft aufgewandt werden. Wenn Sie beim Herausziehen des Ventils Schwierigkeiten haben, wurde das Ventil zu tief in den Pumpenkörper gedrückt.



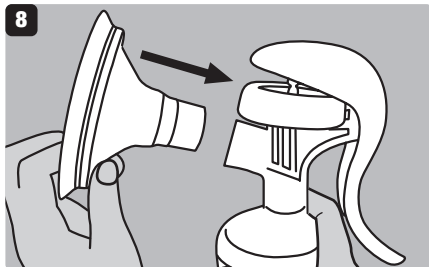
Schrauben Sie die Flasche in den Pumpenkörper.



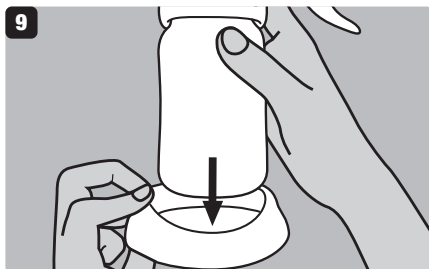
Drücken Sie nun den Griff leicht nach unten bis Sie ein Klicken vernehmen.



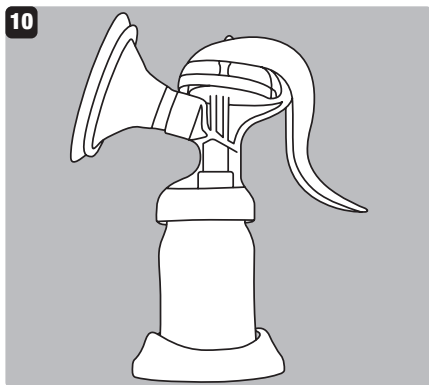
Lassen Sie den Griff für die Stimulationsphase in der vorderen Position in die Griffhalterung einrasten – dies ist die Position für die Stimulationsphase.\*\*



Stecken Sie den ComfortFit™ Saugaufsatz vorne in den Pumpenkörper ein.



Stellen Sie die Pumpe in den Standboden für mehr Stabilität.



Vollständig zusammen gebaut, sollte Ihre Handmilchpumpe so aussehen.

\*Alle Teile wurden so konzipiert, dass sie perfekt ineinander greifen. Um die Zusammensetzung zu erleichtern, feuchten Sie den Rand der Silikonmembran ganz einfach mit Wasser an.

\*\*Diese Handmilchpumpe verfügt über eine 2-Phasen-Technologie mit einer Stimulationsphase und einer Abpumpphase. Sie können leicht von einer in die andere Phase wechseln, indem Sie die Position des Stempels oben auf dem Griff verändern.

## Tips zum Abpumpen von Muttermilch

Machen Sie sich vor dem ersten Gebrauch mit der Pumpe und den Bestandteilen vertraut.

Das Wichtigste beim erfolgreichen Abpumpen ist das Auslösen des Milchspendereflexes. Dann beginnt Ihre Milch frei zu fließen. Um diesen natürlichen Reflex auszulösen, kann es hilfreich sein, vor oder während des Abpumpens die Lansinoh® TheraPearl® 3-in-1 ThermoPerlen wärmend auf die Brust zu legen und die Brust sanft kreisend zu massieren.

Wählen Sie für das Abpumpen möglichst eine Zeit, in der Sie sich nicht beeilen müssen und nicht unterbrochen werden. Um das Abpumpen zu erleichtern, kann es hilfreich sein, wenn Sie an Ihr Baby denken, sich ein Foto von Ihrem Baby anschauen und versuchen, sich zu entspannen.

Abpumpen von Muttermilch kann ca. 20 - 30 Minuten dauern. Lassen Sie sich nicht entmutigen, auch das Abpumpen von Muttermilch muss erst erlernt werden. Anfangs kann das Abpumpen durchaus länger oder auch kürzer dauern, als hier angegeben. Vielleicht können Sie zunächst auch nur wenig Milch abpumpen, aber das heißt nicht, dass Ihr Körper nicht genug Milch produziert oder dass Sie etwas falsch machen. Die Milchmenge hängt von der Nachfrage ab. Wenn Sie zusätzlich zum Stillen regelmäßig abpumpen, wird die Milchbildung stärker angeregt und besser aufrechterhalten.

Bei Stillproblemen wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt, Ihre Hebamme oder eine Stillberaterin.

Es ist möglich von der einen Brust abzupumpen, während das Kind an der anderen Brust gestillt wird. Auf diese Weise ist es leicht, effektiv Milch abzupumpen, weil der Milchspendereflex durch das Saugen Ihres Kindes ausgelöst wird.

Beim Abpumpen muss die Pumpe leicht nach unten geneigt sein, damit die Milch problemlos in die Flasche fließen kann.

**Wenn Sie die abgepumpte Muttermilch füttern, beachten Sie bitte die folgenden Sicherheitshinweise:**

1. ERHITZEN SIE MUTTERMILCH NIEMALS IN DER MIKROWELLE! Die Zusammensetzung der Milch kann sich hierbei verändern; außerdem wird die Milch ungleichmäßig erhitzt und das Baby kann sich beim Trinken den Mund verbrennen.
2. Testen Sie die Temperatur der Muttermilch (auch jeder anderen Flüssigkeit), bevor Sie sie dem Baby zu trinken geben.
3. Lassen Sie das Kind die Flasche nicht mit ins Bett nehmen oder längere Zeit alleine daran nuckeln.
4. Ziehen Sie vorne am NaturalWave™ Sauger, um seinen korrekten Sitz im Schraubverschluss zu überprüfen und Erstickungsgefahr auszuschließen. Verwenden Sie den Sauger nicht, wenn er rissig oder brüchig ist.

## Gebrauch der Lansinoh® Handmilchpumpe

Warten Sie nach Möglichkeit mit dem Abpumpen, bis sich Ihre Stillbeziehung gut eingespielt hat (ca. 3-4 Wochen nach der Geburt), es sei denn, Ihr Arzt, Ihre Hebamme oder Ihre Stillberaterin rät Ihnen, schon früher parallel dazu abzupumpen.

1. Waschen Sie sich gründlich die Hände und achten Sie darauf, dass Ihre Brust sauber ist.
2. Achten Sie darauf, dass Sie die Handmilchpumpe sterilisiert haben, wie im Abschnitt "Reinigen und Sterilisieren der Lansinoh® Handmilchpumpe" beschrieben. Setzen Sie die Pumpe zusammen wie im Abschnitt "Zusammensetzen der Lansinoh® Handmilchpumpe" erläutert.
3. Setzen Sie die Pumpe mit dem ComfortFit™ Saugaufsatz fest auf Ihre Brust. Achten Sie dabei darauf, dass der Saugaufsatz gut abdichtet und keine Luft angesaugt wird. Sie können auch Ihre andere Hand nutzen, um die Brust von unten zu unterstützen. Falls Ihre Brust beim Aufsetzen oder Abpumpen am ComfortFit™ Saugaufsatz reibt, benötigen Sie möglicherweise den zweiten Saugaufsatz in Größe "Large" (separat erhältlich unter Tel. 030-2196162-0).

4. Wenn Sie den Griff langsam herunterdrücken, werden Sie an Ihrer Brust eine Saugwirkung spüren. Um ein Vakuum zu erzeugen, müssen Sie den Griff nicht ganz herunterdrücken; drücken Sie nur soweit, wie es Ihnen angenehm ist.
5. Sie können die Brust sanft auf das Abpumpen vorbereiten, indem Sie mit der Stimulationsphase beginnen. Bringen Sie hierzu den Stempel oben auf der Pumpe in die vordere Position (Richtung Brust).
6. Betätigen Sie nun in der Stimulationsphase den Griff und drücken Sie ihn herunter, soweit es Ihnen angenehm ist. Die Milch kann fließen, auch wenn Sie nicht die ganze mögliche Saugwirkung der Pumpe ausnutzen.
7. Sobald die Milch frei fließt (meist nach ca. 1-2 Minuten), können Sie in die Abpumpphase wechseln. Drücken Sie hierzu auf das Wort "PUSH" oben auf dem Griff, um den Stempel in die zweite Position (von der Brust weg) zu schieben. Danach können Sie mit dem Betätigen des Griffes fortfahren. Achten Sie darauf, dass das Vakuum nur so stark ist, wie es Ihnen angenehm ist.

Wenn sich die Saugstärke zu schwach anfühlt, drücken Sie den Griff fester herunter. Der Druck verändert sich mit der Intensität, mit der Sie den Griff betätigen. Entspannen Sie sich wichtiger als ein besonders starker Sog; achten Sie daher bitte immer darauf, dass die gewählte Saugstärke noch angenehm für Sie ist.

Um von der Stimulations- in die Abpumpphase zu wechseln, (1) bewegen Sie die Spitze des Stempels zu sich hin, (2) drücken Sie den Griff leicht nach unten und bringen Sie den Stempel in die vordere Position (Richtung Brust).

**Achtung: Pumpen Sie nicht länger als 5 Minuten weiter, wenn der Milchfluss nicht einsetzt. Versuchen Sie, später am Tag noch einmal abzupumpen. Wenn das Abpumpen sehr schmerzhaft oder unangenehm werden sollte, brechen Sie es bitte unbedingt ab und setzen Sie sich mit Ihrem Arzt, Ihrer Hebamme oder Ihrer Stillberaterin in Verbindung.**

## Aufbewahrung abgepumpter Muttermilch

Muttermilch sollte immer in einem sauberen, sicher verschließbaren Behältnis aufbewahrt werden.

Bitte Muttermilch nicht in der Kühlschranktür aufbewahren, dort ist es nicht kalt genug. Datieren Sie Muttermilch und benutzen Sie die älteste Milch immer zuerst.

**Testen Sie die Lansinoh® Muttermilchbeutel:**

- Ideal zum Aufbewahren und Einfrieren von Muttermilch
- Der sicherste Beutel auf dem Markt
- Auslaufsicher durch patentierten doppelten Sicherheitsverschluss

### Wie lange kann ich Muttermilch aufbewahren?\*

Ort	Dauer
Bei Raumtemperatur	6-8 Stunden
Im Kühlschrank (4°C bis 6°C)	72 Stunden
Im Gefrierschrank (-18°C bis -40°C)	3-6 Monate

Es ist empfehlenswert, die Milch gleich nach dem Abpumpen kühl zu lagern.

\*Quelle: BZgA

### Hinweise zum Auftauen

Das Auftauen von gefrorenen Muttermilch sollte schonend im Kühlschrank oder unter laufendem kaltem Wasser erfolgen. Bei letzterem sollten Sie das Wasser langsam erwärmen, bis die Muttermilch vollständig aufgetaut ist. Frieren Sie die aufgetaute Muttermilch nicht wieder ein.

Sollten sich im Behälter unterschiedliche Schichten bilden, vermischen Sie diese durch vorsichtiges Schütteln bevor Sie Ihr Baby füttern. Muttermilch ist nicht homogenisiert, dadurch steigt der fettige Anteil nach oben. Die Farbe und Konsistenz der Muttermilch hängt von verschiedenen Faktoren ab, wie dem Zeitpunkt des Abpumpens, Ihrer Ernährung und dem Alter des Babys zur Zeit des Abpumpens. Um die Inhaltsstoffe der Muttermilch zu erhalten, vermeiden Sie es, die Flasche stark zu schütteln.

Erhitzen Sie Muttermilch nicht in der Mikrowelle! Die Zusammensetzung der Milch kann sich hierbei verändern. Außerdem wird die Milch ungleichmäßig erhitzt und das

Baby kann sich beim Trinken den Mund verbrennen.

Tauen Sie Muttermilch nicht in sehr heißem oder kochendem Wasser auf.

8

## Problemlösungen für die Lansinoh® Handmilchpumpe

### Fehlende oder verminderte Saugwirkung

Wenn Sie das Gefühl haben, dass die Pumpe nicht mehr richtig saugt, versuchen Sie Folgendes:

1. Stellen Sie sicher, dass alle Einzelteile richtig trocken und zusammengesetzt sind.
2. Überprüfen Sie das weiße Ventil auf Risse oder ein kleines Loch. Für eine gute Saugwirkung ist dieses Teil der Pumpe entscheidend. Gegebenenfalls tauschen Sie das Ventil gegen das mitgelieferte Ersatzventil aus.
3. Stellen Sie sicher, dass die Silikon-Membran mit dem Stempel richtig oben auf dem Pumpenkörper aufgesetzt ist und die Verbindung zwischen Membran und Absaugtrichter zuverlässig abdichtet.
4. Stellen Sie sicher, dass der ComfortFit™ Saugaufsatz richtig vorne auf dem Trichter aufgesetzt ist und die Verbindung zwischen Aufsatz und Pumpenkörper zuverlässig dichtet.
5. Falls Ihre Brust beim Aufsetzen oder Abpumpen im ComfortFit™ Saugaufsatz reibt, benötigen Sie möglicherweise den zweiten Saugaufsatz in Größe „Large“ (separat erhältlich unter Tel. 030-2196162-0).

### Es fließt keine Milch

Wenn Sie keine Milch abpumpen können, versuchen Sie Folgendes:

1. Stellen Sie sicher, dass alle Einzelteile richtig zusammengesetzt sind und die Pumpe gut saugt.
2. Versuchen Sie sich zu entspannen und vergessen Sie nicht, dass erfolgreiches Abpumpen eine Fertigkeit ist, die erst erlernt und geübt werden muss.
3. Lesen Sie sich bitte den Abschnitt "Tipps zum Abpumpen von Muttermilch" durch.

### Schmerzen beim Abpumpen

Wenn Sie beim Abpumpen Schmerzen haben, versuchen Sie Folgendes:

1. Vielleicht pumpen Sie zu stark und brauchen gar nicht die ganze mögliche Saugwirkung der Pumpe. Drücken Sie den Griff nur halb herunter und halten Sie sich an den oben beschriebenen 2-3-Sekunden-Rhythmus.
2. Wenden Sie sich an Ihren Arzt, Ihre Hebamme oder Ihre Stillberaterin.
3. Möglicherweise benötigen Sie eine andere Saugaufsatzgröße. Der ComfortFit™ Saugaufsatz in Größe „Large“ ist separat erhältlich (Tel. 030-2196162-0). Wenden Sie sich für eine Beratung an Ihren Arzt, Ihre Hebamme oder Ihre Stillberaterin.

9

## Füttern von Muttermilch mit dem NaturalWave™ Sauger

### Der NaturalWave™ Sauger erfüllt wesentliche Kriterien:

- Ermöglicht Babys ihr an der Brust erlerntes Saugverhalten beizubehalten.
- Einfacher Wechsel von der Brust zur Flasche und zurück zur Brust.
- Erlaubt die typisch wellenförmigen Zungenbewegungen des Babys beim Saugen.
- Unterstützt die natürliche Mund- und Kieferentwicklung.

#### 1. Anlegen



Die aufgestülpten Lippen umschließen die Brustwarze und erzeugen beim Saugen ein Vakuum.



#### 2. Peristaltische Zungenbewegungen

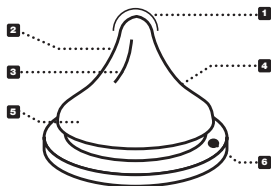
Die Zunge des Babys bewegt sich wellenförmig, um Milch zu gewinnen und sorgt gleichzeitig für die gesunde Entwicklung der Mund- und Kiefermuskulatur.



#### 3. Schlucken

Die hintere Zunge hebt sich und lenkt die Milch in Richtung Speiseröhre.

### Wissenschaftlich erwiesen: Babys wenden ihr an der Brust erlerntes Saugmuster am NaturalWave™ Sauger an.



1. Saugerspitze  
Das Baby kontrolliert den Milchfluss.
2. Extra weiches Silikon  
Dehnbar und besonders flexibel für optimales Zusammendrücken.
3. Innen verstärkte Saugerspitze für mehr Stabilität.
4. Sanfte Neigung  
Unterstützt gleichmäßige Zungenbewegungen.
5. Breite Saugerbasis  
Für einen optimalen Mundschluss und effektive Saugwirkung.
6. AVS™  
Verringert das Schlucken von Luft und dadurch möglicherweise verursachte Koliken.

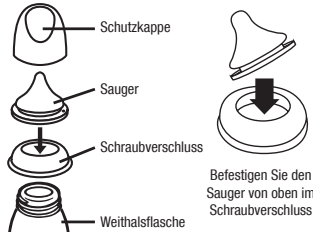
### NaturalWave™ Sauger erhältlich in den Größen S = Langsamer, M = Mittlerer und L = Schneller Milchfluss.

Ausschließliches Stillen wird für die ersten 6 Monate empfohlen. Die Stillbeziehung und Milchproduktion sollten sich eingespielt haben, bevor Sie mit der Flasche füttern.

**Gebrauchshinweise:** Vor dem Erstgebrauch alle Teile für 5 Minuten in kochendes Wasser legen. Bitte befüllen Sie die Flasche mit der gewünschten Flüssigkeitsmenge und drehen Sie den Schraubverschluss zu. Unterwegs immer die Schutzkappe aufsetzen. Achten Sie darauf, dass der Silikonsauger sich in der Mitte der Schutzkappe befindet, um sicherzustellen, dass die Weithalsflasche auslaufsicher ist. Die Weithalsflaschen sind mikrowelleneignend, es wird jedoch empfohlen, Nahrung nicht in der Mikrowelle zu erwärmen. Falls Sie Nahrung in der Mikrowelle erwärmen, Schraubverschluss, Silikonsauger und Schutzkappe entfernen. Mischen Sie die Nahrung nach dem Erwärmen, um eine gleichmäßige Wärmeverteilung zu erreichen, ansonsten besteht Verbrühungsgefahr durch ungleichmäßig erwärmte Nahrung. Muttermilch sollten Sie nicht in der Mikrowelle erhitzen, da diese die Zusammensetzung der Milch ändern.

**Reinigung:** Vor dem Erstgebrauch alle Teile für 5 Minuten in kochendes Wasser legen, abkühlen lassen und danach gründlich mit Wasser ausspülen. Dadurch wird die Hygiene sichergestellt. Die Flasche kann auch im oberen Gestell der Spülmaschine gereinigt sowie in der Mikrowelle oder einer speziellen Sterilisationsmaschine (offen) sterilisiert werden. Bitte reinigen Sie alle Bestandteile des Produktes sofort nach Gebrauch. Waschen Sie die Bestandteile in warmem Spülwasser und spülen Sie sie gut aus. Reinigen Sie das Produkt vor jedem Gebrauch.

**Zusammensetzen:** Alle Teile müssen vor dem Zusammensetzen absolut trocken sein. Stecken Sie den NaturalWave™ Sauger von oben in den Schraubverschluss ein und schrauben Sie diesen auf die Flasche.



**Vorsichtsmaßnahmen:** Wenn nicht in Gebrauch, bewahren Sie das Produkt lichtgeschützt und trocken auf. Dieses Produkt darf nur unter Aufsicht Erwachsener verwendet werden. Das Produkt darf nicht in Berührung mit Lösemitteln oder starken Chemikalien kommen, da es dadurch beschädigt werden kann. Setzen Sie das Produkt

nicht direktem Sonnenlicht oder Hitze für länger als empfohlen aus. Dies gilt auch für Desinfektionsmittel ("Sterilisationslösung"). Zum Erwärmen des Inhalts die Flasche nicht auf Herdplatten, Ceranfelder, in den Ofen, etc. stellen.

**ACHTUNG! ZUR SICHERHEIT IHRES KINDES.** Produkt nur unter Aufsicht von Erwachsenen benutzen (Unfallgefahr). Lassen Sie Ihr Baby niemals mit einer Trinkflasche allein. Längeres oder anhaltendes Nuckeln und Umspielen des Kiefers mit Flüssigkeit kann Karies verursachen. Überprüfen Sie das Produkt vor jedem Gebrauch, bei ersten Anzeichen von Materialschäden oder -schwäche bitte entsorgen. Ziehen Sie an dem Sauger, bei geringsten Rissen oder Materialschäden den Sauger austauschen. Wir empfehlen den Sauger je nach Bedarf zu wechseln, jedoch spätestens nach 7 Wochen. Alle nicht im Gebrauch befindlichen Teile außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Kontrollieren Sie vor dem Füttern immer die Temperatur der Nahrung.

**Verhindern Sie Karies!** Bei kleinen Kindern kann Karies selbst durch ungesüßte Getränke entstehen, wenn Sauger, Schnabel- oder Trinkhalmbecher über einen längeren Zeitraum am Tag und besonders in der Nacht – wenn der Speichelfluss reduziert ist – als Ersatz für Beruhigungssauger gegeben werden. Trinksauger niemals als Schnuller verwenden.

**ACHTUNG:** Die Verpackungsmaterialien sind nicht Teil des Produktes. Zur Sicherheit Ihres Kindes entfernen Sie bitte alle Verpackungsteile vor dem Gebrauch. Bitte lesen Sie die Gebrauchshinweise aufmerksam durch und bewahren Sie diese gut auf.



**Manufacturer: Lansinoh Laboratories**  
**Sağlık Gereçleri Tasarım San. Tic. Ltd. Sti.**  
**Zafer SB Mah. Gunduz Sk. No:13 E.S.B**  
**Gaziantep / İzmir / Türkiye**

TR

## LANSINOH® MANUEL GÖĞÜS POMPASI KULLANIM TALİMATLARI

Bebeğinizi emzirmeye karar vererek, bebeğinizin hayata en iyi başlangıcı yapmasını sağladığınız için sizi tebrik ederiz. Emzirmenin hem bebeğinizin, hem de sizin sağlığınız için sayısız faydası olduğu kanıtlanmıştır. Bebeğinizi anne sütü ile beslemek en iyi yol olsa da bebeğinizden ayrı olduğunuz dönemlerde bu her zaman kolay olmayabilir. Bebeğinizi anne sütü ile beslemeye devam etmek özel bir çaba gerektirir. Bebeğinizin gelişimi için gerekli en iyi besin içeriğini ona sağladığınız için kendinizle gurur duymalısınız. Manuel pompamız, zaman zaman anne sütü sağmaya ihtiyaç duyan ya da manuel pompa kullanmayı daha rahat bulan annelerin hızlı ve kolay kullanımını için özel olarak dizayn edilmiştir.

### Kullanım Talimatları:

Lansinoh® Manuel Göğüs Pompasını ilk kez kullanmadan önce lütfen kullanım talimatlarını okuyunuz

İçerik:

1. Lansinoh® Manuel Göğüs Pompasının Tanıtımı
2. Lansinoh® Manuel Göğüs Pompasının Parçaları
3. Lansinoh® Manuel Göğüs Pompasının Sterilizasyonu ve Temizlenmesi ile İlgili Bilgiler
4. Lansinoh® Manuel Göğüs Pompasının Montajı
5. Pompa Kullanımı ile İlgili Yararlı Bilgi
6. Lansinoh® Manuel Göğüs Pompasının Nasıl Kullanılır
7. Sağlıklı Anne Sütünü Nasıl Saklarız
8. Lansinoh® Manuel Göğüs Pompası İçin Sorun Giderme
9. Anne Sütünün NaturalWave™ Peristaltik Biberon Emziği ile Bebeğe Verilmesi

1

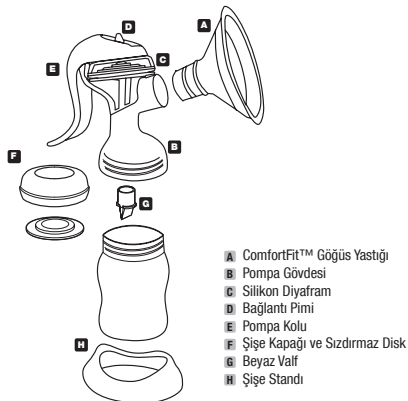
## Lansinoh® Manuel Göğüs Pompasının Tanıtımı

Lansinoh® Manuel Göğüs Pompası, özellikle bebeklerine anne sütü ile besleyen annelerin ihtiyaçları düşünülerek tasarlanmıştır. Bu göğüs pompası uyarı ve sağım olmak üzere iki farklı aşamada çalışır. Sadece pompa kolunun bağlantı pimi üzerindeki pozisyonunu değiştirerek uyarı ve sağım aşamaları arasında kolaylıkla geçiş yapılabilir. ComfortFit™ göğüs aparatı, göğsünü iyice kavrayarak rahat ve hızlı süt akışı sağlar. İki geniş ağızlı şişe, tüm Lansinoh® pompa ürün grubu ile uyumludur. Yavaş akışlı NaturalWave™ Peristaltik Biberon Emziği, bebeğinizin biberonla beslenirken, anne memesini emdiğinde öğrendiği peristaltik hareketleri uygulamasına olanak sağlar. Lansinoh® Manuel Pompamızın kurulumu kullanımı ve temizlenmesi kolaydır.

Emzirmeye en iyisidir. Sadece anne sütü bebeğiniz için en iyi seçenek olarak kabul edilir ve bebek yaşamının ilk 6 ayı için gerekli tüm besinleri sağlar. Emzirmeye anne ve bebek arasındaki güçlü bağı geliştirir yardımcı olur ve her ikisi için de çok sayıda uzun vadeli faydalara sağlar.

2

## Lansinoh® Manuel Göğüs Pompasının Parçaları

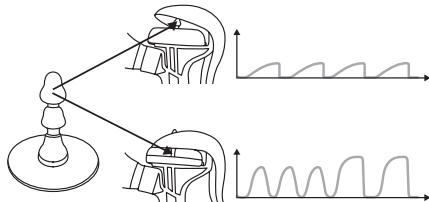


### 2 Aşamalı Teknoloji

Bu göğüs pompası uyarı ve sağım olmak üzere iki farklı aşamada çalışır. Sadece pompa kolunun bağlantı pimi üzerindeki pozisyonunu değiştirerek uyarı ve sağım aşamaları arasında kolaylıkla geçiş yapabilirsiniz.

### Uyarı Aşaması

Bu aşama göğüsü nazikçe uyarır. Emzirme sırasında bebeğin anne göğsünü ilk kavradığında yaptığı hareketleri taklit etmesi için tasarlanmıştır. Uyarı aşaması göğüsten sütlük akmaya başlamasına yardımcı olur. Pompa kolunun bağlantı pimi üzerindeki pozisyonunu birinci aşamaya getirip, pompa kolunu kullanarak nazik bir emiş gücü oluşturabilirsiniz.



### Sağım Aşaması

Bu aşama anne sütünün göğüsten sağılmasını sağlar. Pompa kolunun bağlantı pimi üzerindeki pozisyonunu ikinci aşamaya getirecek uyarı aşamasından sağım aşamasına geçiş yapabilirsiniz. Güçlü bir emiş gücü için, pompa kolunu iyice bastırın. Daha yavaş bir emiş gücü için pompa kolunu daha az bastırın.

3

## Sterilizasyon ve Temizleme İle İlgili Bilgiler

Pompanızı ilk kullanımdan önce tüm parçalarını birbirinden ayrıntı (silikon diyafram ve bağlantı pimi, ComfortFit™ göğüs yastığı, beyaz valf ve şişe, şişe kapakçı, sızdırmaz disk).

### Temizleme:

Göğüs yastığı, şişeler, pompa kolu, şişe standı bulaşık makinesinin üst sepetinde yıkanabilir. Temizleme sırasında çözücü ya da aşındırıcı madde kullanmayın ve bulaşık makinesinde yıkandıktan sonra sıcak ve temiz su ile durulayın. Beyaz valf, silikon diyafram, bağlantı pimi ve ComfortFit™ göğüs yastığı da bulaşık makinesinde yıkanabiliyor olmasına rağmen, kullanım ömürlerini uzatmak ve kaybolmalarını önlemek için elde yıkamanızı öneririz. Yıkama sonrasında tüm parçaların temiz bir havlu üzerinde kurumasını bekleyiniz.

**Not:** Küçük beyaz valfi temizlerken dikkatli olun. Bu parça iyi bir emiş gücü elde etmek için önemlidir. Yıkama sırasında valfin yırtılmasına ya da deforme olmasına neden olabilecek hareketlerden ve biberon fırçası kullanmaktan kaçınınız. Sıcak su altında, sabunlu, elinizde nazikçe yıkayarak, durulayın ve kurumaya bırakın.

### Sterilizasyon:

**Kaynatarak sterilize etmek:** Tüm parçaları bir tencere içerisinde kaynayan suya koyun. Parçaların içerisinde hava kalmadığından ve parçaların tüm yüzeylerinin suyla temas ettiğiinden emin olun. Tencerenin kapağını kapatarak en az 10 dakika kaynatın. **Not:** Pompa parçalarının kaynama sırasında rahatça yüzebilecekleri kadar büyük bir tencere ve yeterince su kullanmanız çok önemlidir.

**Kimyasal madde kullanarak sterilize etmek:** Tablet ve sıvı sterilizasyon maddelerinden bir solisyon hazırlayabilirsiniz. Tüm pompa parçalarını solisyonun içine batırınız. Pompa parçalarının içerisinde hava kalmadığından ve parçaların tüm yüzeylerinin solisyon ile temas ettiğiinden emin olun. Parçaları en az 30 dakika solisyon içerisinde bekletin. Her 24 saatte bir yeni bir solisyon hazırlayın.

**Buharla ya da mikrodalgada sterilizatörler:** Sterilizatör üreticinizin kullanım talimatlarını izleyin. Sterilizatör içerisinde tüm parçaların açık olan kısımlarının baş aşağı durduğundan emin olun. Parçaları sterilizatörden çıkarmadan önce ellerinizi yıkadığınızdan emin olun.

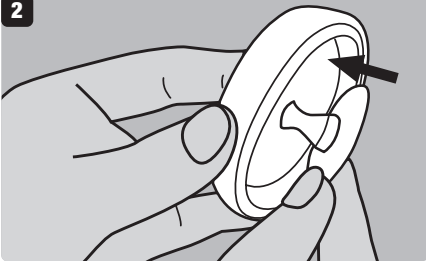
4

## Lansinoh® Manuel Göğüs Pompasının Montajı

**Not:** Parçaları monte etmeden önce, tüm parçaların bu kullanma kılavuzunun 3. bölümünde detaylandırıldığı gibi temizlenmiş ve sterilize edilmiş olduğundan emin olun.

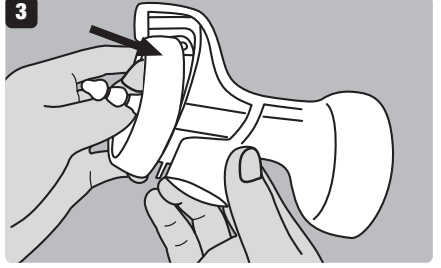
1 Ellerinizi yıkayın.

2



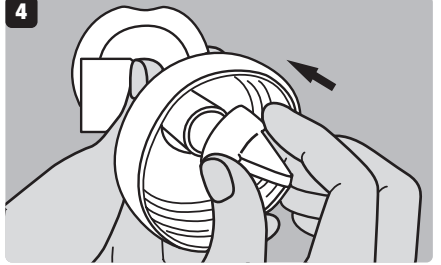
Bağlantı pimini silikon diyaframın içinden geçirin.

3



Silikon diyafram ve bağlantı pimini pompa gövdesinin üzerine takın. Diyaframın pompa gövdesine düzgün şekilde yerleştiğinden emin olmak için parmağınızla kontrol ediniz.\*

4



Beyaz valfi nazikçe pompa gövdesinin alt kısmına yerleştiriniz. Bu sırada valfe zarar verebilecek aşırı güç uygulamasından kaçınınız. Beyaz valfi çıkarmakta zorlanıyorsanız, valfi pompa gövdesine doğru çok fazla itmişsinizdir.

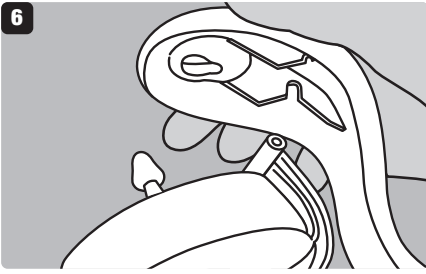
5



Şişeyi pompa gövdesine döndürerek monte edin.



6



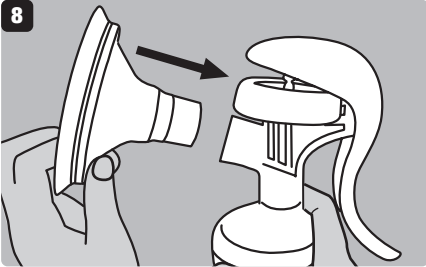
Kolun üzerindeki oyuk kısmı bağlantı pimi üzerine yerleştirin ve klik sesini duyunca kadar nazıçke bastırın.

7



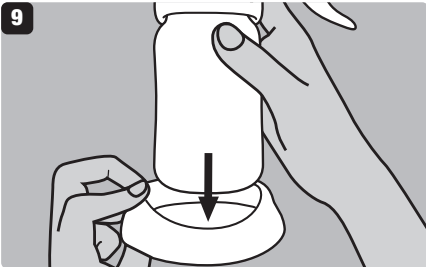
Pompa kolunu, bağlantı pimi üzerinde birinci aşamaya getirerek, pompanızı Uyarı Aşamasında kullanabilirsiniz.\*\*

8



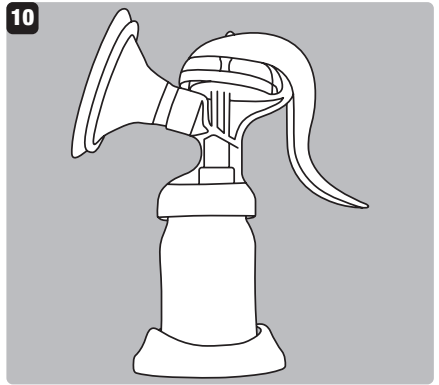
ComfortFit™ göğü yastığını pompa gövdesine monte edin.

9



Pompanızı tam olarak sabitlemek için, pompayı şişenin alt kısmından şişe standına oturtun.

10



Pompanız tam olarak kurulduğunda bu şekilde gözükmeli.

\* Bu parçalar birbirine rahatça monte olacak şekilde tasarlanmıştır. Daha kolay bir montaj için silikon diyaframın kenarlarını hafifçe nemlendirebilirsiniz.  
\*\* Bu göğüs pompası uyarı ve sağım olmak üzere iki farklı aşamada çalışır. Sadece pompa kolunun bağlantı pimi üzerindeki pozisyonunu değiştirerek uyarı ve sağım aşamaları arasında kolaylıkla geçiş yapabilirsiniz.

5

## Pompa Kullanımı İle İlgili Yararlı Bilgiler

Kullanmadan önce pompa ve parçaları inceleyin. Başarılı bir sağım işlemi için en önemli şey uyarı refleksini oluşturmaktır. Bu refleksin oluştuğunu süütünüzün rahatça pompa içine aktığını gördüğünüzde anlayabilirsiniz. Bu doğal refleksin oluşmasına yardımcı olmak için; sağımdan önce Lansinoh® Therapearl Sıcak Soğuk Göğüs Terapisi paketlerini sıcak olarak göğüsünüze yerleştirip, parmak uçlarınızla biraz masaj yapabilir ya da pompalama sırasında paketi göğüs aparatının çevresine sabitleyerek sağım yapabilirsiniz.

Sütünüzi sağmak için aceleleniz olmadıđı ve rahatsız edilmeyeceğiniz bir zamanı seçmeye çalışın. Bebeđinizi düşünürük ya da bir fotođrafına bakarak rahatlamaya çalışmak daha rahat ve verimli süt sağımınıza yardımcı olacaktır.

Bir süt sağım seansı genellikle 20-30 dakika sürer, fakat bu aneden anneye deđişiklik gösterir. Pompayı ilk kullanmaya bađladığınız dönemlerde bu süre daha kısa ya da daha uzun sürebilir. Ayrıca pompayı kullanmaya bađladığınız ilk dönemlerde az süt elde edebilirsiniz. Bu durum süt üretiminizin az olduđu ya da birşeyleri yanlış yaptığınız anlamına gelmez. Pompa ile süt sağmanın zaman ile öğrenileceđini unutmayın. Anne sütü arz - talep ilkesine göre üretilir. Düzenli süt sağmak ve bebeđinizi emzirmek süt üretiminizin devam etmesini sağlar.

Eđer emzirme ya da anne sütü üretimi ile ilgili bir problem yaşıyorsanız sađlık profesyonelinize danıřın.

Bebeđinizi bir göğüsünüzden emzirirken diđer göğüsünüzi pompa yardımı ile sađabilirsiniz. Böylece bebeđinizin dođal olarak oluřturduđu uyarı refleksinden yararlanarak süt akışınızi arttırabilirsiniz.

Sütünüzi şişeye dođal şekilde akmasına izin vermek için göğüs aparatının deliđinin hafifçe ařađı dođru eđilmiş olmasını sađlayın.

### Sađlıklı anne sütü ile bebeđinizi beslerken dikkat edilmesi gerekenler:

1. ANNE SÜTÜNÜ MİKRODALGA FIRINDA ISITMAYIN! Mikrodalga süütünüzün içerisindeki besin deđerine zarar verir. Ayrıca içerisinde oluřabilecek sıcak noktalar bebeđinizin yanmasına neden olabilir.
2. Bebeđinize vermeden önce, tüm sıvıların ıssını kontrol ederek bebeđinize verin.

3. Bebeğinizin biberonunu yatağına götürmesine ya da bebeğinizin uzun süre biberonla kendi kendine beslenmesine izin vermayın.
4. Olası boğulma tehlikelerini önlemek için, biberon emiğini her kullanımdan önce çekerek kontrolünü yapın. Biberon emiği üzerinde herhangi bir yırtılma ya da deformasyon görüyorsanız kullanmayın.

6

## Lansinoh® Manuel Göğüs Pompasını Nasıl Kullanırsınız

Eğer mümkünse, doğumdan sonra emzirme aralıklarının ve süt üretiminin belli bir düzene girmiş olmasını bekleyin. Bu düzen normal şartlarda doğumdan 3-4 hafta sonra kurulmuş olur. Eğer sağlık profesyoneliniz bu dönemden önce de pompa kullanmanızı önerirse, kullanabilirsiniz.

1. Pompa ile sağım yapmadan önce ellerinizi yıkayın ve göğüslerinizin temiz olduğundan emin olun.
2. Pompanızın "Sterilizasyon ve Temizleme İle İlgili Bilgiler" ve "Lansinoh® Manuel Göğüs Pompasının Montajı" bölümlerinde belirttiği şekilde sterilize edilmiş ve kurulumu olduğundan emin olun.
3. Pompanızın göğüsünüze yaklaştıracak meme ucunuzun göğüs yastığının ortasındaki açık alanı ortalayacak şekilde, pompayı göğüsünüze yerleştirin. ComfortFit™ göğüs yastığını nazikçe göğüsünüze doğru bastırarak, göğüsünüz ve pompa arasında bir hava boşluğu kalmamasına özen gösterin. İhtiyaç duyarsanız diğer elinizle göğüsünüzü alttan destekleyebilirsiniz. Meme ucunuzun göğüs yastığının ortasındaki boşluğa tam olarak ortalmadığını düşünüyorsanız büyük boy ComfortFit™ göğüs yastığını deneyebilirsiniz.
4. Pompa kolunu nazikçe aşağıya doğru iterken göğüsünüzde bir emme hissedebilirsiniz. Tam bir vakum gücü elde etmeden pompa kolunu bırakmak zorunda değilsiniz.
5. Pompanızı uyarı aşamasında kullanmak için pompa kolunun bağlantı pimi üzerindeki pozisyonunu birinci aşamaya getirip, pompa kolunu kullanarak nazik bir emiş gücü oluşturabilirsiniz. Pompa kolunu istediğiniz hızda kullanabilirsiniz. Meme ucunuzun hafifçe çekilip bırakılarak göğüsünüzün uyarıldığını görebilirsiniz.
6. Uyarı aşaması için pompa kolunu bağlantı pimi üzerindeki birinci aşamaya getirin ve pompa kolunu nazikçe bastırın. Kısa bir zaman sonra pompa gücü bir emiş gücü oluşturmadan süütünüz akmaya başlayacaktır.
7. Süütünüz akmaya başladıktan sonra (1 - 2 dakika), pompanızı Sağım Aşamasına geçirebilirsiniz. Bu aşama anne süütünün göğüsten sağılması sağlar. Pompa kolunun bağlantı pimi üzerindeki pozisyonunu ikinci aşamaya geçirecek uyarı aşamasından sağım aşamasına geçiş yapabilirsiniz. Pompa kolunu indirip bırakarak, size uygun emiş gücünü ayarlayabilirsiniz.

Güçlü bir emiş gücü için, pompa kolunu iyice bastırın. Daha yavaş bir emiş gücü için pompa kolunu daha az bastırın. Rahat bir şekilde sağım yapmak, daha fazla emiş gücü oluşturmaktan daha önemlidir. Lütfen kendinizi rahat hissettiğiniz düzeyde emiş gücü uygulayın.

\* Sağım Aşamasından, Uyarı Aşamasına geçmek için (1) bağlantı pimini kendinize doğru çekin, (2)pompa kolunu hafifçe bastırın ve pompa kolunun pozisyonunu bağlantı pimi üzerindeki ikinci aşamadan birinci aşamaya getirin.

**Uyarı: Eğer hiç süt akışı elde etmediyse pompalama işlemini 5 dakikadan fazla sürdürmeyin.** Gün içerisinde başka bir zaman yeniden deneme yapın. Pompa ile süütünüze sağlamak çok ağır ve acı verici ise lütfen sağlık profesyonelinize danışmanız gerektiğini unutmayın.

7

## Sağlıklı Anne Süütünü Nasıl Saklıyorsunuz

Anne süütünü temiz ve kapalı bir kapta saklanmalıdır.

Anne süütünüzdü dondurucunuzun ya da buzdolabınızın kapağında saklamayın. buzdolabınızın ya da dondurucunuzun kapağı açılıp kapanmalardan dolayı en sıcak bölgelerde. Sağıdığınız anne süütünüzün üzerine tarih etiketi yapıp bırakarak sağdığınız sütü önce tüketiniz.

**Lansinoh® Anne Sütü Saklama Poşetlerini deneyiniz:**

- Anne süütünü saklamak ve dondurmak için özel olarak üretilmiştir.
- Patentli çift kilit sistemi ile sızıntı ve dökülmeleri önler.
- Anne sütü saklamaya uygun güçlü bir materyalden üretilmiştir.

## T.C. Sağlık Bakanlığı'nın Belirttiği Anne Sütü Saklama Koşulları

Saklama Ortamı	Sıcaklık Derecesi	Süre
Oda sıcaklığında (taze süt)	19°C - 26°C arası	3 saat
Buzdolabında	4°C - 6°C arası	3 gün
Derin dondurucuda	-18° / -20°C arası	3 ay

\* İdeal olan anne süütünün sağdıktan hemen sonra buzdolabına ya da dondurucuya konulmasıdır.

Referans: La Leche League International

### Donmuş Anne Süütünün Ertilmesi

Donmuş anne süütünün buzdolabında ya da akan soğuk suyun altında, suyu yavaş yavaş ılığa döndürerek eritin. Donmuş anne sütü buzdolabı içerisinde 24 saate kadar saklanabilir. Çözdüğüünüz anne süütünü tekrar dondurmayın.

Buzdolabından çıkarıldığınız ya da bekleyen anne süütünün yağlı kısmı sütü üzerinde toplanmış olabilir. Sütü bebeğinize vermeden önce nazikçe çalkalayarak homojen hale gelmesini sağlayın. Anne süütünü çok hızlı karıştırmak besin değerine zarar verebilir. Anne süütünüzün rengi ve yoğunluğu yedikleriniz ve bebeğinizin sağım yaptığınız zamanki yaşına göre değişiklik gösterir.

Anne süütünü mikrodalgalı fırında ısıtmayın! Mikrodalgalı süütünüzün içerisindeki besin değerine zarar verir. Ayrıca içerisinde oluşabilecek sıcak noktalar bebeğinizin yanmasına neden olabilir. Donmuş anne süütünü çok sıcak ya da kaynar su içerisinde çözürmeyin.

8

## Lansinoh® Manuel Göğüs Pompası İçin Sorun Giderme

### Vakum gücünün oluşmaması / Vakum gücünde azalma

Vakum gücünde bir azalma hissediyorsanız aşağıdaki adımları izleyin:

1. Pompanızın tüm parçalarının tamamen kuru ve doğru şekilde monte edilmiş olduğundan emin olun.
2. Beyaz valfinizin üzerinde herhangi bir yırtık ya da delik olup olmadığını kontrol edin, eğer gerekirse kutunun içerisindeki yedek valf ile değişim yapın. Beyaz valf iyi bir vakum gücü oluşturmakta çok önemlidir.
3. Silikon diyaframın ve bağlantı piminin doğru şekilde monte edildiğinden emin olun.
4. ComfortFit™ göğüs aparatının pompa gövdesine sıkı bir şekilde takılıp takılmadığını kontrol edin.
5. Eğer meme ucunuz ComfortFit™ göğüs aparatının boşluğunda ortalanmadıysa ya da çok fazla sürtünme varsa, kutu içerisindeki büyük boy ComfortFit™ göğüs aparatını kullan.

### Süt Akışı Gerçekleşmiyorsa

Vakum gücünde bir azalma hissediyorsanız aşağıdaki adımları izleyin:

1. Pompanızın tüm parçalarının tamamen kuru ve doğru şekilde monte edilmiş olduğundan emin olun.
2. Beyaz valfinizin üzerinde herhangi bir yırtık ya da delik olup olmadığını kontrol edin, eğer gerekirse kutunun içerisindeki yedek valf ile değişim yapın. Beyaz valf iyi bir vakum gücü oluşturmakta çok önemlidir.
3. Silikon diyaframın ve bağlantı piminin doğru şekilde monte edildiğinden emin olun.
4. ComfortFit™ göğüs aparatının pompa gövdesine sıkı bir şekilde takılıp takılmadığını kontrol edin.

### Pompa İle Süt Sağarken Acı Hissediyorsanız

Pompa ile süt sağarken acı hissediyorsanız aşağıdaki adımları izleyin:

1. Sizin için gerekli olan daha fazla vakum gücü uyguluyor olabilirsiniz. Pompanın ertelediği tüm daha fazla vakum kullanımında saklamada saklamada değil, yarım bastırın. Önerilen pompalama ritminin 2-3 saniye arayla olduğunu unutmayın.

2. Daha büyük ya da daha küçük bir göğüs yastığına ihtiyacınız olabilir. Kutunun içerisindeki diğer göğüs yastığı ile deneme yapın.

9

## Anne Sütünün NaturalWave™ Peristaltik Biberon Emziği ile Bebeğe Verilmesi

**NaturalWave™ Peristaltik Biberon Emziği aşağıdaki ihtiyaçlar için özel olarak tasarlanmıştır:**

- Aşılışmış emzirme düzenini devam ettirmeye yardımcı olur.
- Emzirmeden biberona ve biberondan emzirmeye kolay geçiş sağlar.
- Bebeklerin emzirme sırasında doğal olarak meme ucuna uyguladıkları 'dalgayta benzer' peristaltik hareketlerinin devam etmesini sağlar.
- Doğal ağız gelişimi için içgüdüsel emme hareketini destekler.



### 1. Kavrama

Bebeklerin dudaklarına dışa doğru açarak anne memesinin kahve rengi kısmını kavraması.

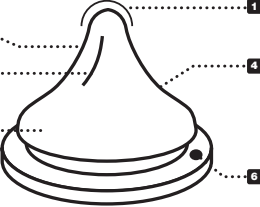
### 2. Peristaltik dil hareketi

Bebeğin dili yumuşak 'dalgayta benzer' bir hareket yaparak meme ucunu bastırır ve sütün çıkmasını sağlar. Bu hareket düzgün ağız, çene ve yüz gelişimini destekler. **Not:** Bebekler dilleri ile uyguladıkları bu peristaltik hareketleri her emzirme seansında ortalamak olarak 800 ile 1000 defa arasında tekrar ederler.

### 3. Yutma

Bebeğin dilinin arka kısmının yukarıya kalkarak sütün yemek borusuna göndermesi.

**NaturalWave™ Peristaltik Biberon Emziğinin, bebeklerin doğal beslenme hareketlerini sürdürmeyi desteklediği klinik olarak kanıtlanmıştır.**



1. Biberon Emziğinin Ucu Bebeğin süt akışını kontrol etmesini sağlar.
2. %100 Yumuşak Silikon
3. Dikey seritler Biberon emziğinin yapısını güçlendirerek, emme sırasında tıkanmalara önler.
4. Benzersiz kademeli eğim tasarımı Peristaltik dil hareketini yumuşak şekilde uygulamasına olanak sağlar.
5. Geniş ve kalın dokulu taban Kolay kavrama ve etkin emişi destekler.
6. AVS™ Air Ventilation System (Hava Giriş Sistemi) Kolik sancısının potansiyel nedenini azaltır.

**Yaşas, orta ve hızlı akış seçenekleri mevcuttur.**

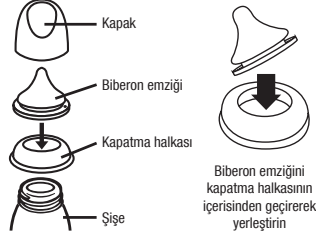
Bebeğinizi ilk 6 ay sadece anne sütü ile beslemeniz önerilir. Bebeğinizi biberon ile beslemeye başlamadan önce emzirme düzeninizin ve anne sütü üretiminizin düzene girmiş olması önerilir.

**Kullanım talimatı:** Biberona gereken miktarda sıvı gıda koyarak kapağını sıkıca kapatınız. Bebek mamasının ya da anne sütünün mikrodalga fırında ısıtılması önerilmeyebilir. Isıtma işleminizi mikrodalga fırında yapmayı seçtiyseniz, biberon şişesinin ağzını kapatmayınız. Mikrodalga fırında ısıtma işlemi sırasında biberon emziğini, kapatma halkasını ve kapak ile biberonu kapatmayınız. Biberonla bebeğinizi

beslemekten önce iyice çalkalayın, sıcaklığını kontrol ediniz. Homojen olarak ısıtılmamış sıvılar bebeğinizin ağzının yanmasına neden olabilir. Hijyenden emin olabilmek için ilk kullanımdan önce ürünü temizleyiniz ve biberon, emzik ve tüm parçaları 5 dakika kaynar suyun içerisinde bekletiniz. Biberonu dolu bir şekilde taşırseniz, biberonun aktırma fonksiyonunu koruyabilmesi için emziğinin doğru şekilde yerleştirildiğinden ve kapağının kapalı olduğundan emin olunuz.

**Temizlik:** İlk kullanımdan önce hijyenden emin olmak için biberon, emzik ve tüm parçaları 5 dakika kaynar suyun içerisinde bekletiniz, durulayarak tüm parçaları kurumaya bırakınız. Biberonu sıcak sabunlu su ile yıkayın durulayabilirsiniz ya da bulaşık makinesinin üst tepesinde yıkayabilirsiniz. Biberonunuzun tüm parçaları demonte şekilde mikrodalga fırında ya da özel sterilizator makinelere sterilize edebilirsiniz. Her kullanımdan hemen sonra tüm parçaları yıkayınız.

**Montaj:** Biberonunuzun tüm parçalarının kuru olduğundan emin olunuz. Biberon emziğini kapatma halkasını üzerine yerleştirdikten sonra biberon şişesine monte ediniz ve kapağını kapatınız.



**Önemler:** Ürünü kullanmadığınız zamanlarda kuru ve kapalı bir alanda saklayınız. Ürünü daima bir yetişkin gözetimi altında kullanılmıyınız. Kullanılmadığı zamanlarda çocukların erişmeyeceği yerde muhafaza ediniz. Zararlı sonuçlar doğurmaması adına, ürünü eritici ya da sert kimyasal maddelerle temizlemeyiniz ve ürünü bu tarz maddelerle temasını engelleyiniz. Ürünü direkt güneş ışığına ya da sıcaklığa maruz bırakmayınız. Ürünü tavsiye edilenden daha uzun süre dezenfekte etmeyiniz (Kaynar su ya da sterilizatorler). Ürün içindeki sıvı doğrudan elektrikli, gazlı ocakta, elektrikli fırında ya da sıcak plaka üzerinde ısıtmayınız.

**Çocuğunuzun sağlığı ve güvenliği için DİKKAT:** Ürünü daima bir yetişkin gözetimi altında kullanılmıyınız. Biberon emziğini asla yalnızca emzik olarak kullanmayınız. Uzun süre Bebeğinizi beslemenden önce daima besinin ısısını kontrol ediniz. Bebeğinizin düşmesi, ürünün deforme olması gibi durumlarda yaşanabilecek bozulma riski nedeniyle biberonla bebeğinizi yalnız bırakmayınız.

**UYARILAR:** Diş çürükleri küçük çocuklarda şekersiz gıdalar tüketildiğinde bile oluşabilir. Bu durum özellikle biberonun tüm gün ve tükürük sıvısının azaldığı gece boyunca kullanılması sonucunda oluşabilir. Bebeğin uzun periyotlarla biberon kullanımını düşürüklerine neden olabilir. Biberon emziğini doğrudan güneş ışığına ya da sıcaklığa maruz bırakmayınız. Biberon emziğini tavsiye edilenden daha uzun süre dezenfekte etmeyiniz (Kaynar su ya da sterilizatorler). Bu durum biberon emziğinin deforme olmasına neden olabilir. Ürünü her kullanımdan önce kontrol ediniz. Herhangi bir deformasyon, incelmeye ya da delik oluşması durumunda emziği atınız. Biberon emziğini her 7 haftada bir güvenli ve hijyen için yenileyiniz. Biberon emziğini biberona taktıktan sonra her tarafından çekerek kontrolünü sağlayınız.

**DİKKAT:** Bazı sular ya da sterilizasyon çözümleri silikonu matlaştırabilir. Bu durum silikonun özelliğini kaybetmesine neden olabilir. Mikrodalga fırında ısıtmak çok fazla ısıtmaya neden olabilir. Mikrodalga fırında ısıtma işlemi uyguladığınızda fazla duman özen gösteriniz. Biberonu bebeğinize vermeden önce mutlaka çalkalayınız ve besinin ısısını mutlaka kontrol ediniz. Uzun periyotlarla ve sürekli sıvı emiş bebeklerde diş çürüklerine neden olabilir.

**UYARILAR:** Ambalaj malzemeleri ürünün bir parçası değildir. Çocuğunuzun güvenliği için tüm kullanımı talimatlarını okuyup referans olarak sakladıktan sonra, ambalaj parçalarını ortadan kaldırınız. Biberonu mikrodalga fırına ağzı açık olarak koymunuz.



**Manufacturer: Lansinoh Laboratories**  
Sağlık Gereceği Tasarım San. Tic. Ltd. Şti.  
Zafer SB Mah. Gunduz Sk. No:13 E.S.B  
Gazimier/ Izmir/ Türkiye

## LANSINOH® MODE D'EMPLOI DU TIRE-LAIT MANUEL

Toutes nos félicitations pour avoir décidé de donner à votre bébé le meilleur départ possible dans la vie en choisissant l'allaitement naturel. Les nombreux avantages de santé tant pour vous que pour votre bébé sont largement attestés. Bien que le lait maternel soit toujours le meilleur, allaiter votre bébé lorsque vous devez vous absenter n'est pas toujours facile. Cela nécessite un effort particulier et vous devriez être très fière de votre engagement à fournir à votre bébé la nutrition parfaite pour une croissance et un développement optimaux. Notre tire-lait manuel a été conçu pour être rapide et facile à utiliser par les mamans qui doivent occasionnellement tirer du lait et qui apprécient le caractère pratique d'un tire-lait manuel.

### Mode d'emploi :

Veuillez prendre le temps de lire entièrement ce manuel avant d'utiliser votre tire-lait manuel Lansinoh® pour la première fois.

#### Table des matières :

1. Présentation du tire-lait manuel Lansinoh®
2. Pièces du tire-lait manuel Lansinoh®
3. Comment nettoyer et stériliser votre tire-lait manuel Lansinoh®
4. Comment assembler votre tire-lait manuel Lansinoh®
5. Conseils sur le tire-lait
6. Comment utiliser votre tire-lait manuel Lansinoh®
7. Comment conserver le lait maternel tiré
8. Dépannage du tire-lait manuel Lansinoh®
9. Comment allaiter avec la tétine péristaltique NaturalWave™

1

## Présentation du tire-lait manuel Lansinoh®

Le tire-lait manuel Lansinoh® a été spécifiquement conçu en ayant à l'esprit les besoins des mères allaitantes. Ce tire-lait propose deux modes de fonctionnement : la phase de stimulation et la phase d'expression. Vous pouvez facilement passer de l'une à l'autre en ajustant la position de la poignée sur le tube. Le coussinet d'allaitement ComfortFit™ crée un joint assurant une aspiration fiable pour obtenir un écoulement de lait confortable et rapide. Les biberons à large goulot sont interchangeables sur toute la gamme de tire-laits Lansinoh®. L'ensemble inclut la tétine à débit lent NaturalWave™ qui permet au bébé de reproduire les actions de succion naturelle apprises au sein lorsqu'il boit le lait tiré au biberon. Le tire-lait est facile à assembler, à utiliser et à nettoyer.

L'allaitement naturel est le meilleur. L'allaitement naturel exclusif est reconnu comme étant le meilleur choix pour votre bébé car il lui fournit tous les nutriments dont il a besoin dans les six premiers mois de sa vie. L'allaitement naturel favorise le développement d'un lien fort entre la maman et le nouveau-né et leur procure à tous deux de nombreux avantages sur le long terme.

2

## Pièces du tire-lait manuel Lansinoh®

(Reportez-vous à l'annexe A)

- A Coussinet d'allaitement ComfortFit™
- B Corps du tire-lait
- C Diaphragme en silicone
- D Tube

- E Poignée
- F Couvercle du biberon et joint d'étanchéité
- G Valve blanche
- H Support du biberon

### 2 Technologie des phases

Ce tire-lait a deux phases distinctes : la phase de stimulation et la phase d'expression. Vous pouvez facilement passer de l'une à l'autre en ajustant la position de la poignée sur le tube.

#### Phase de stimulation

Cette phase stimule doucement le sein. Elle est conçue pour reproduire la première phase de l'allaitement (la façon dont un bébé aspire au début de la tétée). C'est l'une des caractéristiques qui encourage l'évacuation du lait et vous permet de commencer à allaiter. Vous pouvez créer une légère pression d'aspiration en plaçant la poignée sur la première encoche (en haut) du tube et en appliquant des impulsions rapides sur la poignée.



#### Phase d'expression

Cette phase vous permet d'exprimer le lait maternel du sein. Passez à cette phase en réglant la poignée sur la deuxième encoche (en bas) du tube. Pour obtenir l'aspiration la plus forte, appuyez complètement sur la poignée. Pour une aspiration moins forte, appuyez plus légèrement sur la poignée.

3

## Comment nettoyer et stériliser votre tire-lait manuel Lansinoh®

Avant d'utiliser votre tire-lait pour la première fois, démontez-le (retirez le diaphragme en silicone et le tube, le coussinet d'allaitement ComfortFit™, la valve blanche et séparez le biberon, le capuchon et le joint d'étanchéité).

#### Nettoyage :

Le coussinet d'allaitement, les biberons, la poignée et le support du biberon peuvent être nettoyés dans le panier supérieur de votre lave-vaisselle ou lavés à la main avec du liquide vaisselle et de l'eau chaude. N'utilisez pas de solvants ni d'abrasifs. Rincez à l'eau chaude propre. La valve blanche, le diaphragme en silicone, le tube et le coussinet d'allaitement ComfortFit™ peuvent être lavés au lave-vaisselle ; toutefois, nous recommandons de les laver à la main pour éviter toute perte et prolonger leur durée de vie. Laissez entièrement sécher toutes les pièces à l'air sur une serviette propre ou sur un égouttoir.

**Remarque :** Nettoyez avec précaution la petite valve blanche. Elle est importante pour une aspiration adéquate. N'exercez pas une force excessive et ne la nettoyez pas avec un écouvillon ou une brosse pour tétine. Lavez-la délicatement à la main dans de l'eau savonneuse et chaude et rincez-la à l'eau chaude courante.

#### Stérilisation :

**Pour stériliser à l'eau bouillante :** placez toutes les pièces dans une casserole d'eau bouillante, en veillant à ce qu'aucune bulle d'air ne soit piégée dans aucune pièce, couvrez et laissez bouillir au moins 10 minutes. Laissez la casserole couverte jusqu'à ce que l'équipement soit nécessaire. Remarque : il est indispensable d'utiliser suffisamment d'eau pour que les pièces flottent librement pendant l'ébullitionnement. **Pour stériliser chimiquement :** préparez la solution au moyen de comprimés ou de liquide. Plongez toutes les pièces dans la solution, en vérifiant l'absence d'air piégé dans les pièces. Laissez la solution agir pendant

au moins 30 minutes. Préparez une nouvelle solution toutes les 24 heures.

**Pour utiliser un stérilisateur à vapeur ou à micro-ondes :** suivez les instructions du fabricant. Veillez à ce que toutes les ouvertures soient orientées vers le bas dans le stérilisateur. Veillez à vous laver les mains avant de retirer l'équipement du stérilisateur.

4

## Comment assembler votre tire-lait manuel Lansinoh®

**Remarque :** avant d'assembler votre tire-lait manuel Lansinoh®, assurez-vous que toutes pièces ont été nettoyées et stérilisées comme expliqué dans la section 3 de ce manuel.

(Reportez-vous à l'annexe B)

- 1 Lavez-vous bien les mains.
- 2 Introduisez le tube dans le diaphragme en silicone.
- 3 Placez le diaphragme en silicone et le tube en haut du corps du tire-lait. Assurez-vous qu'il est bien en place autour du bord en appuyant avec les doigts pour garantir une parfaite étanchéité.\*
- 4 Fixez doucement la valve blanche sur le tire-lait par en dessous, en veillant à ce qu'elle soit alignée avec le corps du tire-lait. Il n'est pas nécessaire d'exercer une force excessive lors de l'application de la valve blanche. Si vous trouvez que la valve blanche est difficile à retirer, vous l'avez poussée trop loin dans le corps du tire-lait.
- 5 Vissez le biberon sur le corps du tire-lait.
- 6 Alignez le sillon de la poignée avec le tube et appuyez doucement sur la poignée. Poussez jusqu'à entendre un dé clic.\*
- 7 Ajustez le tube et la poignée de sorte que la poignée se loge dans la première encoche du tube prévue pour la phase de stimulation.\*\*
- 8 Fixez le coussinet d'allaitement ComfortFit™ au corps du tire-lait.
- 9 Pour que le tire-lait soit bien stable, introduisez le biberon dans le support du biberon.
- 10 Une fois entièrement assemblé, votre tire-lait doit avoir l'aspect suivant.

\*Ces pièces sont conçues pour être solidement fixées. Pour faciliter l'assemblage, il suffit d'humidifier le bord du diaphragme en silicone avec de l'eau.

\*\*Ce tire-lait a deux phases distinctes, la phase de stimulation et la phase d'expression. Vous pouvez facilement passer de l'une à l'autre en ajustant la position de la poignée sur le tube.

5

## Conseils sur le tire-lait

Familiarisez-vous avec le tire-lait et les pièces avant de les utiliser.

La partie la plus importante d'un recueil de lait réussi est le réflexe d'évacuation. C'est lorsque votre lait commence à couler librement. Les astuces suivantes peuvent favoriser ce réflexe naturel : appliquez une compresses réchauffée de gel thérapeutique d'allaitement Lansinoh® Therapearl sur le sein et faites des mouvements circulaires légers du bout des doigts depuis l'extérieur du sein vers le mamelon avant et/ou pendant le recueil.

Essayez d'utiliser votre tire-lait lorsque vous n'êtes pas pressée et que vous ne serez pas interrompue. Essayez de vous détendre en pensant à votre bébé ou en regardant une photo de votre bébé pour vous aider à tirer votre lait.

En général, une séance de recueil de lait dure environ 20 à 30 minutes mais cela dépend de votre organisme. Souvenez-vous qu'un recueil de lait réussi est un art

avant. Les premières séances de pratique peuvent être plus courtes ou plus longues que mentionné dans ce document et ne permettent de recueillir qu'une petite quantité de lait maternel, mais cela ne signifie pas que votre organisme ne produit pas assez de lait ni que vous soyez trompée quelque part. Le lait est produit sur la base de l'offre et la demande et en tirant régulièrement tout en allaitant votre bébé stimule et maintient votre production de lait.

En cas de problèmes d'allaitement, consultez un professionnel de la santé.

Vous pouvez tirer du lait d'un sein tout en allaitant votre bébé de l'autre. Cela vous permet de maximiser l'efficacité du recueil en exploitant le réflexe d'évacuation stimulé par la tétée de votre bébé.

Assurez-vous que l'embout du coussinet d'allaitement est légèrement incliné vers le bas pour permettre à votre lait de couler naturellement vers le biberon.

### Précautions à prendre lors de l'alimentation avec du lait exprimé :

1. NE PAS RÉCHAUFFER LE LAIT AU MICRO-ONDES ! Le réchauffement au micro-onde altère la composition du lait et peut aussi créer des « points chauds » dans le lait susceptibles de brûler le nourrisson.
2. Vérifiez toujours la température d'un liquide avant d'alimenter votre bébé.
3. Ne laissez pas un enfant prendre de biberon au lit ou s'alimenter seul pendant de longues périodes.
4. Pour éviter tout risque éventuel d'étouffement, vérifiez la solidité de la tétine en tirant sur son extrémité. Cessez de l'utiliser si une déchirure ou fissure apparaît.

6

## Comment utiliser votre tire-lait manuel Lansinoh®

Si possible, attendez jusqu'à ce que votre programme de lactation et d'allaitement soit bien établi. Cela se situe normalement au moins 3 à 4 semaines après la naissance, sauf indications contraires de votre professionnel de la santé.

1. Lavez-vous bien les mains et assurez-vous que vos seins sont propres.
2. Veillez à bien avoir stérilisé et soigneusement assemblé votre tire-lait exactement comme décrit dans les sections « Comment nettoyer et stériliser votre tire-lait manuel Lansinoh® » et « Comment assembler votre tire-lait manuel Lansinoh® ».
3. Centrez l'ouverture du tire-lait sur votre mamelon et appuyez doucement contre votre sein en vous assurant que votre mamelon est centré dans l'embout du coussinet d'allaitement. Appuyez fermement le coussinet d'allaitement ComfortFit™ du tire-lait contre votre sein en vous assurant que le joint est étanche et que de l'air ne peut pas s'échapper. Vous pouvez créer un joint adéquat en soutenant votre sein de l'autre main.

Si vous ne parvenez pas à centrer votre mamelon dans l'embout du coussinet d'allaitement sans frottement, vous devez peut-être utiliser le coussinet d'allaitement ComfortFit™ de plus grande taille.

4. En appuyant doucement sur la poignée du tire-lait, vous sentirez l'aspiration sur votre sein. Il n'est pas nécessaire d'appuyer complètement sur la poignée pour créer un vide ; l'aspiration doit rester confortable.
5. Vous pouvez créer une légère pression d'aspiration en préparation de l'expression en réglant la poignée sur la première encoche (supérieure) du tube. Vérifiez que votre mamelon se déplace et comprimez puis relâchez la poignée jusqu'à trouver votre cadence préférée.

6. Pour commencer par la phase de stimulation, réglez le tube dans l'encoche supérieure (la première) de la poignée et comprimez celle-ci. Votre lait va bientôt commencer à couler même si vous n'utilisez pas toute l'aspiration que le tire-lait peut générer.
7. Une fois que le lait coule (1 à 2 minutes) passez à la phase d'expression. Pour passer en phase d'expression, appuyez doucement sur la pièce « PUSH » à l'extrémité de la poignée pour la régler sur la deuxième encoche (inférieure) du tube. Continuez à comprimer et relâcher la poignée pour trouver la bonne pression d'aspiration.

Si la pression d'aspiration semble faible lorsque vous exprimez votre lait, comprimez complètement la poignée. La pression d'aspiration varie en fonction de la force de compression de la poignée. Exprimer du lait en tout confort est plus important que d'obtenir une forte pression d'aspiration. Veuillez exprimer le lait selon une pression d'aspiration qui vous convient.

\*Pour revenir à la phase de stimulation depuis la phase d'expression, (1) tirez l'extrémité du tube vers (2) comprimez doucement la poignée, et réglez-la dans la première encoche (supérieure).

**Avvertissement : ne continuez pas à aspirer au-delà de cinq minutes par séance si vous n'obtenez pas de résultat. Essayez de recueillir le lait à un autre moment de la journée. Souvenez-vous :** si l'expression devient douloureuse ou inconfortable, vous devez arrêter d'utiliser le tire-lait et consulter votre professionnel de la santé.

7

## Comment conserver le lait maternel tiré

Le lait maternel doit être conservé dans un récipient propre et hermétiquement fermé. **Ne pas** conserver le lait maternel dans la porte du réfrigérateur ou du congélateur. La porte tend à être la partie la plus chaude du réfrigérateur ou du congélateur en raison de son ouverture et de sa fermeture. Datede tout le lait maternel conservé et utilisez d'abord le plus ancien.

### Essayez nos sachets de conservation du lait maternel Lansinoh® :

- Idéals pour conserver et congeler du lait maternel
- La fermeture brevetée à double clic empêche toute fuite et tout renversement
- Le sachet le plus résistant qui soit disponible

### Conseils de conservation du lait maternel

Où	Température	Durée
À température ambiante (lait frais)	19° à 26°C	4 heures (idéal) jusqu'à 6 heures (acceptable)*
Au réfrigérateur	4°C à 6°C	72 heures (idéal) jusqu'à 8 jours (acceptable)**
Au congélateur	-18° à -20°C	6 mois (idéal) jusqu'à 12 mois (acceptable)

\*Il est préférable de réfrigérer le lait ou de le mettre au frais juste après son expression.

Référence : La Leche League International

### Décongélation

Décongelez du lait maternel congelé au réfrigérateur ou placez le récipient sous de l'eau courante fraîche, en réchauffant progressivement l'eau jusqu'à ce que le lait soit décongelé. Le lait décongelé peut être conservé au réfrigérateur jusqu'à 24 heures. Ne pas recongeler du lait maternel décongelé.

Agitez doucement le récipient de lait maternel décongelé avant de le faire boire à votre bébé pour mélanger les couches qui se sont séparées. Le lait maternel n'est pas homogénéisé et la

« crème » surnage à la surface du biberon. Le lait maternel peut varier de couleur et consistance selon l'heure de la journée à laquelle il a été recueilli, ce que vous avez mangé et l'âge du bébé au moment de l'expression. N'agitez pas vigoureusement le biberon pour mélanger les couches, cela pourrait endommager les éléments vivants de votre lait maternel.

Ne pas réchauffer le lait maternel au micro-onde ! Le réchauffement au micro-onde altère la composition du lait maternel. Le réchauffement au micro-onde peut aussi créer des « points chauds » dans le lait maternel susceptibles de brûler votre nourrisson.

Ne pas décongeler du lait maternel dans de l'eau très chaude ou bouillante.

8

## Dépannage du tire-lait manuel Lansinoh®

### Absence d'aspiration/Aspiration réduite

Si vous avez l'impression que l'aspiration a diminué, essayez la méthode suivante :

1. Assurez-vous que toutes les pièces du tire-lait ont été correctement séchées et correctement assemblées.
2. Vérifiez l'absence de déchirure ou perforation sur la valve blanche. Ce composant est essentiel pour obtenir une bonne aspiration. Si nécessaire, remplacez la valve blanche par celle de rechange fournie avec le tire-lait.
3. Assurez-vous que le diaphragme en silicone et le tube sont bien logés dans le corps du tire-lait et qu'un joint parfait est créé.
4. Assurez-vous que le coussinet d'allaitement ComfortFit™ est bien logé dans le corps du tire-lait et qu'un joint parfait est créé.
5. Si vous ne parvenez pas à centrer votre mamelon dans l'embout de la corollette sans frottement, vous devez peut-être utiliser le coussinet d'allaitement ComfortFit™ de plus grande taille, inclus dans le coffret.

### Pas de lait recueilli

Si vous avez l'impression que l'aspiration a diminué, essayez la méthode suivante :

1. Assurez-vous que toutes les pièces du tire-lait ont été correctement séchées et correctement assemblées.
2. Vérifiez l'absence de déchirure ou perforation sur la valve blanche. Ce composant est essentiel pour obtenir une bonne aspiration. Si nécessaire, remplacez la valve blanche par celle de rechange fournie avec le tire-lait.
3. Assurez-vous que le diaphragme en silicone et le tube sont bien logés dans le corps du tire-lait et qu'un joint parfait est créé.
4. Assurez-vous que le coussinet d'allaitement ComfortFit™ est bien logé dans le corps du tire-lait et qu'un joint parfait est créé.

### Douleur à l'utilisation

Si vous ressentez une douleur lorsque vous tirez du lait, essayez ce qui suit :

1. Il se peut que vous pompiez trop fort. Il n'est peut-être pas nécessaire d'utiliser toute l'aspiration que le tire-lait peut générer. Essayez d'appuyer sur la poignée jusqu'à mi-course et souvenez-vous du rythme de 2 à 3 secondes suggéré.
2. Vous pouvez avoir besoin d'un coussinet d'allaitement plus grand ou plus petit, essayez l'autre coussinet d'allaitement fourni dans le coffret. Consultez votre professionnel de la santé pour une évaluation de la taille.

## Comment allaiter avec la tétine péristaltique NaturalWave™

### Cette tétine péristaltique NaturalWave™ est spécialement conçue pour :

- Favoriser le maintien de schémas d'allaitement établis.
- Passer facilement du sein au biberon et vice versa.
- Encourager le mouvement ondulatoire de la langue du nourrisson.
- Favoriser l'action de succion instinctive pour un développement buccal naturel.



#### 1. Prise en bouche

Les lèvres s'ouvrent et se ferment sur la tétine.



#### 2. Mouvement péristaltique de la langue

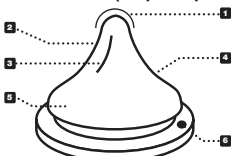
La langue bouge selon un mouvement ondulatoire fluide pour comprimer le mamelon et en extraire le lait. Cela favorise un bon développement buccal, maxillaire et facial.



#### 3. Déglutition

L'arrière de la langue du nourrisson s'élève, acheminant le lait vers l'œsophage.

La tétine péristaltique NaturalWave™ a été conçue pour encourager ce schéma d'alimentation naturelle (cliniquement prouvé).



1. Extrémité de la tétine  
Le nourrisson contrôle le débit du lait.
2. 100% silicone souple  
S'étire et se rétracte pour une compression optimale.
3. Stries internes et verticales  
Renforcent la structure de la tétine, la rendant résistante aux chutes.
4. Design unique à inclinaison graduée  
Permet un mouvement péristaltique fluide de la langue.
5. Large base texturée de la tétine  
Pour une prise facile et une succion efficace.
6. Système AVS™  
Réduit l'absorption d'air, cause potentielle de colique.

### Tétine 1 pièce au design simple, disponible en débit lent, moyen et rapide.

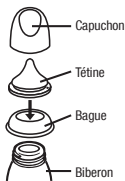
L'allaitement naturel exclusif est recommandé pendant les 6 premiers mois. L'allaitement et la lactation doivent être bien établis avant d'introduire la tétine et le biberon.

**Mode d'emploi :** Remplir avec la quantité nécessaire de liquide et visser le capuchon. Le réchauffement au micro-ondes n'est pas recommandé. Si vous choisissez de réchauffer des aliments au micro-ondes, ne fermez pas le biberon. Retirez la tétine, la bague et le capuchon lorsque vous utilisez le micro-ondes. Agitez bien avant usage et vérifiez toujours la température avant de donner le biberon à bébé. Un aliment inégalement réchauffé peut brûler la bouche du bébé. Ne réchauffez pas du lait maternel au micro-ondes pour ne pas en altérer

la composition. Nettoyez le produit avant la première utilisation. Pour garantir l'hygiène du produit, placez la tétine et le biberon avec tous ses composants dans de l'eau bouillante pendant 5 minutes avant utilisation. Lors du transport d'un biberon plein, assurez-vous que le capuchon est bien en place et vissé, en veillant à positionner la tétine au centre du capuchon pour assurer la fonction d'étanchéité du produit.

**Nettoyage :** Avant la première utilisation, placez le produit dans de l'eau bouillante pendant 5 minutes, laissez refroidir, puis rincez abondamment tous les composants du biberon. Cela permet d'en garantir l'hygiène. Par la suite, le biberon peut aussi être lavé dans le panier supérieur du lave-vaisselle et être stérilisé (ouvert) tant au micro-ondes qu'en utilisant une machine spéciale de stérilisation. Lavez toujours tous les composants du produit immédiatement après chaque utilisation. Lavez-les à l'eau savonneuse chaude et rincez-les abondamment. Nettoyez-les avant chaque utilisation.

**Assemblage :** Une fois bien séchée, introduisez la tétine à travers le haut de la bague à visser. Fixez bien la bague à visser au goulot du biberon.



Introduisez la tétine dans la partie supérieure de la bague

**Précautions :** Lorsque vous ne l'utilisez pas, rangez-le dans un lieu sec et couvert. Toujours utiliser ce produit sous la supervision d'un adulte. Ne pas le nettoyer, ranger ou le laisser entrer en contact avec des solvants ou des produits chimiques corrosifs. Il pourrait être endommagé. Ne pas exposer le produit à une source de lumière ou de chaleur directe, ni le laisser dans du désinfectant (« solution stérilisante ») plus longtemps que recommandé.

Ne pas chauffer le liquide en plaçant le récipient directement sur du gaz ou une plaque électrique ou chauffante, ni dans un four électrique, etc.

**MISE EN GARDE pour la sécurité et la santé de votre enfant !** Toujours utiliser ce produit sous la supervision d'un adulte. Ne jamais utiliser les tétines d'allaitement en guise de simples tétines. La succion continue et prolongée de liquides provoque des caries dentaires. Toujours vérifier la température des aliments avant la tétée. Garder tous les composants non utilisés hors de portée des enfants. Ne pas laisser le bébé seul avec le biberon en raison du risque d'étouffement, de chute du bébé ou en cas de désassemblage du biberon.

**AVERTISSEMENT :** Des caries dentaires peuvent survenir chez de jeunes enfants même si des liquides non sucrés sont utilisés. Cela peut se produire si le nourrisson est autorisé à utiliser le biberon/gobelet pendant de longues périodes de la journée et en particulier pendant la nuit, lorsque le flux de salive est réduit ou s'il est utilisé en guise de simple tétine. Ne pas exposer la tétine à une source de lumière ou de chaleur directe, ni la laisser dans du désinfectant (« solution stérilisante ») plus longtemps que recommandé, cela pourrait l'affaiblir. Inspecter le matériel avant chaque utilisation. Jeter le matériel dès les premiers signes de détérioration ou d'usage. Remplacer la tétine toutes les 7 semaines, pour des raisons de sécurité et d'hygiène. Étirer la tétine dans toutes les directions pour en vérifier le bon état.

**ATTENTION :** Certains jus sont stériles et des solutions peuvent rendre le silicone opaque. Cela n'est ni modifié aucune des propriétés. Ne réchauffez pas du lait maternel au micro-ondes pour ne pas en altérer la composition. Le réchauffement dans un four à micro-ondes peut produire des

températures localement élevées. Faites particulièrement attention lorsque vous réchauffez des aliments au micro-ondes. Remuez toujours l'aliment réchauffé pour répartir uniformément la chaleur et testez la température avant de donner le biberon.

**AVERTISSEMENT :** Le matériel d'emballage ne fait pas partie du produit. Pour la sécurité de votre enfant, veuillez retirer et jeter tout le matériel d'emballage avant utilisation mais lisez et conservez le mode d'emploi pour toute référence ultérieure. À laisser ouvert dans le micro-ondes.



**Manufacturer: Lansinoh Laboratories  
Saglik Gereceleri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.  
Zafer SB Mah. Gunduz Sk. No:13 E.S.B  
Gazilemir/ Izmir/ Turkiye**



**LANSINOH®**

**HANDKOLF GEBRUIKSAANWIJZING**

Gefeliciteerd met uw beslissing om uw baby de best mogelijke start in het leven te geven met borstvoeding. De talrijke voordelen voor de gezondheid voor zowel u zelf als voor uw baby zijn overduidelijk. Hoewel borstvoeding altijd het best is, is het voorzien van moedermelk voor uw baby niet steeds vanzelfsprekend als u weg moet. Dit vereist een speciale inspanning en u zou zeer trots moeten zijn op uw inzet om uw baby de beste voeding te geven voor optimale groei en ontwikkeling. Onze handkolfen zijn ontworpen voor snel en gemakkelijk kolven voor moeders die dit af en toe moeten doen en die graag gebruikmaken van het gemak van een handkolf.

### Gebruiksaanwijzing:

Neem de tijd om deze handleiding door te lezen voordat u uw Lansinoh® Handkolf voor het eerst gebruikt.

Inhoud:

1. Introductie van de Lansinoh® Handkolf
2. Lansinoh® Handkolf Onderdelen
3. Uw Lansinoh® Handkolf steriliseren en reinigen
4. Uw Lansinoh® monteren
5. Kolf tips
6. Gebruik van uw Lansinoh® Handkolf
7. Moedermelk bewaren
8. Problemen met de Lansinoh® Handkolf oplossen
9. Moedermelk geven met de NaturalWave™ Peristaltische Speen

**1**

## Introduce van de Lansinoh® Handkolf

De Lansinoh® Handkolf is specifiek ontworpen met de behoeften van moeders die borstvoeding geven in het achterhoofd. Deze borstkolf heeft twee afzonderlijke fasen: de Toeschild- en Expressiefase. U kunt gemakkelijk van de ene naar de andere stand gaan door de positie van de hengel op het aansluitstuk aan te passen. ComfortFit™ borstschild biedt een betrouwbare afichting voor een comfortabele en snelle melkstroom. De flessen met brede hals passen op het volledige assortiment van de Lansinoh® kolven. Het pakket bestaat uit de NaturalWave™ Speen voor trage melkstroom waarmee uw baby de natuurlijke zuigbewegingen aan de borst kan gebruiken bij het drinken van de moedermelk uit een fles. De pomp is eenvoudig in elkaar te zetten, gemakkelijk te gebruiken en te reinigen.

Borstvoeding is het best. Exclusief borstvoeding wordt erkend als de beste keuze voor uw baby en zorgt voor alle voedingsstoffen die uw baby nodig heeft gedurende de eerste 6 maanden in zijn leven. Borstvoeding helpt om een sterke band tussen moeder en baby te ontwikkelen en biedt beiden tal van langetermijndoelen.

## Lansinoh® Handkolf Onderdelen

(Zie bijlage A)

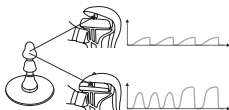
- A** ComfortFit™ Borstschild
- B** Kolfgedeelte
- C** Siliconen Diafragma
- D** Aansluitstuk
- E** Hendeel
- F** Flessendeksel en afdichtingsring
- G** Witte Klep
- H** Flessenhouder

### 2-Fasen Technologie

Deze borstkolf heeft twee afzonderlijke fasen, Toeschietfase en Expressiefase. U kunt gemakkelijk van de ene stand naar de andere gaan door de positie van de hendel op het aansluitstuk aan te passen.

#### Toeschietfase

Deze fase stimuleert de borst zachtjes. Het is ontworpen om de eerste fase van een borstvoeding na te bootsen (de manier waarop een baby begint te drinken). Het is een van de functies die de melk helpt toeschieten en uw melkstroom stimuleert. U creëert een zachte zuigkracht door de hendel in de eerste (top) stand op het aansluitstuk te zetten en de hendel met snelle polsbewegingen te bedienen.



#### Expressiefase

In deze fase koft u de moedermelk uit de borst. Schakel in deze modus door de hendel in de tweede (onderste) stand op het aansluitstuk te zetten. Druk de hendel volledig in voor de sterkste zuigkracht. Druk de hendel minder ver in voor minder zuigkracht.

## Uw Lansinoh® Handkolf 4 steriliseren en reinigen

Voordat u uw kolf voor het eerst gebruikt, moeten alle onderdelen uit elkaar gehaald worden (verwijder het siliconen diafragma en het aansluitstuk, het ComfortFit™ borstschild, de witte klep en scheid de fles, het deksel en de afdichtingsring).

#### Reinigen:

Borstschild, de flessen, de hendel en de flessenhouder kunnen gereinigd worden in het bovenste compartiment van de vaatwasser, of met de hand gewassen worden met heet water en afwasmiddel. Gebruik geen oplos- of schuurmiddelen. Afspoelen met schoon, warm water. De witte klep, het siliconen diafragma en het aansluitstuk, en het ComfortFit™ borstschild kunnen gereinigd worden in de vaatwasser; maar we raden aan om ze met de hand af te wassen om beschadiging te voorkomen en hun levensduur te verlengen. Laat de onderdelen volledig aan de lucht drogen op een schone doek of een droogrek.

**Opmerking:** Wees voorzichtig bij het reinigen van de kleine witte klep. Deze is belangrijk voor de juiste zuigkracht. Gebruik niet te veel kracht en gebruik geen kleine flessenborstel of een tepelborstel. Was met de hand in warm water met zeep en spoel af met warm stromend water.

#### Steriliseren:

**Steriliseren door te koken:** Plaats alle onderdelen in een pan met kokend water en zorg ervoor dat er nergens lucht in achterblijft, doe het deksel op de pan

en laat tenminste 10 minuten koken. Laat het deksel op de pot tot dat u het materiaal nodig heeft. Opmerking: Zorg ervoor dat u voldoende water gebruikt zodat de onderdelen kunnen blijven drijven tijdens het koken.

**Steriliseren met chemicaliën:** Maak een oplossing met tabletten of vloeistof. Dompel alle onderdelen onder in de oplossing en zorg ervoor dat er nergens lucht in achterblijft. Laat ze in de oplossing voor minstens 30 minuten. Maak een verse oplossing om de 24 uur.

**Sterilisators met stoom of magnetron:** Volg de instructies van de fabrikant. Zorg ervoor dat alles met de openingen naar beneden in de sterilisator staat. Zorg ervoor dat u uw handen wast voordat u het materiaal uit de sterilisator haalt.

## Uw Lansinoh® Handkolf in elkaar zetten

**Opmerking:** Voordat u uw Lansinoh® Handkolf in elkaar zet, moeten alle onderdelen gereinigd en gesteriliseerd zijn zoals vermeld in sectie 3 van deze handleiding.

(Zie bijlage B)

- 1** Was zorgvuldig uw handen.
- 2** Bevestig het aansluitstuk aan het siliconen diafragma.
- 3** Plaats het siliconen diafragma en het aansluitstuk bovenop de kolf. Zorg ervoor dat het stevig aansluit door de rand aan te drukken met uw vingers voor een perfecte afdichting.\*
- 4** Plaats de witte klep voorzichtig langs onder op de kolf en zorg ervoor dat de witte klep goed aansluit op het kolfgedeelte. Er moet geen kracht gebruikt worden bij het bevestigen van de witte klep. Als u vindt dat de witte klep moeilijk te verwijderen is, heeft u het te ver in de kolf geduwd.
- 5** Schroef de fles aan het kolfgedeelte.
- 6** Lijn de gleuf in de hendel uit met het aansluitstuk en druk de hendel zacht naar beneden. Druk tot dat u een klik hoort.
- 7** Pas het aansluitstuk en de hendel zo aan dat de hendel in de eerste stand op het aansluitstuk past, gekend als de Toeschietfase.\*\*
- 8** Bevestig het ComfortFit™ borstschild aan het kolfgedeelte.
- 9** Zet de fles in de flessenhouder om de kolf helemaal stabiel te maken.
- 10** Zo ziet uw kolf eruit als ze volledig in elkaar is gezet.

\*Deze onderdelen zijn ontworpen om goed aan te passen. Maak de rand van het siliconen diafragma nat om het in elkaar zetten te vereenvoudigen.

\*\*Deze borstkolf heeft twee afzonderlijke fasen, Toeschietfase en Expressiefase. U kunt gemakkelijk van de ene fase naar de andere gaan door de positie van de hendel op het aansluitstuk aan te passen.

## Kolftips

Maak uzelf vertrouwd met de kolf en de onderdelen vóór gebruik.

Het belangrijkste aspect van succesvol gebruik is de toeschietreflex. Dit is wanneer uw melk overvloedig begint te stromen. Om deze natuurlijke reflex op gang te helpen, kunt u een warm Lansinoh® Therapyal Borsttherapie Gelpack op de borst leggen en met de vingertoppen lichte, cirkelvormige bewegingen maken van de buitenkant van de borst naar de tepel toe vóór en/of tijdens een kolfessie.

Probeer te kolven op een tijdstip dat u rustig bent en

niet gestoord zult worden. Het kan ook helpen om rustig te worden als u aan uw baby denkt of naar een foto van uw baby kijkt tijdens het afkolven van uw moedermelk.

Meestal kan een kolfessie ongeveer 20 tot 30 minuten duren maar dat is afhankelijk van uw lichaam. Onthoud dat succesvol kolven een aangeleerde vaardigheid is. De eerste oefensessies kunnen korter of langer zijn dan hier vermeld wordt en kunnen een kleine hoeveelheid moedermelk opleveren maar dat wil niet zeggen dat uw lichaam niet voldoende melk aanmaakt of dat u iets fout doet. Melk wordt geproduceerd volgens het vraag- en aanbodprincipe: door regelmatig uw melk af te kolven naast het aan de borst voeden van uw baby, stimuleert u uw melkproductie.

In geval van borstvoedingsproblemen kunt u best contact opnemen met uw gezondheidsdeskundige.

U kunt een borst afkolven terwijl u de baby voedt aan de andere kant. Hierdoor kunt u de efficiëntie van het afkolven maximaliseren door de toeschietreflex die gestimuleerd wordt door het zuigen van de baby.

Zorg ervoor dat de slang van het borstschild lichtjes naar omhoog wijst zodat uw melk natuurlijk naar de fles stroomt.

### Voorzorgen bij het gebruik van afgekolfd moedermelk:

- 1. VERWARM MOEDERMELK NIET IN DE MAGNETRON!** Microgolven veranderen de samenstelling van de melk en kunnen ook "hete plekken" in de melk veroorzaken die de mond van de baby kunnen verbranden.
- 2.** Test altijd de temperatuur van elke vloeistof voordat u deze aan uw baby geeft.
- 3.** Laat een kind de fles niet mee in bed nemen of zelf drinken voor langere periodes.
- 4.** Test de sterkte van de speen door aan het bolle gedeelte te trekken om mogelijke versteking te voorkomen. Stop het gebruik ervan als er een scheur of spleet verschijnt.

## Uw Lansinoh® Handkolf gebruiken

Wacht, indien mogelijk, totdat uw melkproductie en borstvoedingsschema goed op punt staan. Dit is meestal tenminste 3 tot 4 weken na de geboorte, tenzij anders geadviseerd wordt door uw gezondheidsdeskundige.

- 1.** Was uw handen grondig en zorg ervoor dat uw borsten schoon zijn.
- 2.** Zorg ervoor dat u de kolf gesteriliseerd en zorgvuldig in elkaar gezet heeft zoals beschreven in de secties "Uw Lansinoh® Handpomp reinigen en steriliseren" en "Uw Lansinoh® Handpomp in elkaar zetten".
- 3.** Centreer de kolf met de opening over uw tepel en duw het zachtjes tegen uw borst zodat u tepel zich in het midden van het borstschild bevindt. Duw het ComfortFit™ borstschild van de pomp stevig tegen uw borst; zorg voor een goede afdichting zodat er geen lucht kan ontsnappen. U kunt voor een goede afdichting zorgen door met uw andere hand de borst langs onder te ondersteunen. Als het niet lukt om uw tepel midden in de slang van het borstschild te krijgen zonder te wrijven, heeft u mogelijk het grotere ComfortFit™ borstschild nodig.
- 4.** Als u zachtjes de hendel van de kolf indrukt, zult u de zuigkracht op uw borst voelen. U hoeft de hendel niet volledig in te drukken om een vacuüm te creëren; enkel zoveel dat het prettig blijft.
- 5.** U kunt een zachte zuigkracht creëren om de expressie voor te bereiden door de hendel in de eerste (top) stand op het aansluitstuk te zetten. Ga na of uw tepel beweegt en laat de hendel dan wat los totdat u een ritme vindt dat u aangenaam vindt.

- Om te starten met de Toeschietfase, zet het aansluitstuk in de bovenste (eerste) stand van de hendel en druk de hendel in. Uw moedermelk zal snel toeschieten ook al maakt u niet volledig gebruik van de kracht die de kolf kan genereren.
- Zodra de moedermelk toeschiet (1 tot 2 minuten) ga dan over naar de Expressiefase. Druk zachtjes op het "DRUK" deel aan het uiteinde van de hendel om de hendel in de tweede (onderste) stand op het aansluitstuk te zetten. Blijf de hendel verder indrukken en losprijken om de geschikte zuigkracht te vinden.

Druk de hendel helemaal in als de zuigkracht vermindert tijdens de expressie van uw moedermelk. De zuigkracht hangt af van hoe hard u de hendel indrukt. Prettig afkolven is belangrijker dan een grote zuigkracht instellen. Kolf melk af met een zuigkracht waar u zich prettig bij voelt.

\*Om terug te keren naar de Toeschietfase vanuit de Expressiefase, (1) Druk het uiteinde van het aansluitstuk tegen u, (2) druk de hendel zachtjes in en zet het in de eerste (top) stand.

#### Waarshuwings: Ga niet door met kolven na vijf minuten als u dan nog geen resultaat heeft.

Probeer later die dag nog eens af te kolven. Onthoud: Als het afkolven erg pijnlijken is of oncomfortabel, stop dan met het gebruik van de kolf en consulteer uw gezondheidsdeskundige.

7

## Uw moedermelk bewaren

Moedermelk moet bewaard worden in een schone, afgesloten container.

Moedermelk **niet** in een koelkast of diepvriesdeur bewaren. De deur is meestal het warmste deel van de koelkast of diepvries omdat deze vaak geopend en gesloten wordt. Dater alle bewaarde moedermelk en gebruik de oudste moedermelk eerst.

#### Probeer onze Lansinoh® Moedermelk Bewaarzakjes:

- Ideaal voor het bewaren en invriezen van moedermelk
- De gepatenteerde dubbele ziplock-sluiting voorkomt lekken of verspilling
- Sterkste zak die verkrijgbaar is

Richtlijnen bewaren moedermelk		
Waar	Temperatuur	Tijd
Bij kamertemperatuur (verse melk)	19° tot 26°C	4 uren (ideaal) tot 6 uren (aanvaardbaar)*
In een koelkast	4°C tot 6°C	72 uren (ideaal) tot 8 dagen (aanvaardbaar)**
In een diepvriezer	-18° tot -20°C	6 maanden (ideaal) tot 12 maanden (aanvaardbaar)

\* Bij voorkeur wordt de melk direct na het afkolven in de koelkast geplaatst of afgekoeld.

Referentie: La Leche League International

#### Ontdooien

Ontdooi bevroren moedermelk in de koelkast of houd de container onder koud stromend water dat u geleidelijk warmer zet totdat de melk ontdooit is. Ontdooide melk kan 24 uren in de koelkast bewaard worden. Vries moedermelk niet opnieuw in als ze ontdooit is.

Schud de container met ontdooide moedermelk zachtjes voordat u ze aan de baby geeft om de lagen die gescheiden werden terug te mengen. Moedermelk is niet homogeen en de "vette laag" zal naar boven stijgen in de fles. Moedermelk kan variëren in kleur en

consistentie afhankelijk van het moment van de dag dat de melk werd afgekolfd, van wat u heeft gegeten en de leeftijd van de baby op het moment van het afkolven. Schud de fles niet te hard om de lagen te mengen want hierdoor kunnen de levende componenten in uw moedermelk beschadigd raken.

Verwarm moedermelk niet in de magnetron! Microgolven veranderen de samenstelling van de moedermelk. Microgolven kunnen ook "hete deeltjes" in de moedermelk creëren waardoor uw baby zich kan verbranden.

Ontdooi moedermelk niet in zeer warm of kokend water.

8

## Problemen met de Lansinoh® Handkolf oplossen

#### Vermindering van zuigkracht / Verminderde zuigkracht

Als u het idee krijgt dat de zuigkracht verminderd is, probeer dan het volgende:

- Zorg ervoor dat alle kolfonderdelen goed gedroogd zijn en elkaar gezet zijn.
- Controleer de witte klep op scheuren en gaatjes. Dit component is van cruciaal belang voor een goede zuigkracht. Vervang, indien nodig, de witte klep met de extra klep die meegeleverd wordt met de kolf.
- Controleer of het siliconen diafragma en aansluitstuk goed vastzitten aan het kolfgedeelte zodat er een perfecte afsluiting is.
- Controleer dat het ComfortFit™ Borstschild goed vastzit aan het kolfgedeelte zodat er een perfecte afsluiting is.
- Als het niet lukt om uw tepel midden in de slang van de flens te krijgen zonder te wrijven, heeft u mogelijk het grotere ComfortFit™ Borstschild nodig dat meegeleverd wordt in het pakket.

#### Er komt geen moedermelk

Als u het gevoel krijgt dat de zuigkracht verminderd is, probeer dan het volgende:

- Zorg ervoor dat alle kolfonderdelen goed gedroogd zijn en elkaar gezet zijn.
- Controleer de witte klep op scheuren en gaatjes. Dit component is essentieel om een goede zuigkracht te verkrijgen. Vervang, indien nodig, de witte klep met de extra klep die meegeleverd wordt met de kolf.
- Controleer of het siliconen diafragma en aansluitstuk goed vastzitten aan het kolfgedeelte zodat er een perfecte afsluiting is.
- Controleer dat het ComfortFit™ Borstschild goed vastzit aan het kolfgedeelte zodat er een perfecte afsluiting is.

#### Pijn bij het afkolven

Als u pijn ondervindt bij het afkolven van moedermelk, probeer dan het volgende:

- Mogelijk kolft u te hard. Mogelijk hoeft u niet alle zuigkracht te gebruiken die de kolf kan genereren. Probeer de hendel halverwege los te laten en denk aan het voorgestelde 2 tot 3 seconden kolfritme.
- Mogelijk heeft u een groter of kleiner borstschild nodig; probeer het andere borstschild dat meegeleverd werd in deze verpakking. Consulteer uw gezondheidsdeskundige voor een beoordeling en de maat.

9

## Moedermelk geven met de NaturalWave™ Peristaltische Speen

#### Deze NaturalWave™ Peristaltische Speen is speciaal ontworpen om:

- Ontwikkelde borstvoedingspatronen te helpen bewaren.

- Gemakkelijk over te schakelen van de borst naar de fles en terug.
- Stimuleert de "golvende" tongbewegingen van de baby.
- Bevordert de instinctieve zuigreactie voor natuurlijke orale ontwikkeling.



- Aanleggen**  
Lippen naar buiten gedraaid en aangelegd op de areola.

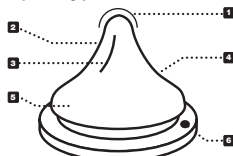


- Peristaltische tongbeweging**  
Tong beweegt in een soepele "golvende" beweging om de tepel samen te drukken en melk uit te drukken. Dit stimuleert de natuurlijke orale, kaak en faciale ontwikkeling.



- Feit:** De tong van de baby herhaalt de peristaltische beweging ongeveer om de 800 tot 1000 keer in maar één borstvoedingsessie.
- Slikken**  
De achterzijde van de tong van de baby gaat omhoog en geleidt de melk in de slokdarm.

#### De NaturalWave™ Peristaltische Speen werd ontworpen en er werd klinisch bewezen dat het dit natuurlijke voedingspatroon stimuleert.



- Bovenkant van de speen  
Baby controleert de melkstroom.
- Zacht 100% Siliconen  
Rekt en buigt voor optimale compressie.
- Verticale ribbels aan de binnenkant  
Verstevigt de speenstructuur en zorgt ervoor dat het niet omvalt.
- Uniek geleidelijk hellend ontwerp  
Zorgt voor een vlotte peristaltische tongbeweging.
- Brede, textuur speenbasis  
Voor gemakkelijk aanleggen en effectieve zuigkracht.
- AVSTM  
Vermindert de luchtopname, een mogelijke oorzaak voor koliekten.

#### Eindelijk ontwerp voor probleemloos gebruik, beschikbaar voor trage, medium en snelle melkstromen.

Luitsluitend borstvoeding wordt aanbevolen gedurende de eerste 6 maanden in het leven van de baby. Borstvoeding en moedermelkproductie moeten goed op punt staan vooraleer een fles en speen te gebruiken.

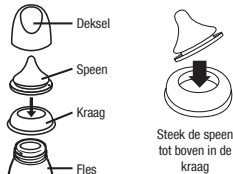
**Gebruiksaanwijzing:** Vullen met de vereiste hoeveelheid vloeistof en het Schroefdeksel vastdraaien. Opwarmen in de magnetron wordt niet aanbevolen. Als u ervoor kiest voeding op te warmen in de magnetron, dek de fles dan niet af. Verwijder de speen, kraag en deksel bij het gebruik in de magnetron. Schud goed voor het gebruik en controleer steeds de temperatuur voordat u het aan de baby geeft. Ongelijkmatig verwarmd voedsel kan de mond van de baby verbranden. Verwarm geen moedermelk in de magnetron want microgolven veranderen de samenstelling van de melk. Reinig het product vóór het eerste gebruik. Doe de speen en de fles niet al hun componenten gedurende 5 minuten in kokend water vóór gebruik om producthygiëne te garanderen. Let erop, als u een volle fles vervoert, dat het deksel erop zit en dat de speen midden in de deksel zit om de "lekrijke" functie van het product te verzekeren.

**Reinigen:** Plaats het product vóór het eerste gebruik



gedurende 5 minuten in kokend water, laat het afkoelen en als het flescomponenten grondig af. Dit is om hygiëne te garanderen. De fles kan ook afgewassen worden in het bovenste rek van de vaatwasser en gesteriliseerd (open) in de magnetron of met een speciale steriliseermachine. Was steeds alle componenten van het product onmiddellijk na elk gebruik. Afwassen in warm water met zeep en grondig afspelen. Reinigen vóór elk gebruik.

**In elkaar zetten:** Zodra grondig gedroogd, steek de voedingspeen door het schroefdeksel. Bevestig het schroefdeksel stevig op de flessenhals.



Steek de speen tot boven in de kraag

**Voorzorgen:** Bewaren op een droge en beschutte plaats als het niet gebruikt wordt. Gebruik dit product steeds onder toezicht van een volwassene. Niet reinigen, bewaren of in contact laten komen met oplos- of schuimmiddelen. Dit kan schade veroorzaken. Laat het product niet in direct zonlicht of warmte, of laat het niet in een desinfecterende ("sterilisatie-oplossing") voor langer dan voorgeschreven. Verwarm de vloeistof niet op door de beker rechtsreeks op gas of elektrische kookplaten, verwarmingsplaten, in elektrische ovens enz. te plaatsen.

**WAARSCHUWING voor de veiligheid en gezondheid van uw kind!** Gebruik dit product altijd onder toezicht van een volwassene. Gebruik nooit voedingspennen als fopspeen. Voordurend en langdurig zuigen aan vloeistoffen kan tandbederf in de hand werken. Controleer steeds de voedseltemperatuur vóór het houden. Hou alle componenten die niet gebruikt worden, buiten het bereik van kinderen. Laat een baby niet alleen met het materiaal om te drinken omwille van het risico van verstikking, vallen van de baby of als het product gedemonteerd is.

**WAARSCHUWING:** Tandbederf bij jonge kinderen kan voorkomen zelfs als er niet-gesuikerde drank gebruikt wordt. Dit kan gebeuren als de baby de fles/beker langdurig mag gebruiken gedurende de dag en vooral tijdens de nacht, wanneer er minder speeksel of als ze gebruikt worden alleen als fopspeen. Laat de speen niet in direct zonlicht of warmte, of laat het niet in een desinfecterende ("sterilisatie-oplossing") voor langer dan voorgeschreven omdat dit de speen weg kan maken. Controleer vóór elk gebruik. Gooi weg bij het eerste teken van beschadiging of verweking. Vervang de speen om de 7 weken om redenen van veiligheid en hygiëne. Trek de voedingspeen in alle richtingen om het product te controleren.

**ATTENTIE:** Sommige sappen zijn steriel en oplossingen kunnen het siliconen materiaal ondoelmatig maken. Dit brengt geen veranderingen aan in de eigenschappen ervan. Verwarm geen moedermelk in de magnetron want microgolven veranderen de samenstelling van de melk. Opwarmen in een magnetron kan lokaal hoge temperaturen geven. Let extra op bij opwarming in de magnetron. Roer steeds in opgewarmde voeding om zeker te zijn dat de warmte gelijk verdeeld is en test de temperatuur vóór het gebruik.

**WAARSCHUWING:** Verpakkingsmaterialen maken geen deel uit van het product. Voor de veiligheid van uw kind, verwijder alle verpakkingsmaterialen en gooi ze weg vóór het gebruik maar lees en bewaar de gebruiksaanwijzingen voor later referentie. Openlaten in de magnetron.



**Manufacturer:** Lansinoh Laboratories  
**Saglik Gereciler Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.**  
**Zafer SB Mah. Gunduz SK. No:13 E.S.B**  
**Gazimiri / Izmir / Turkiye**

**GR**  
**LANSINOH®**  
**ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΧΕΙΡΟΚΙΝΗΤΟΥ ΘΗΛΑΣΤΡΟΥ**

Το θέμα μας αναρχήτρια για την απόφαση που πήρατε να δώσετε το καλύτερο δυνατό ξεκίνημα στη ζωή στο μωρό σας μέσα από τον θηλάσιο. Έγινε επενδυμένη μετρημένη για το παλάτιο οφέλη του θηλάσιου, τόσο για την υγεία του μωρού όσο και για τη δική σας. Παρόλο που το μητρικό γάλα είναι ό,τι καλύτερο, δεν είναι πάντοτε εύκολο να το δώσετε στο μωρό σας, όταν πρέπει να είστε έξω. Απαιτείται ειδική προετοιμασία και γι' αυτό θα πρέπει να έχετε κάποιο υπερχρηστικό που συνεχώς φροντίζει να παρέχεται στο μωρό σας την ιδανική διατροφή για βέλτιστη ανάπτυξη. Το χειροκίνητο θηλάσιο μας είναι σχεδιασμένο για να μπορούν να το χρησιμοποιήσουν εύκολα και γρήγορα οι μητέρες που πρέπει να αντλούν ενδίο γάλα από το στήθος τους, και οι οποίες εκτιμούν ιδιαίτερα την άνετη λύση που προσφέρει ένα χειροκίνητο θηλάσιο.

**Οδηγίες χρήσης:**

Παρακαλούμε αφιερώστε λίγο χρόνο για να διαβάσετε προσεκτικά το παρόν εγχειρίδιο, πριν χρησιμοποιήσετε για πρώτη φορά το χειροκίνητο θηλάσιο.

Περιεχόμενα:

1. Παστουμάκι του χειροκίνητου θηλάσιου Lansinoh®
2. Εξαρτήματα του χειροκίνητου θηλάσιου Lansinoh®
3. Πώς να αποστειρώσετε και να καθαρίσετε το χειροκίνητο θηλάσιο Lansinoh®
4. Πώς να συναρμολογήσετε το χειροκίνητο θηλάσιο Lansinoh®
5. Συμβουλές για την άντληση
6. Πώς να χρησιμοποιήσετε το χειροκίνητο θηλάσιο Lansinoh®
7. Πώς να φράσετε το μητρικό γάλα
8. Αντιμετώπιση προβλημάτων σχετικά με το χειροκίνητο θηλάσιο Lansinoh®
9. Τάσιμα του μητρικού γάλακτος με την περυσιακή θηλή (θηλάσιο μηχανικό)

**1**

**Παρουσίαση του χειροκίνητου θηλάσιου Lansinoh®**

Το χειροκίνητο θηλάσιο Lansinoh® έχει σχεδιαστεί ειδικά, με γνώμονα τις ανάγκες των μητέρων που θηλάζουν. Αυτό το θηλάσιο έχει δύο ξεχωριστές φάσεις: τη φάση διέγερσης και τη φάση άντλησης. Μπορείτε εύκολα να μεταβείτε από τον έναν τρόπο λειτουργίας στον άλλον, απλά ρυθμίζοντας τη θέση της λαβής σύμφωνα στο στήθος. Η χρήση ComfortFit™ λειτουργεί ως ένας δακτύλιος στεγανοποίησης, προοριζόμενος εξοπλισμό αναρρόφησης, με αποτέλεσμα η ροή του γάλακτος να είναι άνετη και γρήγορη. Μπορείτε να χρησιμοποιείτε εναλλάξ το μπουκάκι με τον ευρύ λαβό για όλη την γκάμα των θηλάσιων Lansinoh™. Το πακέτο περιλαμβάνει τη θηλή αρχής ροής NaturalWave™, η οποία δίνει τη δυνατότητα στο μωρό να αντιγράψει τη φυσιολογική κίνηση ρουθινοποίησης που μπορεί να κάνει με το χέρι, όταν πιεί το μητρικό γάλα από το μπουκάκι. Το θηλάσιο είναι πανεύκολο στη συναρμολόγηση, τη χρήση και τον καθαρισμό του. Ο θηλάσιος είναι ό,τι καλύτερο. Η διατροφή αποκλειστικά με μητρικό γάλα είναι πλέον αναγνωρισμένη ως η καλύτερη επιλογή για το μωρό σας, καθώς το παρέχει όλα τα θρεπτικά συστατικά που χρειάζεται κατά τους πρώτους 6 μήνες της ζωής του. Ο θηλάσιος βοηθά να αναπτυχθεί ένας ισχυρός δεσμός ανάμεσα στη μητέρα και το μωρό και προσφέρει πολυάριθμα μακροχρόνια οφέλη και στους δύο.

**2**

**Εξαρτήματα του χειροκίνητου θηλάσιου Lansinoh®**

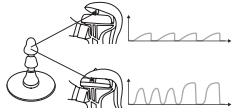
- (Ανατρέξτε στο παράρτημα Α)
- A Χοάνη στήθους ComfortFit™
  - B Σάγμα θηλάσιου
  - C Διάφραγμα οαλικόνης
  - D Στελέχος
  - E Λαβή
  - F Καπάκι μπουκαλιού και δίσκος στεγανοποίησης
  - G Λευκή βαλβίδα
  - H Βάση μπουκαλιού

**Τεχνολογία 2 φάσεων**

Το θηλάσιο έχει δύο ξεχωριστές φάσεις, τη φάση διέγερσης και τη φάση άντλησης. Μπορείτε εύκολα να μεταβείτε από τον έναν τρόπο λειτουργίας στον άλλον, απλά ρυθμίζοντας τη θέση της λαβής επάνω στο στήθος.

**Φάση διέγερσης**

Αυτή η φάση διέγερσης απαλά το στήθος. Είναι σχεδιασμένη για να μιμνήται την πρώτη φάση του θηλάσιου (τον τρόπο με τον οποίο διέγερει ένα μωρό το στήθος όταν ξεκινά να θηλάζει). Είναι ένα από τα χαρακτηριστικά που προκαλεί την κούδου του γάλακτος και ευκολύνει να αρχίσει η ροή. Μπορείτε να δημιουργήσετε μια απλή πίεση αναρρόφησης γυρνώντας τη λαβή στην πρώτη (επάνω) θέση του στελέχους, ενώ πραγματοποιείτε σύντομες παλμικές κινήσεις με τη λαβή.



**Φάση άντλησης**

Αυτή η φάση σας δίνει τη δυνατότητα να αντλήσετε γάλα από το στήθος. Επιλέξτε έναν από τους τρόπους λειτουργίας γυρνώντας τη λαβή στη δεύτερη (κάτω) θέση του στελέχους. Για να έχετε μέγιστη ισχύ αναρρόφησης, πιέστε πλήρως τη λαβή. Για μικρότερη ισχύ αναρρόφησης πιέστε λιγότερο τη λαβή.

**3**

**Πώς να αποστειρώσετε και να καθαρίσετε το χειροκίνητο θηλάσιο Lansinoh®**

Προτού χρησιμοποιήσετε το θηλάσιο για πρώτη φορά, αποστειρωθείτε το (αφαιρέστε το διάφραγμα οαλικόνης και το στήθος, τη χοάνη ComfortFit™ και τη λευκή βαλβίδα, και διαχωρίστε το μπουκάκι, το καπάκι και τον δίσκο στεγανοποίησης).

**Καθαρισμός:**

Η θηλή στήθους, τα μπουκάκια και η βάση μπουκαλιού μπορούν να τοποθετηθούν για πλύσιμο στο ενδίο μέρος του πλυντηρίου πιάτων ή να πλυθούν στο χέρι με νερό για πιάτα και ζεστό νερό. Μη χρησιμοποιείτε διαλυτικά ή διαβρωτικά μέσα. Ξεπλύνετε με ζεστό, καθαρό νερό. Η λευκή βαλβίδα, το διάφραγμα οαλικόνης, το στήθος και η χοάνη ComfortFit™ μπορούν να πλυθούν στο πλυντήριο πιάτων. Απλά, συνιστούμε το πλύσιμο του χεριού σας, να απασπείρετε ή φθορά τους και να παραβείτε τη διάρκεια ζωής τους. Στεγνώστε πλήρως όλα τα εξαρτήματα με μια καθαρή πετσέτα ή αφήστε τα να στεγανώσουν επάνω σε σφαιρα στεγνώματος.

**Σημείωση:**

καθαρίστε τη μικρή λευκή βαλβίδα με προσοχή. Είναι σημαντικό για να πραγματοποιείται σωστά η αναρρόφηση. Μην ασκείτε υπερβολική δύναμη και μην καθαρίζετε με βούρσα για μπιμπερό ή με βούρσα για θηλέ. Πλύνετε απαλά με το χέρι σε ζεστό αποστειρωμένο και ξεπλύνετε με αβάνο ζεστό νερό.

**Αποστείρωση:**

**Για αποστείρωση με βράσιμο:** τοποθετήστε όλα τα εξαρτήματα σε μια καθαρούλα με βραστό νερό. Φροντίστε να μην έχει παγιδευτεί αέρας σε οποιοδήποτε από τα εξαρτήματα. Κλείστε την καθαρούλα με το καπάκι και αφήστε τα να βράσουν για τουλάχιστον 10 λεπτά. Κρατήστε κλειστό το καπάκι, μέχρι να χρειαστείτε τον εξοπλισμό. Σημείωση: είναι σημαντικό να χρησιμοποιήσετε αρκετό νερό, ώστε τα εξαρτήματα να επιπλέουν ελεύθερα όταν βράζουν.

**Για αποστείρωση με χημικά:** ετοιμάστε το διάλυμα χρησιμοποιώντας ταμπλέτες ή υγρό. Βυθίστε όλα τα εξαρτήματα στο διάλυμα, φροντίζοντας να μην έχει παγιδευτεί ελάχιστο νερό αέρας. Αφήστε τα στο διάλυμα για τουλάχιστον 30 λεπτά. Εμάστε ένα όρεφο διάλυμα κάθε 24 ώρες.

**Αποστείρωση απουί ή μικροκύματος:** τηρήστε τις οδηγίες του κατασκευαστή. Διαφορετικά όλα τα συστατικά έχουν φράση προς τα κάτω, όταν τοποθετήσετε τα εξαρτήματα στον αποστειρωτή. Πλύνετε τα χέρια σας, πριν αφαιρέσετε τα εξαρτήματα από τον αποστειρωτή.

**4**

**Πώς να συναρμολογήσετε το χειροκίνητο θηλάσιο Lansinoh®**

Σημείωση: Πριν από τη συναρμολόγηση του χειρωνακτικού θηλάστρου Lansinoh®, διασφαλίστε ότι όλα τα εξαρτήματα έχουν καθαριστεί και αποστειρωθεί με τον τρόπο που περιγράφεται στην ενότητα 3 του παρόντος εγχειρίδιου.

(Ανατρέξτε στο παράρτημα Β)

- 1 Πλύνετε καλά τα χέρια σας.
- 2 Τοποθετήστε το στελέχος μέσα στο διάφραγμα ολικώνης.
- 3 Τοποθετήστε το διάφραγμα ολικώνης και το στέλεχος στο επάνω μέρος του σώματος του θηλάστρου. Βεβαιωθείτε ότι έχει τοποθετηθεί πλήρως στο χείλος, μιλώντας προς τα κάτω με τα δάκτυλά σας για να εξασφαλίσετε απόλυτη στεγανότητα.\*
- 4 Αφαιρέστε από τη λευκή βαλβίδα επάνω στο θηλάστρο, τοποθετώντας την από κάτω. Διασφαλίστε ότι η λευκή βαλβίδα έχει προσαρμοστεί καλά στο σώμα του θηλάστρου. Δεν είναι απαραίτητο να ασκήσετε υπερβολική δύναμη, καθώς την τοποθέτηση της λευκής βαλβίδας. Αν δυσκολεύεστε να αφαιρέσετε τη λευκή βαλβίδα, ενδεχομένως να την έχετε πιέσει πολύ μέσα στο σώμα του θηλάστρου.
- 5 Βιδώστε το μπουκάλι επάνω στο σώμα του θηλάστρου.
- 6 Ευνομήστε τον αεραίο της λαβής με το στέλεχος και πιέστε απαλά τη λαβή προς τα κάτω. Πιέστε μέχρι να ακουστεί να κάνει κλικ.
- 7 Ρυθμίστε το στέλεχος και τη λαβή με τρόπο ώστε η λαβή να είναι στην πρώτη θέση του στελέχους, γνωστή ως φάση διέγερσης.\*\*
- 8 Συνδέστε τη χροάν ComfortFit™ στο σώμα του θηλάστρου.
- 9 Για να είναι το θηλάστρο πλήρως σταθερό, τοποθετήστε το μπουκάλι στη βάση του.
- 10 Άρα πρέπει να φαίνεται το θηλάστρο, όταν είναι πλήρως συναρμολογημένο.

\*Αυτό τα εξαρτήματα είναι σχεδιασμένα για να παρέχουν άνεση. Για πιο εύκολη συναρμολόγηση, βρείτε το χείλος του διαφραγμάτος ολικώνης με νερό.

\*\*Το θηλάστρο έχει δύο εξωκρινείς φάσεις, τη φάση διέγερσης και τη φάση άντλησης. Μπορείτε εύκολα να μεταβείτε από τη μία φάση στην άλλη, απλά ρυθμίζοντας τη θέση της λαβής πάνω στο στέλεχος.

5

## Συμβουλές για την άντληση

Εξουσιοδοτήστε με το θηλάστρο και τα εξαρτήματά του, πριν το χρησιμοποιήσετε.

Το πιο σημαντικό κομμάτι για μια επιτυχημένη άντληση είναι το ανατομικό κομμάτι της διέγερσης για απελευθέρωση του γάλακτος. Αυτό συμβαίνει όταν το μητρικό γάλα αρχίζει να ρέει ελεύθερα. Η ακολούθη διαδικασία μπορεί να βοηθήσει στην προκλήση αυτού του φυσικού ανατομικού: τοποθετήστε μια ζεστή κομπρέσα με γέλη Lansinoh® Therapeat Breast Therapy στο στήθος και εφαρμόστε ελαφρώς κυκλικές κινήσεις με τις άκρες των δακτύλων, πιέζοντας από το εξωτερικό μέρος του στήθους προς τη θηλή, πριν ή/και κατά τη διάρκεια της άντλησης.

Επιλέξτε για την άντληση μια χρονική στιγμή που δεν βιάζεστε και δεν θα σας διακόψει κανείς. Προσπαθήστε να χαλαρώσετε. Κατά την άντληση του γάλακτος μπορεί να σας βοηθήσει να ακινητοποιήσετε το μαστό σας ή να κοιτάξετε μια φωτογραφία του.

Γενικά, η διαδικασία της άντλησης διαρκεί περίπου 20-30 λεπτά, αλλά αυτό εξαρτάται από το σώμα σας, θυμηθείτε, η επιτυχημένη άντληση είναι κάτι που μαθαίνεται. Κάθε διαδικασία άντλησης μπορεί να διαρκεί περισσότερο ή λιγότερο από το χρονικό διάστημα που αναφέρεται εδώ και να έχει ως αποτέλεσμα τη συλλογή μικρότερης ποσότητας γάλακτος. Αυτό δεν σημαίνει ότι το σώμα σας δεν παράγει αρκετό γάλα ή ότι κάνει κάτι λάθος. Το γάλα παράγεται με μια βάση προσφοράς και ζήτησης και η τακτική άντληση σε συνδυασμό με τον θηλασμό του μωρού σας θα βοηθήσει στη διατήρηση και τη διέγερση της προσφοράς.

Αν προκύψουν προβλήματα σχετικά με τον θηλασμό, συμβουλευτείτε κάποιον επαγγελματία υγείας.

Μπορείτε να αντλήτε γάλα από το ένα στήθος, ένα θηλάζετε το μωρό σας με το άλλο. Αυτό θα σας δώσει τη δυνατότητα να μετακινήσετε την απόδοση της άντλησης, καθώς θα χρησιμοποιήσετε το ανατομικό κομμάτι της διέγερσης που έχει προκαλέσει το ροήγραμμα του μωρού σας.

Βεβαιωθείτε ότι ο διαλογος της χροάν έχει μια ελαφριά κλίση

προς τα κάτω, ώστε να διευκολύνει τη φυσική ροή του γάλακτος προς το μπουκάλι.

## Προφυλάξεις κατά την άντληση του μητρικού γάλακτος:

1. ΜΗ ΣΤΑΙΝΑΙΕΤΕ ΤΟ ΜΗΤΡΙΚΟ ΓΑΛΑ ΣΤΟ ΘΥΡΩΝΟ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ! Το ζέσταμα στον φούρνο μικροκυμάτων αλλοιώνει τη σύσταση του γάλακτος και υπάρχει κίνδυνος να δημιουργηθεί «θερμά σημεία» μέσα στο γάλα, τα οποία μπορεί να κάψουν το βρέφος.
2. Ελέγχετε πάντοτε τη θερμοκρασία των υγρών, πριν το δώσετε στο μωρό σας.
3. Μην αφήνετε το παιδί να παίρνει το μπουκάλι στο κρεβάτι ή να πιίνει μόνο για να μεγάλα χρονικά διαστήματα.
4. Για να αποφύγετε τον κίνδυνο πνιγμού, δοκιμάστε την κατάσταση της θηλής τραβώντας την από την άκρη. Διακόψτε τη χρήση της, αν παρατηρήσετε φθορές ή ρωγμές.

6

## Πώς να χρησιμοποιήσετε το χειρωνακτικό θηλάστρο Lansinoh®

Αν είναι δυνατόν, περμιένετε μέχρι να σταθεροποιηθεί η ροή του μητρικού γάλακτος και να καθιερωθεί ένα πρόγραμμα θηλασμού. Γι' αυτό συνήθως χρειάζονται τουλάχιστον 3-4 εβδομάδες μετά από τη γέννα, εκτός αν σας έχει συμβουλευθεί διαφορετικά ο επαγγελματίας υγείας.

1. Πλύνετε καλά τα χέρια σας και φροντίστε να είναι καθαρό το στήθος σας.
2. Βεβαιωθείτε ότι έχετε αποστειρώσει και έχετε συναρμολογήσει προσεκτικά το θηλάστρο, ακριβώς με τον τρόπο που περιγράφουν οι ενότητες «Πώς να καθαρίσετε και να αποστειρώσετε το χειρωνακτικό θηλάστρο Lansinoh®» και «Πώς να συναρμολογήσετε το χειρωνακτικό θηλάστρο Lansinoh®».
3. Τοποθετήστε το άνωμα του θηλάστρου επάνω από τη θηλή σας και πιέστε το απαλά στο στήθος. Βεβαιωθείτε ότι η θηλή βρίσκεται στο κέντρο του διαλόου της χροάν. Πιέστε τη χροάν ComfortFit™ επάνω στο στήθος σας. Βεβαιωθείτε ότι η στεγανοποίηση έχει εφαρμοστεί καλά και ότι δεν διαφεύγει αέρας. Για να εφαρμοστεί καλά η χροάν και να στεγανοποιηθεί, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε το άλλο χέρι για να στρίψετε το στήθος σας από το κάτω μέρος.
4. Αν η θηλή σας δεν μπορεί να κεντραριστεί στη χροάν χωρίς να τριβεται, τότε ίσως πρέπει να χρησιμοποιήσετε τη μεγαλύτερη χροάν ComfortFit™.
4. Πιέστε απαλά προς τα κάτω τη λαβή και θα νιώσετε την αναρρόφηση στο στήθος σας. Δεν χρειάζεται να πιέσετε μέχρι τέλεια τη λαβή για να δημιουργηθεί συνθήκες κενού. Πιέστε μόνο όσο χρειάζεται.
5. Μπορείτε να δημιουργήσετε μια απαλή πίεση αναρρόφησης, για να προετοιμάσετε για την άντληση, γυρνώντας τη λαβή στην πρώτη (επάνω) θέση του στελέχους. Ελέγξτε ότι η θηλή σας κινείται και πιέστε και απελευθερώστε τη λαβή, μέχρι να βρείτε τον ιδανικό ρυθμό.
6. Για να ξεκινήσει η φάση διέγερσης, γυρίστε το στέλεχος στην πρώτη (επάνω) θέση της λαβής και πιέστε τη λαβή. Η ροή του γάλακτος θα αρχίζει σύντομα, ακόμα κι αν δεν εφαρμόσετε όλη την πίεση αναρρόφησης που μπορεί να παράγει το θηλάστρο.
7. Όταν αρχίζει η ροή του γάλακτος (μέσα σε 1 - 2 λεπτά) γυρίστε στη φάση άντλησης. Για να γυρίσετε στη φάση άντλησης, πατήστε απαλά το σημείο «PUSH» στο επάνω μέρος της λαβής, για να θέσετε τη λαβή στη δεύτερη (κάτω) θέση του στελέχους. Συνεχίστε να πιέζετε και να απελευθερώνετε τη λαβή, μέχρι να βρείτε την κατάλληλη πίεση αναρρόφησης.

Αν νιώσετε ότι η πίεση αναρρόφησης δεν είναι αρκετή, πιέστε τη λαβή μέχρι τέλεια. Η πίεση αναρρόφησης αλλάζει ανάλογα με το πόσο δυνατά πιέζετε τη λαβή. Η άνεση σας κατά την άντληση είναι πιο σημαντικός παράγοντας, από μια ισχυρή πίεση αναρρόφησης. Επιλέξτε εκείνη την πίεση αναρρόφησης με την οποία νιώθετε πιο άνετα.

(\*) Για να επαρτεθεί στη φάση διέγερσης από τη φάση άντλησης, (1) τραβήξτε την άκρη του στελέχους προς το μέρος σας, (2) πιέστε απαλά τη λαβή και θέστε την στην πρώτη (επάνω) θέση.

Προειδοποίηση: μη συνεχίσετε την προσπάθεια για άντληση περισσότερο από πέντε λεπτά, αν δεν καταφέρατε να αντλήσετε γάλα. Δοκιμάστε ξανά κάποια άλλη στιγμή της ημέρας. Θυμηθείτε: αν η άντληση σας προκαλεί πόνο ή δυσφορία, πρέπει να σταματήσετε τη χρήση του θηλάστρου και να συμβουλευτείτε έναν επαγγελματία υγείας.

7

## Πώς να φυλάσσετε το μητρικό γάλα

Το μητρικό γάλα πρέπει να φυλάσσεται μέσα σε ένα καθαρό και κλειστό δοχείο.

Μη φυλάσσετε το μητρικό γάλα στην πόρτα του ψυγείου ή του καταψύκτη. Η πόρτα είναι το πιο θερμό σημείο του ψυγείου ή του καταψύκτη εξαιτίας ανισομορφιών. Βάλτε μερμηόμια στο ψυλαγμένο μητρικό γάλα και χρησιμοποιήστε πρώτα το πιο παλιό.

## Δοκιμάστε τα σκαλοκάμια φύλαξης μητρικού γάλακτος Lansinoh®:

- Ιδανικά για τη φύλαξη και την κατάψυξη του μητρικού γάλακτος
- Το πιστοποιημένο διπλό κλείσιμο στεγανοποίησης αποτρέπει τις διαρροές
- Το πιο ισχυρό σκαλοκάμιο που υπάρχουν στην αγορά

Οδηγίες φύλαξης μητρικού γάλακτος		
Πού	Θερμοκρασία	Χρονικά διάστημα
Σε θερμοκρασία δωματίου (ερωμένο γάλα)	19° έως 26° C	4 ώρες (ιδανικό) έως 6 ώρες (αποδοτικό)*
Στο ψυγείο	4° C έως 6° C	72 ώρες (ιδανικό) έως 8 ημέρες (αποδοτικό)**
Σε καταψύκτη	-18° έως -20° C	6 μήνες (ιδανικό) έως 12 μήνες (αποδοτικό)

\* Κατά πρότισηση το γάλα πρέπει να μπαίνει στο ψυγείο ή να καταψύχεται αμέσως μετά από την άντληση του.

Πηγή: La Leche League International

## Αποψύξη

Αποψύξτε το παγωμένο μητρικό γάλα εντός του ψυγείου ή τοποθετήστε το σε κάποιο δοχείο κάτω από τρεχούμενο κρύο νερό. Αιτήστε σταδιακά τη θερμοκρασία του νερού, μέχρι να λιώσει το γάλα. Το γάλα που έχετε αποψύξει μπορεί να διατηρηθεί στο ψυγείο έως και για 24 ώρες. Μην καταψύχετε ξανά το γάλα που έχετε αποψύξει.

Ανακινήστε απαλά το δοχείο με το μητρικό γάλα που έχει αποψύξει, πριν το δώσετε στο μωρό, ώστε να αναδοτούνται τα μέρη που έχουν διαχωριστεί. Το μητρικό γάλα δεν είναι ομογενοποιημένο, οπότε η «κρέμα» του θα ανεβεί στην επιφάνεια του μπουκαλιού. Το μητρικό γάλα μπορεί να διαφέρει σε χρώμα και συνοχή, ανάλογα με την ώρα της ημέρας που αντλήθηκε, από το φαγητό που φάγατε και από την ηλικία του μωρού κατά το διάστημα της άντλησης. Μην ανακινήτε έντονα το μπουκάλι για να αναδοτούνται τα μέρη, καθώς μπορεί να καταστρέψετε τα ενεργά συστατικά του γάλακτος.

Με (εξαιτίας) το μητρικό γάλα στον φούρνο μικροκυμάτων! Το ζέσταμα στον φούρνο μικροκυμάτων αλλοιώνει τη σύσταση του γάλακτος. Επίσης, υπάρχει κίνδυνος να δημιουργηθεί «θερμά σημεία» μέσα στο γάλα, τα οποία μπορεί να κάψουν το βρέφος.

Μη λιώνετε το παγωμένο μητρικό γάλα σε πολύ καυτό ή βραστό νερό.

8

## Αντιμετώπιση προβλήματος σχετικά με το χειρωνακτικό θηλάστρο Lansinoh®

### Αποψύξη αναρρόφησης / Μειωμένη αναρρόφηση

Αν νιώθετε ότι έχει μειωθεί η αναρρόφηση, δοκιμάστε το ακόλουθο:

1. Βεβαιωθείτε ότι τα εξαρτήματα του θηλάστρου έχουν στεγανώσει καλά και η συναρμολόγηση τους έχει γίνει σωστά.
2. Επανεπιβεβαιώστε τη λευκή βαλβίδα για φθορές ή κάποια ρήγμα. Αυτό το εξάρτημα παίζει πολύ σημαντικό ρόλο για την επίτευξη σωστής αναρρόφησης. Αν είναι απαραίτητο, αντικαταστήστε τη λευκή βαλβίδα με το ανατομικό κομμάτι μαζί με το θηλάστρο.

3. Ελέγξτε ότι το διάφραγμα ολικώνης και το στέλεχος έχουν τοποθετηθεί σωστά στο σώμα του θηλάστρου και ότι έχει επιτευχθεί τέλεια στεγανοποίηση.
4. Ελέγξτε ότι η χροάν ComfortFit™ έχει τοποθετηθεί σωστά στο σώμα του θηλάστρου και ότι έχει επιτευχθεί τέλεια στεγανοποίηση.
5. Αν η θηλή σας δεν μπορεί να κεντραριστεί κατά χροάν χωρίς να

τρίβεται, τότε ίσως πρέπει να χρησιμοποιήσετε τη μεγαλύτερη χονδρή ComfortFit™, η οποία περιλαμβάνεται στη συσκευασία.

#### Δεν αντάξει γάλα

- Αν νιώθετε ότι έχει μειωθεί η αναρρόφηση, δοκιμάστε τα ακόλουθα:
  - Βεβαιωθείτε ότι όλα τα εξαρτήματα του θηλάτορα έχουν στεγνώσει καλά και η αναρροή τους έχει γίνει σωστά.
  - Επιθεράστε τη λευκή βελίδα για φόρως ή κάποια τράπεζα. Αυτό το εξάρτημα παίζει πολύ σημαντικό ρόλο για την επίτευξη σωστής αναρρόφησης. Αν είναι απαραίτητο, αντικαταστήστε τη λευκή βελίδα με το ανταλλακτικό που παρέχεται μαζί με το θηλάτορα.
- Ελέγξτε ότι το διάφραγμα αιλκόνικ και το στέλεχος έχουν τοποθετηθεί σωστά στο σώμα του θηλάτορα και ότι έχει επιτεταθεί τέλεια στεγανοποίηση.
- Ελέγξτε ότι η χονδρή ComfortFit™ έχει τοποθετηθεί σωστά στο σώμα του θηλάτορα και ότι έχει επιτεταθεί τέλεια στεγανοποίηση.

#### Πόνος κατά την άντληση

Αν πονάτε κατά την άντληση του γάλακτος, λάβετε υπόψη σας τα ακόλουθα:

- Μπορεί να ασκείτε πολλή δύναμη κατά την άντληση. Δεν είναι απαραίτητο να χρησιμοποιήσετε όλη την πίεση αναρρόφησης που μπορεί να παράγει το θηλάτορα. Δοκιμάστε να πιέσετε τη λαβή μέχρι τη μέση της διαδρομής και θυμηθείτε το συνιστώμενο ρυθμό των 2-3 δευτερολέπτων.
- Μπορεί να χρειάζεστε μεγαλύτερη χονδρή στήθος, οπότε δοκιμάστε τη δεύτερη χονδρή που περιλαμβάνεται στη συσκευασία. Συμβουλευτείτε έναν επαγγελματία υγείας για να κάνει μια εκτίμηση του μεγέθους.

9

## Τάισμα του μητρικού γάλακτος με την περισταλτική θηλή NaturalWave™

Η περισταλτική θηλή NaturalWave™ είναι ειδικά σχεδιασμένη για να:

- Βοηθή να διατηρηθούν τα υπάρχοντα μοτίβα θηλάσμου.
- Κάνει εύκολη την εναλλαγή από το στήθος στο μπουκάλι και πάλι στο στήθος.
- Ενθαρρύνει την κυματοειδή κίνηση της γλώσσας του μωρού.
- Προωθεί την ενδοκρινική ενέργεια ρουφιγγμάτων για φυσική στοματική ανάπτυξη.



#### 1. Σύνδεση

Τα χείλια αναχθούν προς τα έξω και προσκαλύπτουν στην κοιλότητα.



#### 2. Περισταλτική κίνηση της γλώσσας

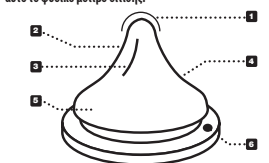
Η γλώσσα κάνει μια απαλή κυματοειδή κίνηση για να πιέσει τη θηλή και να βγει το γάλα. Αυτό ενθαρρύνει τη φυσική ανάπτυξη του στόματος, του σθenoτικού και του προσώπου.



#### 3. Κατάποση

Το πίσω μέρος της γλώσσας του μωρού ανασηκώνεται και οδηγεί το γάλα στον οισοφάγο.

Η περισταλτική θηλή NaturalWave™ έχει σχεδιαστεί κατάλληλα και είναι κλιμακωτά αποδεδειγμένο ότι ενθαρρύνει αυτό το φυσικό μοτίβο στήθους.



- Άκρη της θηλής  
Το μωρό ελέγχει τη ροή του γάλακτος.

- Μαλακή, 100% από αιλκόνικ
- Τεντώνεται και λυγίζει για βέλτιστη ουσμείση.
- Ευεστρέστες κλίσεις, λιπίδες  
Ενισχύουν τη δομή της θηλής, προστατεύοντάς την από το σπασμό.
- Μοναδικό σχεδιασμό βαθμιωτής κλίσης  
Ευκολύνει την απαλή περισταλτική κίνηση της γλώσσας.
- Ευρεία βάση θηλής  
Εύκολη προσαρμογή και αποτελεσματική αναρρόφηση.
- AVS™  
Μειώνει την ψύλληση αέρα, ενός παράγοντα που μπορεί να προκαλέσει κολικούς.

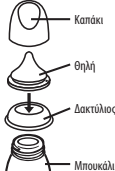
#### Η εύχρηστη θηλή ενιαίου σχεδιασμού διατίθεται σε μεγέθη 9H, 9B, 9C, 9D και 9E.

Συνιστάται, κατά τους πρώτους 6 μήνες της ζωής του, το μωρό να τρέφεται αποκλειστικά με το θηλάτορα. Πρέπει να έχουν γίνει γερές βάσεις για τον θηλάτορα και την παραγωγή μητρικού γάλακτος, πριν δοσέτε στο μωρό μητρικό.

**Οδηγίες χρήσης:** Γεμίστε με την απαιτητή ποσότητα γουρού και βιδώστε το καπάκι. Δεν συνιστάται το ζέσταμα στον φούφο μικροκυμάτων, αν επλύνετε με ζεστό νερό την τροφή στον φούφο μικροκυμάτων, μην κλείνετε το μπουκάλι. Αν πρόκειται να μπει στον φούφο μικροκυμάτων, αφαιρέστε τη θηλή, τον δακτύλιο και το καπάκι. Ανανησύνετε καλά πριν από τη χρήση και ελέγξτε τη θερμοκρασία, πριν το δοσέτε στο μωρό. Η μη ομοιόμορφη κατανομή της θερμοκρασίας στην τροφή μπορεί να κάνει το στόμα του μωρού. Μη ζεσταίνετε το μητρικό γάλα στον φούφο μικροκυμάτων, καθώς το μικροκύματα αλλάζουν το χημικό του γάλακτος. Καθαρίστε το προϊόν, πριν από την πρώτη χρήση. Για να διασφαλίσετε την υγιεινή του προϊόντος, βάλτε τη θηλή και το μπουκάλι, μαζί με όλα τα εξαρτήματά τους, μέσα σε βραστό νερό για 5 λεπτά, πριν να χρησιμοποιήσετε. Όταν κομμάτια ένα γεμάτο μπουκάλι, βεβαιωθείτε ότι είναι καλά κλεισμένο με το καπάκι στη θέση του, φρονιζιζιζι να έχετε τοποθετήσει τη θηλή στο κέντρο του καπακιού, ώστε να διασφαλίσετε ότι λειτουργεί σωστά η ασφαλεία κατά των διαρροών που προφέρει το προϊόν.

**Καθαρισμός:** Πριν από την πρώτη χρήση, τοποθετήστε το προϊόν σε βραστό νερό επί 5 λεπτά, αφήστε το να κρυώσει και ξεπλύνετε καλά όλα τα εξαρτήματά του μπουκαλιού. Αυτό γίνεται για να διασφαλίσετε η υγιεινή. Στη συνέχεια, το μπουκάλι μπορεί να πλυθεί στο επάνω μέρος του πλυντηρίου πιάτων και μπορεί να αποστειρωθεί (ανωστό) τόσο σε φούφο μικροκυμάτων όσο και σε ειδικό αποστειρωτή. Πλένετε πάντοτε όλα τα εξαρτήματα του προϊόντος, αμέσως μετά από κάθε χρήση. Πλύνετε σε ζεστό νερό με σαπουνάδα και ξεπλύνετε με άφθονο νερό. Καθαρίστε το πριν από κάθε χρήση.

**Συνομιλοποίηση:** Αφού στεγνώσετε επιμελώς τη θηλή ταισίματος, τοποθετήστε την στο επάνω μέρος του βιδωτού δακτυλίου. Στερεώστε καλά τον βιδωτό δακτύλιο στον λαμό του μπουκαλιού.



Τοποθετήστε τη θηλή στο επάνω μέρος του δακτυλίου

**Προφυλάξεις:** Όταν δεν χρησιμοποιείτε το προϊόν, φυλάξτε το σε στεγνό και καλυμμένο χώρο. Η χρήση αυτού του προϊόντος πρέπει να γίνεται πάντοτε υπό την επίβλεψη ενήλικου. Μην το καθαρίζετε, φυλάσσετε ή αφήνετε να έρθει σε επαφή με διαλυτές ή ισχυρές χημικές ουσίες, μπορεί να υποστεί βλάβη. Μην αφήνετε το προϊόν κάτω από τον ήλιο ή κοντά σε πηγές θερμότητας και μην το αφήνετε μέσα σε απολυμαντικά (αποστειρωτικό διάλυμα) για χρονικό διάστημα μεγαλύτερο από το συνιστώμενο. Μη θερμαίνετε το υγρό τοποθετημένα το κινέλλο απευθείας επάνω σε εστιακή αερίου ή ηλεκτρικά μάτια κοινόχων, θερμικές πλάκες, ηλεκτρικούς φούφους, κ.τ.λ.

**Για την ασφαλεία και την υγεία του παιδιού σας**  
**ΠΡΟΕΙΔΩΠΟΙΗΣΗ** Η χρήση αυτού του προϊόντος πρέπει να γίνεται πάντοτε υπό την επίβλεψη ενήλικου. Μη χρησιμοποιείτε ποτέ τις θηλές ταισίματος, σαν πιπίλα. Το συνεχόμενο και παρατεταμένο ρούφιγμα γυρνά θω προκαλεί οσάμμα των δοντιών. Ελέγξτε

πάντοτε τη θερμοκρασία της τροφής, πριν από το τάισμα. Διαπρέψτε όλα τα εξαρτήματα που δεν χρησιμοποιείτε μακριά από παιδιά. Μην αφήνετε το μωρό να πιει μόνο με τον εξοπλισμό, καθώς υπάρχει κίνδυνος πνιγμού, ανάρτησης του μωρού ή αποσυμφορήσεως του αντρού.

**ΠΡΟΕΙΔΩΠΟΙΗΣΗ:** Το οσάμμα των δοντιών σε μακά παιδιά μπορεί να προκύψει ακόμα και όταν δεν χρησιμοποιούνται ζυγοσώματα υγρά. Μπορεί να προκύψει αν το μωρό χρησιμοποιεί το μπουκάλι/κινέλλο για μεγάλο χρονικό διάστημα κατά τη διάρκεια της ημέρας, και ειδικά κατά τη διάρκεια της νύχτας, όταν μειώνεται η ροή των οσάλων ή όταν χρησιμοποιούνται ως πιπίλα. Μην αφήνετε τη θηλή κάτω από τον ήλιο ή κοντά σε πηγές θερμότητας και μην την αφήνετε μέσα σε απολυμαντικά (αποστειρωτικό διάλυμα) για χρονικό διάστημα μεγαλύτερο από το συνιστώμενο, καθώς μπορεί να αλλοιωθεί. Ελέγξτε την πριν από κάθε χρήση. Πεταίνετε την όταν εντοπίσετε τα πρώτα σημάδια φθοράς ή αλλοίωσης. Αντικαταστήστε τη θηλή κάθε 7 εβδομάδες, για λόγους ασφαλείας και υγιεινής. Τραβήξτε τη θηλή ταισίματος απ' όλες τις κατευθύνσεις, προκειμένου να την ελέγξετε.

**ΠΡΟΣΟΧΗ:** ορισμένοι χοροί είναι στείροι και το διάλυμα μπορεί να κάνουν τη αιλκόνικ οσάφορη. Αυτό δεν αλλάζει κάποια από τις ιδιότητες της. Μη ζεσταίνετε το μητρικό γάλα στον φούφο μικροκυμάτων, καθώς τα μικροκύματα αλλάζουν τη σύσταση του γάλακτος. Το ζέσταμα στον φούφο μικροκυμάτων μπορεί να προκαλέσει τοπικά υπερβολικά αύξηση της θερμοκρασίας. Δώστε ιδιαίτερη προσοχή κατά το ζέσταμα σε φούφο μικροκυμάτων. Ανακατεύετε πάντοτε το φαγητό, ώστε να διασφαλίσετε την ίση κατανομή της θερμότητας, και ελέγχετε τη θερμοκρασία του φαγητού, πριν το οεφρίσετε.

**ΠΡΟΕΙΔΩΠΟΙΗΣΗ:** Τα υλικά συσκευασίας δεν αποτελούν μέρος του προϊόντος. Για την ασφαλεία του παιδιού σας, παρακαλώ βεβαιωθείτε να αφαιρέσετε όλα τα απορρίπτετα όλα τα υλικά συσκευασίας, πριν από τη χρήση, αλλά να διατηρήσετε τις οδηγίες χρήσης για να ανατρέξετε σε αυτές μελλοντικά. Αφήστε το αναπό το φούφο μικροκυμάτων.



**Manufacturer: Lansinoh Laboratories  
Saglik Gereceleri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.  
Zafer Sah Mah. Ganderik Sok. No:13 E.S.B  
Gazimierz / Izmir / Turkiye**



#### LANSINOH® KÉZI MELLSZÍVÓ HASZNÁLATI UTÁTÍTÁS

Gratulálunk döntéséhez, hogy a szoptatást választotta, és ezzel gyermekének a lehető legjobb táplálékot biztosítja. Jól ismert a szoptatásból eredő sok előny, amely mind Önnek, mind a szoptatás alatt válik. Az anyajete mindig a legjobb táplálék, de néha nem könnyű megoldani, hogy gyermeke anyajeteit kaphjon, ha Ön távol van tőle. A szoptás különleges erőfeszítés is kíván, legyen bízósza arra, hogy gyermeke táplálására a tökéletes megoldást választotta, biztosítsa számára ezzel az ideális növekedést és fejlődést. Kézi mellszívók azoknak az anyáknak terveztek, akik gyors és könnyű megoldást szeretnének az alkalmankénti mellszívásra és a kézi mellszívást részesítik előnyben.

#### Használati útmutató:

Kérjük szánjon rá néhány percet, hogy elolvassa a használati útmutatót, mielőtt először használja a Lansinoh® kézi mellszívót.

- A Lansinoh® kézi mellszívó bemutatása
- A Lansinoh® kézi mellszívó alkatermei
- Hogyan sterilizálja és tisztítsa a Lansinoh® kézi mellszívót
- Hogyan állítsa össze a Lansinoh® kézi mellszívót
- Javaslatok és ötletek a fejés megkönnyítéséhez
- Hogyan használja a Lansinoh® kézi mellszívót
- Hogyan tárolja a lefejt anyajeteit
- Hibaelhárítás a Lansinoh® kézi mellszívóhoz
- Anyajete tételese a NaturalWave™ természetes hullámulmányú etetőcumival

1

## A Lansinoh® kézi mellszívó bemutatása

A Lansinoh® kézi mellszívó kialakítása a szoptató édesanyák igényeinek figyelembevételével készült. A mellszívó működésének két fázisa van: a stimuláló és a fejszi, melyek között könnyedén válthat a mellszívó kar helyzetének megváltoztatásával. A ComfortFit™ stimuláló szívófej által biztosított zárodás kényelmes és hatékony szívást, valamint gyors tejáramlást eredményez. A két szülészes nyakú cumisüveg kompatibilis a teljes Lansinoh® mellszívó családdal. A dobozban NaturalWave™ természetes hullámvonalú lassú folyadékutócsúmi is van, ami lehetővé teszi, hogy a baba utána a szopáskor jellemző szívást akkor is, amikor a levejt tejet cumisüvegből eszi. A mellszívó könnyedén összedlítható, használható és tisztítható.

A szoptatás a legjobb. A kizárólagos szoptatás bizonyítottan a legjobb választás gyermeke számára és minden tápanyagot tartalmaz, amire neki az első 6 hónapban szüksége van. A szoptatás segít kialakítani az édesanya és gyermeke közötti szoros kötődést, és számtalan további hosszú távú előnye is van.

2

## A Lansinoh® kézi mellszívó alkatrészei

(Appendix A)

- A ComfortFit™ stimuláló szívófej
- B Mellszívó test
- C Szilikon membrán
- D Membrán szár
- E Kar
- F Üveg leszorító gyűrű és tejjáró
- G Fehér szelep
- H Tejtároló talp

### 2 fázisú technológia

A mellszívónak két különböző fázisa van a stimuláló és a fejszi. Könnyedén válthat a két fázis között a kar membránzárhoz viszonyított helyzetének megváltoztatásával.

### Stimuláló fázis

Ez a fázis gyengéden stimulálja a mellet. Úgy terveztek, hogy utánozza a szoptatás első fázisát (a baba szopását az etetés kezdetén). Jellemzője, hogy ösztönzi a tejleadást és beindítja a tejáramlást. A karnak a membránzárral felső rovatkájába való helyezésével gyengéd szívóerőt tud kifejteni, a kar gyors mozgásával.



### Fejszi fázis

Ez a fázis lehetővé teszi a tej kiürítését a mellből. Változt az ebbe a módba úgy, hogy helyezze a kart a membrán szár alsó rovatkájába. A legerősebb szívóerő kifejtéséhez teljesen nyomja le a kart. A gyengébb szíváséréséhez kevésbé nyomja le.

3

## Hogyan tisztítsa és sterilizálja Lansinoh® kézi mellszívóját

Első használat előtt teljesen szerelje szét a mellszívót (távolítsa el a szilikon membránt, a membrán szárat, a ComfortFit™ stimuláló szívófejet, a fehér szelepet és szedje szét a cumisüveget, a tetőt és a leszorító gyűrűt).

### Tisztítás:

A szívófej, az üveg, a kar és a tejtároló talp a mosogatógép felső részében vagy kézzel, mosogatószeres vízzel tisztítható. Ne használjon erre oldószer vagy sűrűlőszert! Öblítse le tiszta meleg vízzel. A fehér szelep, a szilikon membrán, a ComfortSeal™ stimuláló szívófej is tisztítható mosogatógépben, de az élettartam növelése érdekében kézi mosogatást javasolunk. Minden alkatrészt teljesen szárítson meg.

**Figurelem:** A fehér szelep tisztításakor legyen különösen óvatos. Ez nagyon fontos a megfelelő szívóerőhöz. Ne dörzsölje túlzottan és ne használjon kefért a tisztításhoz. Finomra, kézzel mosogassa el meleg mosogatószeres vízzel és öblítse le folyékony meleg vízzel.

### Sterilizálás:

**Sterilizálás forralással:** minden alkatrészt tegyen olyan mennyiségű vízbe, hogy az bőven ellepje, majd fedje le az edényt, és forrástól számított 10 percig használhatja. Megjegyzés: fontos, hogy elegendő vizet használjon, amiben minden alkatrészt szabadon lebeghet forralás közben.

**Higed sterilizálás:** készítsen el az oldatot tálletről vagy folyadékból. Minden alkatrészt merítsen bele az oldatba és ellenőrizze, hogy az alkatrészek között ne maradjon levegő. Hagyja az oldatban az alkatrészeket és készítsen új oldatot a gyártók használati útmutatásai szerint.

**Sterilizálás gőz vagy mikrohullámú sterilizáló készülékkel:** kövesse a gyártó használati útmutatásait. Minden alkatrészt fejjel lefelé tegyen a sterilizálóba. Mielőtt az alkatrészeket kivenné a sterilizálóból, mosson kezet.

4

## Hogyan állítsa össze Lansinoh® kézi mellszívóját

**Megjegyzés:** a kézi mellszívó összeállítása előtt győződjön meg róla, hogy minden alkatrészt a használati útmutató 3. fejezetében leírtaknak megfelelően megtisztított és sterilizált.

(Appendix B)

- 1 Alaposan mosson kezet.
- 2 Tegye a szárat a szilikon membránra.
- 3 Helyezze a szárral ellátott szilikon membránt a mellszívó testre. Ujjával lenyomva győződjön meg róla, hogy biztonságosan illeszkedik a peremre, mert így biztosítja a tökéletes zárodást.\*
- 4 Óvatosan helyezze a fehér szelepet alulról a mellszívó testbe, úgy hogy a fehér szelep párhuzamos legyen a mellszívó testével. Mincs szükség nagy erőfeszítésre a fehér szelep felhelyezéséhez. Amennyiben nehezen tudja eltávolítani a szelepet, akkor túl mélyre tolt.
- 5 Csavarja az üveget a mellszívó testbe.
- 6 Helyezze a kart a membránzárral alá és óvatosan nyomja a kart lefelé, ami az a helyére nem kattan.
- 7 Állítsa a membránzárrát és a kart úgy, hogy a kar a szár felső rovatkájába illeszkedjen a stimuláló fázishoz.\*\*
- 8 Helyezze rá a ComfortFit™ stimuláló szívófejet a mellszívó testre.
- 9 A mellszívó stabilitásának érdekében helyezze az üveget a tejtároló talpra.
- 10 Amikor az összeállítással elkészült, a mellszívónak így kell kinéznie.

\* Az alkatrészeket úgy tervezték, hogy tökéletesen illeszkedjenek. Az összeállítás megkönnyítéséhez végezze nedvesítse meg a szilikon membrán peremét.

\*\* A mellszívónak két különböző fázisa van, stimuláló és fejszi. Könnyedén válthat a két fázis között,

a kar membránzárhoz viszonyított helyzetének megváltoztatásával.

5

## Javaslatok a mellszívó használatához

Ismerkedjen meg a mellszívóval és alkatrészeivel használat előtt.

A sikeres mellszívóhoz legfontosabb a tejeleadó reflex kiváltása, ami a tej áramlását indítja el. A következők segíthetik a természetes reflex beindításában: a megmelegített Lansinoh® Theragogy mellpárna használata, valamint a mell gyengéd körkörös masszázsa a bimbó irányába, mellszívás előtt és alatt.

A mellszívásra olyan időt próbáljon választani, amikor nem sűrűgrik, várhatja meg. Próbáljon ellazulni, gondoljon gyermeke vagy nézesse fényképeket, ezek megkönnyíthetik a mellszívást.

Az egész folyamat kb. 20-30 percig tarthat, de ez egyénileg változhat. Gondoljon arra, hogy a sikeres mellszívás gyakoriság kérdése is. Első alkalomkor rövidebb vagy hosszabb idő is lehet és néha csak kis mennyiségű levejt tejet eredményez. Ez nem jelenti, hogy nincs elegendő teje, vagy hogy valamin rosszul csinál. A tejeválasztás a kereslet-kinálat elvén alapul, ezért a szoptatás melletti rendszeres fejszi stimulálja a tejeleadást és szinten tartja a tejeválasztást.

Tejtermelési problémák esetén konzultáljon egészségügyi szakemberrel.

Amíg babáját szoptatja, addig a másik melléből leszívhatja a tejet. Ez maximális hatékonyságot eredményez, mert kihasználja a gyermeke szopásával kiváltott tejküürülési reflexet.

Győződjön meg arról, hogy a stimuláló szívófej enyhén lefelé irányul, mert ez segíti a tej üvegbe jutását.

### Övintézkedések levejt tejet etetésekor:

1. SOHA NE MELEGÍTSE A TEJET MIKROHULLÁMÚ KÉSZÜLKÉBEI! A mikrohullámú készülék megváltoztatja a tej összetételét és a tejet "forró pontok" keletkezhetnek, ami megégethetik a baba száját.
2. Mindig ellenőrizze a folyadék hőmérsékletét etetés előtt.
3. Soha ne engedje, hogy gyermeke az ágyában egyedül legyen a cumisüvegből, vagy hosszú ideig szopogassa az etetőcsúmit.
4. A fulladás elkerülése érdekében ellenőrizze az etetőcsúmi épségét húzózással. Ne használja, ha bármilyen sérülést vagy repedést észlel.

6

## Hogyan használja a Lansinoh® kézi mellszívó készülékét

Amennyiben lehetséges, várjon a használattal, ami a szoptatás rendszerre és a tejeválasztás megalapozott lesz. Ez lehet a szülést követő 3.-4. hét, de egészségügyi szakember mást is javasolhat.

1. Alaposan mosson kezet és győződjön meg róla, hogy melle tiszta.
2. Ellenőrizze, hogy sterilizálta és gondosan összeállította-e a mellszívót, úgy, hogy a "Hogyan tisztítsa és sterilizálja Lansinoh® kézi mellszívóját" és a "Hogyan állítsa össze Lansinoh® kézi mellszívóját" fejezetekben le van írva.
3. Helyezze a szívófejet a mellére és gyengéden nyomja a melléhez. Bizonyosodjon meg arról, hogy a mellbimbója a stimuláló szívófej tölcser részének közepére néz. Tartsa a ComfortFit™ stimuláló szívófejet a melléhez úgy, hogy biztosan illeszkedjen és ne jusson közé levegő. Ebben segíthet, ha másik kezével alulról a mellét megtámasztja.

Amennyiben a bimbóját nem tudja a tölcsér közepé felé fordítani úgy, hogy az ne érjen hozzá, akkor a nagyobb méretű ComfortFit™ stimuláló szivőfeje nyak színesége.

- Amikor finomra lenyomja a kart, a szivást éreznie kell. A vákuum létrehozásához nem kell teljesen lenyomnia a kart, csak annyire szükséges.
- Gyengéd szivóerőt tud kifejtetni a fejés megkezdésekor, ha a membránszár felső rovtájába illeszti a kart. Ellenőrizze, hogy a melle mozog és pumpáljon a karral olyan sebességgel, ami a lehetőlegényabb.
- A stimuláló fázishoz helyezze a membránszár felső rovtájába a kart és nyomja le. Teje már ebben a fázisban is ürülhet, attól függetlenül, hogy nem használja ki a mellszívó teljes szivóerőjét.
- Amint a teje csapegni kezd (1-2 perc), váltsát át fejési fázisba. A fejési fázisba váltáshoz gyengédn nyomja meg a "PUSH/ NYOMNI" részt a kart tetején és tegye át a kart a membránszár alsó rovtájába. Folytassa a pumpálást, amíg a megfelelő szivóerőséget megtalálja.

Abban az esetben, ha a fejés közben a szivóerőséget gyengének érzi, nyomja le jobban a kart. A szivóerőség függ attól, hogy milyen mélyre nyomja a kart. Az a fejés, ami még kényelmes, eredményesebb lehet, mint a fájdalmas. Olyan szivóerőséget válasszon a fejéshez, ami még nem okoz jelentős fájdalmat.

\*A fejési fázisból a stimuláló fázishoz történő visszatéréskor (1) húzza a membránszár tetejét maga felé és (2) a kart gyöngédn nyomja le, majd helyezze a felső rovtájába.

**Vigyázat:** ne folytassa a fejést 5 percnél tovább, ha nincs eredmény. Próbálkozzon más időpontban. Ne felejtse, amennyiben a mellszívás fájdalommal jár vagy nagyon kényelmetlen, hagyja abba a mellszívó használatát, konzultáljon egészségügyi szakemberrel.

7

## Hogyan tárolja a lefejt tejet?

Az anyatejet tiszta, zárt anyatejtárolóba kell tárolni. Ne tegye az anyatejet a hűtő vagy a mélyhűtőszekrény ajtajába. Az ajtó a legmelegebb része a hűtő vagy a mélyhűtőszekrénynek, a nyitás, zárás miatt. Mindig írja rá a dátumot az anyatejtárolóra és a legregebbit használja előbb!

### Próbálja ki a Lansinoh® anyatejtároló zacsokait:

- Ideális az anyatej tárolására és fagyasztdására
- A dupla szimítózá megelözi a kifolyást, kiömlést
- A legregebb zacsók

Anyatej tárolási útmutató		
Hol	Hörmérséklet	Tárolási idő
Szobahörmérsékleten (friss anyatej)	19° - 26°C -ig	4 óra (ideális) 6 óra (elfogadható)*
Hűtőszekrényben	4°C - 6°C -ig	72 óra (ideális) 8 nap (elfogadható)**
Mélyhűtőben	-18° - 20°C -ig	6 hónap (ideális) 12 hónap (elfogadható)

\* Javassát az anyatejet fejés után azonnal lehűteni és hűtőbe tenni.

Hivatkozás: La Leche League International (Feltételek: steril, biztonságos eszközhasználatot stb.)

### Felhasználás

A lefagyasztott tejet hűtőszekrényben: olvassza fel, vagy helyezze az edényt hideg folyóvíz alá, lassan emelve hőmérsékletét, amíg a tej fel nem olvad. A lefagyasztott tejt bontatlanul 24 óráig tárolhatja hűtőszekrényben. A már lefagyasztott tejet ne fagyassza újra.

Etetés előtt óvatosan keverje meg a lefagyasztott tejet, hogy a székvált rétegek összekeveredjenek. Az anyatej nem homogenizált, ezért a "tejszín" a felszínre fog emelkedni. Színe és állaga változhat attól, hogy a fejés

melyik napszakban történt, de függ az anya étrendjétől és a gyermek korától. Ne rázza erősen az üveget, mert sérülhetnek a tej "elő" alkotóelemei.

Ne tegye mikrohullámú készülékbe az anyatejet, mert megváltoztatja a tej összetételét. A mikrohullámú készülékben való melegítés során "forró pontok" keletkezhetnek a tejben, melyek megegethetik a baba száját.

Ne olvassza fel az anyatejet forró vagy forrásban lévő vízben!

8

## A Lansinoh® kézi mellszívó hibáinak elhárítása

### Szíváshány / csökken szivóerőség

Amennyiben úgy érzi, hogy a szivóerőség csökken, próbálja meg a következőket:

- Győződjön meg róla, hogy a mellszívó és valamennyi alkatrésze helyesen lett összeállítva.
- Ellenőrizze a fehér szelepet, hogy nincs-e rajta szakadás vagy lyuk. Ez az alkatrész kulcsfontosságú a megfelelő szivóerőség eléréséhez. Amennyiben szükséges, cserélje le a fehér szelepet a tartalék szelepre, amit a mellszívóval kapott.
- Gondoskodjon arról, hogy a szilikon membrán szorosan illeszkedjen a mellszívó testéhez és tökéletesen záródjon.
- Gondoskodjon arról, hogy a ComfortFit™ stimuláló szivőfeje szorosan illeszkedjen a mellszívó testéhez és tökéletesen záródjon.
- Amennyiben a bimbóját nem tudja a tölcsér közepé felé fordítani úgy, hogy az ne érjen hozzá, akkor a nagyobb méretű ComfortFit™ stimuláló szivőfeje nyak színesége, ami a csomagban van.

### Nincs tej

Amennyiben úgy érzi, hogy a szivóerőség csökken, próbálja meg a következőket:

- Győződjön meg róla, hogy a mellszívó és valamennyi alkatrésze helyesen lett összeállítva.
- Ellenőrizze a fehér szelepet, hogy nincs-e rajta szakadás vagy lyuk. Ez az alkatrész kulcsfontosságú a megfelelő szivóerőség eléréséhez. Amennyiben szükséges, cserélje le a fehér szelepet a tartalék szelepre, amit a mellszívóval kapott.
- Gondoskodjon arról, hogy a szilikon membrán szorosan illeszkedjen a mellszívó testéhez és tökéletesen záródjon.
- Gondoskodjon arról, hogy a ComfortFit™ stimuláló szivőfeje szorosan illeszkedjen a mellszívó testéhez és tökéletesen záródjon.

### Mellszívás közben jelentkező fájdalom

Amennyiben fájdalmat érez mellszívás közben, próbálja meg a következőket:

- Lehet, hogy túl erősen pumpál. Elképzelhető, hogy nincs feltétlenül szükség a mellszívó teljes szivóerőségére. Próbálja ki, hogy csak kevésbé nyomja le a kart és ne felelkezzen meg a 2-3 másodperces ajánlott ritmusról.
- Lehet, hogy kisebb vagy nagyobb szivófeje nyak színesége. Próbálja ki a másik szivófejet, amit a csomagban talál. Konzultáljon egészségügyi szakemberrel is a megfelelő méretről.

9

## Anyatej etetésre NaturalWave™ természetes hullámvonalú etetőcumival

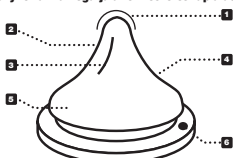
### A NaturalWave™ természetes hullámvonalú etetőcumit úgy tervezték, hogy:

- Segít fenntartani a bevált szoptatási módot.
- Könnyedén válthat cumisüvegről szoptatásra és vissza.
- A baba nyelvé hullámszerű mozgásra ösztönzi.
- Támogatja a legtermészetesebbet a szoptást, a száj és az állkapocs természetes fejlődését.



- Ráharapás**  
Ajkait kifelé fordítva rátapad a bimbóúdvarrra.
- Perisztaltikus nyelvmozgás**  
A baba nyelve "hullámszerű" mozgással és a kialakuló vákuummal üríti ki a tejet a mellből. Ez a folyamat támogatja a száj és az állkapocs fejlődését.  
**Tény:** a baba nyelve a hullámszerű mozgást 800-1000 alkalmmal ismételi meg egy szoptatás alatt.
- Nyelés**  
A baba nyelvének hátsó része megemelkedik és a tejet a nyelősőbe vezeti.

**A NaturalWave™ természetes etetőcumival hullámvonalú kialakítású, klinikailag bizonyítottan támogatja a természetes táplálást.**



- Etetőcumis csűcs**  
A baba szabályozza a tejáramlást.  
Puha 100% szilikon  
Nyúlköny és rugalmas, optimálisan összenyomható.
- A belső, függleges, kiemelkedő csíkok megerősítik a cumi anyagát, behorpadás mentessé teszik.
- Egyedülálló, fokozatosan döntött kialakítása lehetővé teszi a hullámszerű nyelvmozgást.
- Szűles ápaló, texturált etetőcumit  
Könnyű ráharapáshoz és a hatékony táplálásért.
- AVS™**  
Csökkenti a lenyelt levegőt, ami hasfájást okoz.

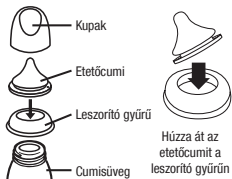
### Egy daraból készített, egyszerűen használható etetőcumit, lassú, közepes és gyors folyásereőséggel.

A kizárólagos anyatejes táplálás a baba 6 hónapos koráig javasolt. A szoptatásnak és a fejésnek kell megalapoznia a gyermek etetését, mielőtt a cumisüveg és az etetőcumi bevezetésre kerül.

**Használati útmutató:** töltsse meg a szükséges mennyiségű folyadékot az üveget, majd csavarja rá a leszorító gyűrűt. Mikrohullámú készülék használata nem ajánlott. Amennyiben a mikrohullámú készülékben történő melegítés választja, ne zárja le az üveget. Vegye le az etetőcumit, a leszorító gyűrűt és a tejt is a mikrohullámú készülék használatakor. Jól zárás össze etetés előtt, és mindig ellenőrizze a hőmérsékletet, mielőtt gyermekének adná! Az egyenetlenül meleg étel megegetheti a baba száját. Anyatejet ne melegítsen mikrohullámú készülékben, mert megváltoztatja a tej összetételét. Használat előtt tisztítsa meg a terméket. A higiénia érdekében használat előtt tegye az etetőcumit, az üveget és minden alkatrészt 5 percre forrásban lévő vízbe. Megtöltött cumisüveg esetében győződjön meg arról, hogy a leszorító gyűrű a helyén van, ellenőrizze, hogy az etetőcumit teje a közepével egyenlőben legyen, mert így biztosított a "csöpögésmentesség".

**Tisztítás:** Az első használat előtt öblítsen le minden alkatrészt, majd tegye olyan mennyiségű vízbe, hogy az bőven ellepje, fedje le az edényt, és forrástól számított 5 percig forralja, majd hagyja kihűlni. Ezután tisztítsa a higiénit! Használat után a sterilizáló mosogatógép felső polcán is elmosogathatja, sterilizálhatja szűzétápsze mikrohullámú vagy speciális sterilizáló készülékben. Minden használat után mielőbbi mosogassa el az összes alkatrészt meleg mosogatószerszettel és öblítse el alaposan.

**Összeállítás:** miután alaposan megvárásztotta, húzza át az etetőcumit a leszorító gyűrűn. Csavarja a leszorító gyűrűt szorosan a cumisüveg nyakára.



**Vigyázat:** Amikor nem használja, tárolja száraz, biztonságos helyen. A terméket mindig felhőjezte mellett használja. Ne tisztítsa, tárolja vagy engedje, hogy érintkezzen oldószerrel vagy erős vegyszerekkel, mert ez sérülést okozhat. Ne hagyja a terméket közvetlen hőnek vagy napfélnak kitűve, vagy fertőtlenítő szerekben ("sterilizáló megoldások") hosszabb ideig, mint az javasolt. Ne tegye a folyadékmal megtöltött üveget közvetlenül gáz vagy elektromos készülékre, se sütište stb.

#### Gyermeke biztonsága és egészsége érdekében

**FIGYELMEZTETÉS:** A terméket mindig szülő felügyelete mellett használja. Soha ne használja az etetőcumit játszócsukának. A folyadék folyamatos és hosszú idejű szopogatása fogszvasodást okoz. Mindig ellenőrizze az étel hőmérsékletét etetés előtt. A használaton kívüli alkatrészeket tartsa távol gyermekektől. Ne hagyja gyermekeket egyedül ivás közben, mert a gyerek eleshet, vagy a termék megsemmisülhet és fennáll a fulladás veszélye.

**FIGYELMEZTETÉS:** Fogszvasodás akkor is lehet, amikor gyermeke édesítés nélkül folyadékot iszik. Ez akkor lehetséges, ha megengedi, hogy gyermeke a cumisüveg/italót hosszú ideig nappal és részben éjszaka, amikor kevesebb a nyáltermelés, játszócsuknak használja. Ne hagyja a terméket közvetlen hőnek vagy napfélnak kitűve, vagy fertőtlenítő szerekben ("sterilizáló megoldások") hosszabb ideig, mint az javasolt. Dobja el a sérülést vagy gyengülést első jeleire. Szerelje ki az etetőcumit 7 hetenként, biztonsági és higiéniai okok miatt. Húzóegység meg az etetőcumit minden irányba, hogy ellenőrizze épségét.

**FIGYELEM:** Néhány gyümölcslé, a sterilizálási megoldás a szilikont opóssá teszi. Ez nem változtatja meg az anyag tulajdonságait. Ne melegítse az anyajeteit mikrohullámú készülékben, mert a helyenként magas hőmérséklet megváltoztathatja a tej összetételét. Etetés során extra gondossággal járjon el, ha mikrohullámú készülékben melegített. Mindig óvatosan össze a meglemegetett ételt, hogy az egyenletesen meleg legyen és ellenőrizze a hőmérsékletet etetés előtt.

**FIGYELMEZTETÉS:** A csomagolás nem a termék része. Gyermeke biztonsága érdekében távolítsa el a csomagolást és dobja el használat előtt, de olvassa el és tartsa meg a használati útmutatót, hogy később is tájékozott tudjon. Mikrohullámú készülékben hagyja nyitva.

**Manufacturer: Lansinoh Laboratories  
Saglik Gerecleri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.  
Zafer SB Mah. Gunduz SK. No:13 E.S.B  
Gaziemir / Izmir / Turkiye**

**FIGN**  
**LANSINOH®**  
**KÁSIKÁYTTÓINEN RINTAPUMPU**  
**KÁYTTÓOHJE**

Onnitelut päätöksellesi antaa imettämällä vauvalles hyvä alkú elämälle. Imetyksen terveyshyödyt vauvalles ja itellesi on hyvin dokumentoitu. Vaikka rintamaito on aina parasta, sen antaminen poissaollessasi ei ole aina helppoa. Tämä vaatii erityistä vaivannäköä ja voit olla ylipä päätöksestäsi antaa vauvasi kasvulle

ja kehitykselle työllistävää ravintoa. Käsiikäyttöinen rintapumppu on kehitetty helpoksi ja nopeaksi äideille, joiden täytyy pumpata satunnaisesti ja arvostavat käsiänsä pumpun mukavuutta.

#### Käyttöohje:

Pyydämme sinua käyttämään hetken lukeaksesi huolellisesti läpi tämän käyttöohjeen ennen Lansinoh®-rintapumpun ensimmäistä käyttöä.

1. Lansinoh®-rintapumpun esittely
2. Lansinoh®-rintapumpun osat
3. Puhdistus ja sterilointi
4. Kokoaminen
5. Vinokkeja pumppaukseen
6. Lansinoh®-rintapumpun käyttö
7. Äidinmaidon säilytys
8. Vianetsintä
9. Rintamaidon syöttäminen peristalttisella NturalWave™-tutilla

**1**

### Lansinoh®-rintapumpun esittely

Käsiikäyttöinen Lansinoh®-rintapumppu on kehitetty erityisesti imettävän äidin erityistarpeita varten. Pumpussa on kaksi erilaista pumpausasetusta: stimuloitiasetus ja pumpausasetus. Käsiävhan asentoa säätämällä voit helposti vaihtaa asetusten välillä. LansinohSeal™-rintapehmuste luu varman imun ja nopean maidon virtauksen. Pakkauksessa olevat kaksi leveäkaulaista pulloa ovat yhteensopivia muiden Lansinoh®-syöttötuotteiden kanssa. Pakkaus sisältää NturalWave™-hidasytöastutstin, joka jäljittelee vauvan rinnalla oppimaa luonnollista imua. Pumppu on helppo koota, käyttää ja puhdistaa.

Imety on paras alku elämälle. Äidinmaidossa on parhaat mahdolliset ravinteet, joita vauvasi tarvitsee ensimmäisen kuusi kuukauden aikana. Imety luu äidin ja lapsen välillä vahvan siteen, ja sillä on monia (etc) pitkäkestoisia vaikutuksia sekä vauvalle että äidille.

**2**

### Käsiikäyttöisen Lansinoh®-rintapumpun osat

(Katsa liitettä A)

- A** ComfortFit™-rintapehmuste
- B** Pumpun runko-osa
- C** Silikonikalvo
- D** Pidike
- E** Kahva
- F** Pullon korkki ja tiiviste
- G** Valkoinen venttiili
- H** Pulloteline

#### 2 Asetus

Rintapumpussa on kaksi asetusta, stimuloitaini- ja pumpausasetus. Voit helposti vaihtaa näiden kahden välillä käsiävhan asentoa säätämällä.

#### Stimuloitiasetus

Tämä toiminto stimuloi hellävaraisesti rintaa. Toiminto jäljittelee imetyksen ensimmäistä vaihetta (vauvan imua imetyksen alkussa). Tämä toiminto saa aikaan maidon vapaan virtauksen. Voit säätää hellävaraisen imutöhen asettamalla käsiävhan ylimpään pykäälän ja käyttäen käsiävha nopealla sykkeellä.



#### Pumpausasetus

Tämä asetus saa aikaan maidon vapaan virtauksen rinnasta. Vaihda toiminnolle asettamalla käsiävha

toiseksi alimpaan pykäälän. Jos haluat suuremman imutöhen, paina käsiävha voimakkaasti. Jos haluat pienemmän imutöhen, paina käsiävhaa kevyesti.

**3**

### Käsiikäyttöisen Lansinoh®-rintapumpun puhdistus ja sterilointi

Ennen pumpun ensimmäistä käyttöä, pura pumppu osiin (poista silikonikalvo ja supplio-osa, ComfortFit™-rintapehmusteet, valkoinen venttiili, pullo, korkki ja tiiviste).

#### Puhdistus:

Pullo, käsiävhan ja pullotelinee voit pestä astianpesukoneen yläosalla tai käsin kuunnalla saippuavedellä. Älä käytä liuottimia tai hankaavia aineita. Huuhtelee kuunnalla vedellä. Astianpesukoneessa voidaan pestä myös valkoinen venttiili, silikonikalvo, pidike ja ComfortFit™-rintapehmuste. Suosittelemme kuitenkin pesemään ne käsin, jolloin käyttöikä pidetty. Ilmakuiva osat puhtaan pyyhkeen päällä tai astiankuivauskaapissa.

**Huomio:** Pese valkoinen pientventtiili varoen. Se on tärkeä osa rintapumpussa. Sillä saadaan alkaiseksi hyvä imutöhe. Älä käytä tarpeettomasti voimaa äläkä minikääläista puhdistusharjaa. Pese venttiili hellävaroen astianpesuaineella ja huuhtelee kuumun juosuevan veden alla.

#### Sterilointi:

**Keittämällä sterilointi:** Laita kaikki osat kiehuvaan veteen, laita kansa päälle ja keitä vähintään 10 minuuttia. Katillassa on oltava niin paljon vettä, että kaikki osat ovat keittäessä veden alla.

**Sterilointi kemikaaleilla:** Tee sekoitus käyttäen tabletteja tai nestettä. Upota kaikki osat liuokseen varmistuen, että ilma ei pääse niihin kosketuksiin. Anna vaikuttaa vähintään 30 minuuttia. Valmista uusi liuos joka 24. tunti.

**Höyry- tai mikroaaltosterilointi:** Noudata valmistajan ohjeita. Varmista, että osat ovat ylösalaisin steriloitilaiteessa. Pese kädet ennen kuin otat osat pois steriloitilaiteesta.

**4**

### Käsiikäyttöisen Lansinoh®-rintapumpun kokoaminen

**Huomio:** Ennen Lansinoh®-rintapumpun kokoamista tarkista, että kaikki osat on puhdistettu ja steriloitu tämän ohjeen kohdassa 3 kuvatulla tavalla.

(Katsa liitettä B)

1. Pese kätesi huolellisesti.
2. Aseta pidike silikonikalvoon.
3. Aseta silikonikalvo ja pidike pumpun runko-osaan kiinni. Varmista painamalla alaspäin, niin että osa tulee kiinni huolellisesti.\*
4. Kiinnitä valkoinen venttiili varovasti paikolleen alapuolella. Kiinnityksessä ei ole tarpeen käyttää voimaa. Jos venttiili on vaikea irrottaa, olet työntänyt sen liian syväle.
5. Kierrä pullo kiinni pumpun runkoon.
6. Asenna kahvan kolloinen pää pidikkeeseen painamalla sitä kevyesti, kunnes se napsahtaa paikolleen.
7. Säädä varsi ja käsiävha niin, että käsiävha asettuu pidikkeeseen ensimmäiseen pykäälän. Tämä on stimuloitiasetus.\*\*
8. Jotta pumppu pysyisi vakaasti pystyssä, aseta se pullotelineeseen.
9. Kootuna pumpun pitää näyttää täältä.

\*Nämä osat on suunniteltu sopimaan tiukasti toisiinsa. Osat on helpompi koota, mikäli kostutat silikonikalvon

reunan vedellä.

\*\*Tällä pumpulla on kaksi asetustoimintoa, stimulointiasetus ja pumppausasetus. Voit helposti vaihtaa asetuksen välillä käsikahvan asentoa säätämällä.

5

## Vinkkejä pumppaukseen

Tutustu pumppuun ja sen osiin ennen käyttöä.

Tärkein pumppauksen onnistumiseen vaikuttava tekijä on hermusirefleksit. Se tarkoittaa maidon vaahtoa virtausta rinnasta. Seuraavista asioista voi olla apua: pidä rinnolla lämmitettyä Lansinoh® Therapear®-tyynyä ja hiero sormenpäällä kevyin pyörivän liikkein rinnan ulkosyjiä nänniä kohden ennen ja/tai pumppauksen aikana.

Yritä valita kiireetön ja häiriintymätön aika pumppaukseen. Vauvasi ajattelemisen ja hänen kuvansa katsomisen saattaa olla myös avuksi.

Yleensä pumppausjakson kesto on 20-30 minuuttia. Muista, että pumppaus on opittu taito. Ensiharjoitukset voivat olla joko lyhyempiä tai pidempiä kuin tässä määritetty ja saattavat tuottaa aluksi vain vähän maitoa, mutta tämä ei tarkoita, että kehosi ei tuottaisi maitoa tai että tekisit jotain väärin. Maidontuotto perustuu kysynnään ja tarjonnan periaatteelle. Imetyksen lisäksi rintojesi säännöllinen pumppaus stimuloi ja ylläpitää maidontuottoa.

Jos sinulla on ongelmia imetyksessä, ota yhteyttä neuvolasi imetyksiantuntijaan.

Voi halutessasi pumpata toista rintaa, kun imetät vauvasi toisesta. Vauvasi imo laukaisee hermusirefleksin, ja näin voit maksimoida maidontuottoa.

Huolehdi, että supillon tunneli-osa on hieman alaspäin kallellaan, jotta maito valuu luonnostaan pulttoon.

### Vaaroituspide, kun syötät pumpattua rintamaitoa:

1. ÄLÄ KUUMENNA RINTAMAITOA MIKROAALTOUNIINSA! Mikroaaltouuni muuttaa maidon koostumusta ja voi aiheuttaa maitoon "kuumia kohtia", jotka voivat polttaa vauvasi suuta.
2. Testaa aina maidon lämpötilä ennen kuin annat sitä vauvallesi.
3. Älä anna lapsen ottaa pulttoa vuoteeseen äläkä anna yksin juoda pultosta pitkiä aikoja.
4. Varmista tutin kestävyys vetämällä tutin kärjestä. Älä älä käytä tuttia, jos siinä on kulumia tai halkeamia.

6

## Käsi käyttöisen Lansinoh®-rintapumpun käyttö

Odota mahdollisuuksien mukaan, että maidontuotto ja imetyksen aikataulu on vakiintunut. Normaalisti näin tapahtuu viimeistään 3-4 viikon kuluttua synnytyksestä, paitsi jos lääkärisi tai imetyksneuvojasi ohjeistaa toisin.

1. Pese kätesi huolellisesti ja varmista, että rintaasi ovat puhtaat.
2. Varmista, että olet steriloinut ja koonnut pumpun huolellisesti ohjeiden mukaan, katso kohdat "Lansinoh®-rintapumpun puhdistus ja sterilointi" ja "Lansinoh®-rintapumpun kokoaminen".
3. Kohdistä pumpun suppilo niin, että nänni on supillon keskellä ja paina kevyesti. Paina ComfortFit™-pehmuste tiiviisti rintaasi vasten varmistaen, että ilmaa ei pääse vuotamaan suppiin. Voit vielä varmistaa tiyvyyden tukemalla toisella kädellä rinnan alapuolelta. Jos sinulla on vaikeuksia kohdistaa nänni keskelle suppiin, niin että nänni ei hankaa reunaa

vasten, tarvitset todennäköisesti suuremman ComfortFit™-suppiloikon.

4. Puristaessasi hellävarainen pumpun kahvaa huomaat imen rinnassasi. Sinun ei tarvitse puristaa kahvaa pohjaan asti imen aikaansaamiseksi. Suurta vain sen verran kuin tuntuu mukavalta.
5. Saat aikaiseksi hellävaraisen imen asettamalla käsikahvan pidikkeen ylimpään pykälään. Varmistu, että nänni liikkuu. Puristamalla ja vapauttamalla käsikahvasta löydät sopivan asetuksen.
6. Käynnistä stimulointitoiminto asettamalla käsikahva pidikkeen ylimpään pykälään ja puristamalla käsikahvasta. Maitosi alkaa pian virrata, vaikkei käyttäisikään kaikkea pumpun tehoa.
7. Kun maito alkaa virrata (1 - 2 minuuttia) vaihda pumppausnoiminnolle. Paina hellävaraisesti "PUSH" kohdasta käsikahvan kärjestä asettamalla kahva toiseksi ylimpään pidikkeen pykälään. Jatka vuoroin puristamalla käsikahvaa ja vapauttamalla se, kunnes löydät sopivan imetehon.

Jos imuteho tuntuu heikolta, purista käsikahva kokonaan alas. Imuteho muuttuu käsikahvan puristamisen myötä. Hellävarainen pumppaus on tärkeämpää kuin voimakas imuteho. Käytä imutehoa, joka tuntuu sinulle itselle sopivimmalta.

\*Jos haluat palata takaisin stimulaatioitoinnolle, (1) vedä pidikkeen kärti itseäsi vasten, (2) purista hellävaraisesti käsikahvasta ja aseta se ylimpään varren pykälään.

**Varoitus: Älä jätä pumppausta yli viiden minuutin tuloksettoman yrittämisen jälkeen.** Yritä myöhemmin päivän aikana uudelleen. Mikäli pumppaus tuntuu epämiellyttävältä tai aiheuttaa kipua, lopeta pumpun käyttö ja pyydä neuvoa imetyksiantuntijaltasi.

7

## Äidinmaidon säilytys

Rintamaito tulee säilyttää puhtaassa ja tiiviissä astiassa.

Älä säilytä rintamaitoa jääkaapin tai pakastimen ovelsa. Ovi on yleensä lämpimän osa. Tee aina päivämäärämerkintä säilytysastian ja käytä vanhin maito ensin.

### Kokeile Lansinoh®-rintamaidon säilytyspusseja:

- Ilhanteelliset äidinmaidon säilytyksen ja pakastamisen
- Patentoitu kaksoisuljin varmistaa, ettei maitoa pääse vuotamaan
- Valtava ja kestävä

Rintamaidon säilytys-suositukset		
Paikka	Lämpötilä	Aika
Huoneilämpötilä (tuore rintamaito)	19°C - 26°C	4 tuntia (suositeltava) - 6 tuntia (hyväksyttävä)**
Jääkaappi	4°C - 6°C	72 tuntia (suositeltava) - 8 päivää (hyväksyttävä)**
Pakastin	-18°C - (-20°C)	6 kuukautta (suositeltava) - 12 kuukautta (hyväksyttävä)

\* Suositeltavaa on laittaa rintamaito heti pumppauksen jälkeen jääkaappiin tai pakastimeen.

Lähde: La Leche League International

### Sulatus

Sulata pakastettu rintamaito jääkaapissa tai laittamalla astia juoksevan haalean veden alle. Lisää vähitellen lämpöä kunnes maito on sulanut. Sulatettua rintamaitoa voi säilyttää jääkaapissa enintään 24 tuntia. Älä pakasta

rintamaitoa uudelleen.

Ravistele sulatettua rintamaitoa varovasti pullossa ennen sen antamista vauvalle, niin että maidon eri kerrokset sekoittuvat keskenään. Rintamaito ei ole homogeenoitua, vaan "kerma" nousee pulton yläosaan. Rintamaidon väri ja koostumus vaihtelevat riippuen siitä, mihin vuorokaudenaikaan maito on lypsetty ja mitä olet syönyt sekä vauvan iästä pumppausajankohdasta. Älä ravistele pulttoa voimakkaasti eri maitokerrosten sekoittamiseksi, koska se voi vahingoittaa rintamaidon eläviä ainesosia.

Älä kuumenna maitoa mikroaaltouunissa! Mikroaaltouuni muuttaa maidon koostumusta ja saattaa myös aiheuttaa maitoon "kuumia kohtia", jotka voivat polttaa vauvan suuta.

Älä sulata rintamaitoa hyvin kuumassa tai kiehuavassa vedessä.

8

## Vianetsintä

### Imutehon puute / Imutehon aleneminen

Jos imuteho tuntuu heikenneen, kokeile seuraavaa:

1. Varmistu, että pumppu on kokoonpantu huolellisesti.
2. Tutki valkoisen venttiilin tukko repeämien tai reikien varalta. Tämä osa on erittäin tärkeä kunnollisen imen aikaansaamiseksi. Jos tarpeen, vaihda se pakkauksessa mukana tullesseen varaventtiiliin.
3. Varmistu, että silikonikalvo ja varsi on asennettu tiiviisti kiinni pumpun runko-osaan.
4. Varmistu, että ComfortFit™-rintapehmuste on asennettu tiiviisti ja huolellisesti paikalleen.
5. Jos nänni hankaa supillon käytävään kiinni, tarvitset ehkä suuremman ComfortFit™-suppiloikon, joka on pakkauksessa mukana.

### Maitoa ei tule

Jos maitoa ei tule, kokeile seuraavaa:

1. Varmistu, että pumppu on kokoonpantu huolellisesti.
2. Tutki valkoisen venttiilin tukko repeämien tai reikien varalta. Tämä osa on erittäin tärkeä kunnollisen imen aikaansaamiseksi. Jos tarpeen, vaihda se pakkauksessa mukana tullesseen varaventtiiliin.
3. Varmistu, että silikonikalvo ja pidike on asennettu tiiviisti kiinni pumpun runko-osaan.
4. Varmistu, että ComfortFit™-rintapehmuste on asennettu tiiviisti ja huolellisesti paikalleen.

### Pumpatessa tuntuu kipua

Jos tunnet kipua pumpatessa, kokeile seuraavaa:

1. Pumppaa mahdollisesti liian kovaa. Ei ole aina tarpeen käyttää kaikkea pumpun tuottamaa imuvoimaa. Yritä puolella voimalla ja muista soviteltu 2-3 sekunnin rytmi.
2. Saatat tarvita isomman tai pienemmän rintapehmusteen. Kokeile toista kokoa, joka on pakkauksessa mukana. Kysy imetyksiantuntijalta apua oikean suppiloikon valinnassa.

9

## Rintamaidon syöttämisen peristalttisella NaturalWave™-pullotutilla

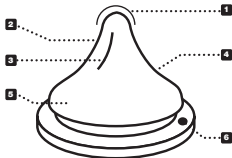
### Peristalttinen NaturalWave™-pullotutti on suunniteltu erityisesti:

- Auttaa ylläpitämään synnyttäjästä luontaista imuteknikkaa.
- Voi vaihtaa helposti rinnalta pulttoon ja takaisin.
- Edesauttaa vauvan kielen aantomaisista liikkeistä.
- Tukee synnyttäjästä imuliikettä ja suun luonnollista kehitystä.



- 1. Imuote**  
Huulet ulospäin kääntyneinä nänimille tultaessa.
- 2. Kielen peristalttinen liike**  
Kieli liikkuu pehmein "aaltomaisiin" liikkeihin puristuen nänнин ja saaden aikaan maidonvirtauksen. Tämä kehittää luonnollisesti suun, kasvojen ja leuan toimintaa.  
**Fakta:** Vauvan kieli toistaa peristalttista liikettä noin 800–1 000 kertaa yhden imetykserran aikana.
- 3. Nieleminen**  
Vauvan kielen takaosa noussee ohjaten maidon ruokatorveen.

**Peristalttinen NaturalWave™-tutti on suunniteltu ja klinisesti hyväksytty edesauttamaan vauvan luontaista imetekniikkaa.**



- 1. Tutti**  
Vauva säätelee maidontulon.
- 2. Pehmeä 100-prosenttinen silikoni**  
Venyy ja joustaa optimaalisesti.
- 3. Sisäiset pystysuorat urat**  
Vahvistavat tutin rakennetta estäen sitä liitymästä kasaan.
- 4. Ainutlaatuinen muotoilu, leveä kantaosa ja kapea kärki**  
Mahdollistaa pehmeän, aaltomaisen imu liikkeen.
- 5. Leveä tutin kantaosa**  
Helppo saada hyvä ja tehokas imuote.
- 6. AVS™**  
Vähentää ilman nielemistä, joka on yleinen syy koliikkiin.

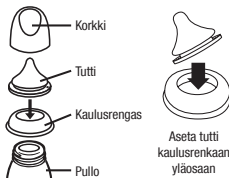
**Yksiosainen ja helppokäyttöinen, saatavilla hitaalla, keskinopealla ja nopealla virtauksella.**

Täysimetus on suositus vauvan ensimmäisellä kuusi kuukautta. Imetyksen ja maidontuannon kannattaa antaa vakiintua ennen kuin on suositeltavaa aloittaa pullonruokinta.

**Käyttöohje:** Täytä haluttu määrä nestettä pulloon ja sulje korkki. Lämmitys mikroaaltouunissa ei ole suositeltavaa. Jos kuitenkin lämmität mikroaaltouunissa, älä sulje pulloa korkilla. Poista tutti, pulloonkaulus ja korkki, kun lämmität mikroaaltouunissa. Ravista hyvin ja tarkista aina lämpötila ennen kuin tarjoat vauvalle. Epätasaisesti lämmennyt ruoka voi polttaa vauvan suuta. Älä lämmitä rintamaitoa mikroaaltouunissa, koska lämmitys vaikuttaa äidinmaidon koostumukseen. Pese tuote ennen ensimmäistä käyttöä. Varmista tuotteen hygieenisuus panemalla tutti, pullo ja sen osat kiehuvaan veteen viideksi minuutiksi ennen käyttöä. Kuljettaessasi jättä pulloa tarkista, että korkki on tiukasti kiinni ja tuttiäosa kohdistettu keskiosaan, jotta maitoa ei pääse vuotamaan pullostta.

**Puhdistus:** Ennen ensimmäistä käyttöä aseta pullo ja osat kiehuvaan veteen 5 minuutiksi, anna jäähtyä ja huuhtelee kaikki osat huolellisesti. Täällä varmistat hyvän hygienian. Voit myös pestä pulloon astianpesukoneen yläosalla ja steriloida joko mikroaaltouunissa tai sterilointilaitteella. Pese aina kaikki osat heti käytön jälkeen. Pese lämpimässä saippuavedessä ja huuhtelee hyvin. Pese ennen jokaista käyttöä.

**Kokoaminen:** Kun osat ovat täysin kuivat, aseta tutti korkin kaulusrenkaan läpi yläosaan. Kierrä tiukasti kiinni pulloon.



**Vaara:** Kun pullo ei ole käytössä, säilytä sitä kuivassa ja suojatussa paikassa. Käytä aina aikuisen valvonnassa. Älä puhdistaa, säilytä tai pidä kosketuksissa luottimien tai koviin kemikaalien kanssa. Ne voivat vaurioittaa tuotetta. Älä jätä pulloa suoraan auringonvaloon äläkä jätä desinfiointiliuokseen suositeltua pidemmäksi aikaa. Älä lämmitä nestettä pitämällä pulloa kaasun, sähkölämmittimen tai uunin lähellä.

**HUOLEHDI lasten turvallisuudesta!** Käytä tuotetta aina aikuisen valvonnassa. Älä käytä pullottua huvittuna. Jatkuva ja pitkäaikainen nesteiden nauttiminen pullostta voi vaurioittaa hampaita. Tarkista aina ruan lämpötilä ennen kuin annat sitä lapselle. Pidä kaikki osat pois lasten ulottuvilta. Älä jätä lasta yksin pulloon osien lähelle, siinä se voi aiheuttaa tulehdusvaaran.

**VAROITUS:** Hampaat voivat reikiintyä myös käytettäessä makeuttamattomia tuotteita, jos lapsi saa pullostta ruokaa pitkiä aikoja pitkin päivää ja erityisesti illalla, kun syljenieritys on vähentynyt tai jos pulloa käytetään tuttina. Älä jätä tuttia suoraan auringonvaloon tai lämpöön äläkä jätä desinfiointiliuokseen suositeltua pidemmäksi aikaa, koska nämä voivat heikentää tutin materiaalia. Tarkista tutti aina ennen käyttöä. Heitä heti pois, jos havaitset vaurioita. Vaihda tutti turvallisuus- ja hygieniasystä joka seitsemän viikko uuteen. Tarkista tutin kunto vetämällä tutin kärjestä joka suuntaan.

**HUOMIO:** Jotkin nesteet voivat värjätä silikonia. Tämä ei vaikuta tuotteen toimintaan. Älä lämmitä rintamaitoa mikroaaltouunissa, koska se vaikuttaa maidon koostumukseen. Mikroaaltouunissa lämmittäminen voi aiheuttaa tuotteeseen korkeita lämpötiloja. Noudata erityistä varovaisuutta, kun lämmität mikroaaltouunissa. Sekoita aina lämmitetty ruoka hyvin ja testaa lämpötila ennen käyttöä.

**VAROITUS:** Pakkausmateriaalit eivät kuulu tuotteeseen. Poista ja hävitä lasten turvallisuuden vuoksi kaikki pakkausmateriaalit ennen tuotteen käyttöönottoa, mutta lue ja säilytä käyttöohje.



**Manufacturer: Lansinoh Laboratories**  
**Saglik Gereceri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.**  
**Zafir SB Mah. Gunduz SK. No:13 E.S.B**  
**Gazlemir/ Izmir/ Turkiye**



## INSTRUKTIONER FÖR ANVÄNDNING AV MANUELL BRÖSTPUMP

Gratis till ditt beslut att ge ditt barn den bästa möjliga starten i livet, genom amning. De många hälsofördelar med amningen, för både dig och ditt barn, är välkända. Även om bröstmjölk är alltid bästa födan, att förse barnet med bröstmjölk när du är borta är inte alltid lätt. Det kräver att man anstränger sig, och du ska vara stolt över ditt engagemang för att ge ditt barn det perfekta näringen för en optimal växt och utveckling. Vår manuell bröstpump är designad för enkel och snabb användning för mammor som behöver en pump enstaka gånger och som uppskattar bekvämligheten hos en manuell pump.

### Användningsinstruktioner:

Vänligen ta dig tid att läsa igenom handboken innan du

använda din Lansinoh® Manuell Bröstpump för första gången.

Innehåll:

1. Introduktion av Lansinoh® Manuell Bröstpump
2. Lansinoh® Manuell Bröstpump-delar
3. Hur sterilisera och rengöra din Lansinoh® Manuell Bröstpump
4. Hur sätter man ihop din Lansinoh® Manuell Bröstpump
5. Tips om bröstpumpning
6. Hur använda din Lansinoh® Manuell Bröstpump
7. Hur förvara utpumpad bröstmjölk
8. Felsökning av Lansinoh® Manuell Bröstpump
9. Ge bröstmjölk med NaturalWave™ Peristaltisk Pump

1

## Introduktion av Lansinoh® Manuell Bröstpump

Lansinoh® Manuell Bröstpump är designad utifrån behovet hos en ammande mamma. Den här pumpen har två separata faser: Utdrivningsfasen och Tillrinningsfasen. Du kan enkelt växla mellan de två lägena genom att justera positionen av handtaget på skaffet. Bröststratten ComfortFit™ sluter tätt för en optimal sugkraft vilket ger ett bekvämt och snabbt mjölkflöde. De två flaskorna med bred hals är utbytbara med hela Lansinoh® pumpserie. Förpackningen innehåller NaturalWave™ napp med långsamt flöde som gör att barnet kan imitera det naturliga sugandet på bröstet när man dricker bröstmjölk ur en flask. Pumpen är enkel att montera, enkel att använda och lätt att rengöra. Amning är bäst. Endast amning är erkänt som det bästa valet för ditt barn och innehåller all näring som ditt barn behöver under de första 6 månaderna. Amningen bidrar till att utveckla ett starkt band mellan mamma och barnet och ger flera fördelar för båda.

2

## Lansinoh® Manuell Bröstpump-delar

(Bilaga A)

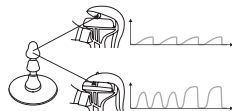
- A** Brösttratt Bröstratt
- B** Pump-del
- C** Silikonmembran
- D** Skaff
- E** Handtag
- F** Flaskans lock och tätningskiva
- G** Vit ventil
- H** Flaskstall

### 2-fassteknologi

Denna bröstpump har två separata faser, utdrivningsfasen och tillrinningsfasen. Du kan enkelt växla mellan de två faserna genom att justera positionen av handtaget på skaffet.

### Utdrivningsfasen

Den här fasen ger mjuk stimulans till bröstet. Den är utformad att imitera amningens första fas (sättet ett barn ammar på i början av amningen). Det är en av egenskaperna som stimulerar utdrivningsreflexen och får mjölkten att börja flöda. Du kan skapa mjuka sugningar genom att sätta i handtaget i första delen (överst) av skärmen i skaffet och använda snabba pulser med handtaget.



### Tillrinningsfasen

Denna fas hjälper dig att trycka ut bröstmjölk från bröstet. Växla till detta läge genom att sätta i handtaget i den andra (nedre) skärmen i skaffet. För att få stark



suγκkraft tryck ner handtaget helt. För mindre suγκkraft tryck ner handtaget mindre.

3

## Så här rengör och steriliserar man sin Lansinoh® Manuella Bröstpump

Innan du använder din pump för första gången, ta isär den (ta bort silikon membranet och skaffet, bröststratten, ComfortFit™ vit ventil och flaska, lock och tätningsskiva).

### Rengöring:

Bröststratten, flaskorna, handtaget och flaskstället kan diskas i översta korgen i diskmaskinen eller handdiskas med diskmedel och varmt vatten. Använd ej lösnings- eller slipmedel. Skölj med varmt, rent vatten. Den vita ventilen, silikonmembranet, skaffet och bröststratten ComfortFit kan diskas i diskmaskin; vi rekommenderar dock att diska för hand för att undvika att smädalar försvinna och för att förlänga delarnas livslängd. Lufttorka alla delar på en ren handduk eller torkstall.

**ÖBS!** Var försiktig när du rengör den vita ventilen. Den är väldigt viktig för bröst suγκkraft. Använd inerte kaffet och diska den inte med rost. Diska varsamt för hand i varmt vatten med diskmedel och skölj i varmt rinnande vatten.

### Sterilisera:

Att sterilisera genom kokning: Lagg alla delar i en kastrull med kokande vatten, försvissa dig om att ingen del innehåller luft, täck kastrullen med ett lock och koka i minst 10 minuter. Behåll locket på kastrullen tills du ska ta ur delarna. **ÖBS!**: Det är viktigt fritt runt under kokning.

**Att sterilisera med kemikalier:** Gör i ordning en blandning med tabletter eller vätska. Lagg alla delar i blandningen och försvissa dig om att delarna inte innehåller luft. Låt delarna ligga i blandningen i minst 30 minuter. Gör i ordning en ny blandning var 24:e timme.

**Att sterilisera med ånga eller mikrovågsugn:** Följ tillverkarens instruktioner. Försvissa dig om att alla öppna ytor är placerade nedåt i sterilisatorn. Tvåta händerna noga innan du tar ur delarna ur sterilisatorn.

4

## Så här monterar du ihop din Lansinoh® manuell bröstpump

**ÖBS!** Innan du monterar ihop din Lansinoh® Manuella Bröstpump, se till att alla delar är rena och sterila enligt avsnitt 3 i denna handbok.

(Bilaga B)

- 1 Tvätta händerna noga
- 2 Sätt i skaffet i silikonmembranet
- 3 Sätt silikonmembranet och skaffet överst på pumpen. Tryck ner kanten runt omkring, så det blir helt tätt.\*
- 4 Sätt varsamt i den vita ventilen underifrån, så att den är i jämnhöjd med pumpen. Det är inte nödvändigt att använda överdriven kraft när man sätter i den vita ventilen. Om det blir besvärligt att avlägsna ventilen, har man tryckt in den för långt in i pumpen.
- 5 Skruva fast flaskan i pumpen.
- 6 Rikta in spåret i handtaget med skaffet och tryck försiktigt ned handtaget. Tryck tills du hör ett klick.
- 7 Justera skaffet och handtaget så att handtaget passar i den första skåran i skaffet, som kallas Let Down fas.\*\*
- 8 Sätt fast bröst stratten ComfortFit i pumpen.
- 9 För att få pumpen stabil, sätt flaskan i stället.
- 10 När pumpen är monterad, ska den se ut så här.

\*Delarna är utformade för att passa tätt. För enklare monterning, fukta kanten av silikonmembranet något

med vatten.\*\*Denna bröstpump har två separata faser, utdrivningsfas och tillrinningsfas. Du kan enkelt växla mellan de två faserna genom att justera positionen av handtaget på skaffet.

5

## Tips vid pumpning

Bekanta dig med pumpen och dess delar före användning.

Den viktigaste delen av en framgångsrik pumpning är utdrivningsreflexen. Detta är när din bröstmjölk börjar flöda fritt. Följande kan bidra till att denna naturliga reflex inträffar: En uppvärmd Lansinoh® Therapearl Reflex Therapy gelpack på bröstet och lätta, cirkulerande rörelser med fingertopparna från utsidan av bröstet mot bröstvärtan före och/eller under en pumpning.

Välj tidpunkt att pumpa, när du inte är stressad och inte kommer att behöva avbryta pumpningen. Försök att slappna av genom att tänka på ditt barn eller att titta på en bild av ditt barn när du pumpar kan också hjälpa.

En pumpning kan ta ca. 20-30 minuter, men det beror på din kropp. Kom ihåg att pumpning är något man måste lära sig. I början kan träningsstillfällena vara kortare eller längre än vad som anges här och kan resultera i att endast en liten mängd bröstmjölk samlas in, men det betyder inte att din kropp inte producerar tillräckligt med mjölk eller att du gör något fel. Mjölk produceras enligt principen för tillgång- och efterfrågan- och genom att pumpa regelbundet och arbeta barnet stimulerar och underhåller du tillgången till bröstmjölk.

Om du får problem med amningen, kontakta amningsexpert och/ eller vårdpersonal.

Du kan pumpa på ena bröstet, medan du ammar barnet på det andra. Detta gör att du kan maximera pumpningen genom att dra nytta av utdrivningsreflexen som stimuleras av barnets amning.

Se till att tunneln på bröststratten lutas något nedåt för att bröstmjölken ska flöda naturligt mot flaskan.

### Försiktighetsåtgärder vid matning med sparad bröstmjölk:

1. VÄRM INTE UPP BRÖSTMJÖLKEN I MIKROVÅGSUGN! Uppvärmning i mikrovågsugn ändrar sammansättningen av mjölken och kan även bränna barnet eftersom mjölken kan vara ojämnt varm.
2. Testa alltid temperaturen på vätskan innan du matar. din bebis.
3. Låt inte barnet ta med en flaska till sängen eller hålla på att suga på en flaska under långa perioder.
4. För att förhindra eventuell kvävningssrisk, testa styrkan av nappen genom att dra på den runda delen. Använd inte nappen om den har spruckit eller om nappen har gått sönder.

6

## Så här använder du din Lansinoh® Manuella bröstpump

Om möjligt, vänta tills ditt bröstmjölkproduktion och amnings-schema är väl etablerade. Detta tar normalt minst 3-4 veckor efter födseln, om inte din amningsrådgivare och/eller vårdpersonal rekommenderar något annat.

1. Tvätta dina händer noga och se till att dina bröst är rena.
2. Se till att pumpen är steriliserad och korrekt monterad enligt beskrivningen i avsnitt "Så här rengör och steriliserar man sin Lansinoh® Manuella Bröstpump" och "Så här monterar du ihop din Lansinoh® Manuella Bröstpump".
3. Centrera pumpens öppning över bröstvärtan och

tryck försiktigt mot ditt bröst så att din bröstvärtan är centrerad i tunneln av bröststratten. Tryck bröststratten ComfortFit™ ordentligt mot ditt bröst, och se till att tätningen är säker så att ingen luft kan strömma ut. Du kan tåta till ordentligt med hjälp av den andra handen genom att stödjä ditt bröst underifrån.

Om bröstvärtan inte går att få centrerad i tunneln av bröststratten utan att det tar emot, kanske du behöver den större storleken av bröststrätt ComfortFit™.

4. Medan du försiktigt trycker ner pumphandtaget kommer du att känna ett sug i ditt bröst. Du behöver inte trycka ner handtaget helt för att skapa ett vakuum; bara så mycket att det känns bekvämt.
5. Du kan skapa skonsam suγκkraft genom att ställa handtaget i den första (övre) skåran i skaffet. Se till att din bröstvärtan rör sig och tryck och släpp handtaget tills du hittar en lämplig och bekväm takt.
6. Börja med utdrivningsfasen; sätt skaffet i den övre (övre) skåran av handtaget och tryck handtaget. Din bröstmjölk börjar snart att flöda, även om du inte använder pumpens suγκkraft fullt ut.
7. När bröstmjölk börjar flöda (1-2 minuter) byt till tillrinningsfasen. För att byta till tillrinningsfasen, tryck lätt på "PUSH" delen på toppen av handtaget för att ställa in handtaget i den andra (nedre) skåran i skaffet. Fortsätt trycka och släpp handtaget tills du hittar en lämplig suγκkraft.

Om suγκkraften känns svag när du pumpar ut bröstmjölken, tryck ner handtaget hela vägen. Suγκkraften ändras baserat på hur hårt man trycker handtaget. All pumpa bekvämt är viktigare än att en stark suγκkraft. Pumpa ut mjölk med en suγκkraft som känns bekväm för dig.

\* För att återgå till utdrivningsfasen från tillrinningsfasen, (1) Dra spetsen på skaffet mot dig, (2) tryck försiktigt ner handtaget, och ställ in den i den första (övre) skåran.

**Varning: Fortsätt inte att pumpa i mer än fem minuter i taget om inget resultat uppnås.** Försök pumpa vid ett annat tillfälle under dagen. Kom ihåg: Om pumpningen blir mycket smärtsam eller obehaglig, bör du sluta använda pumpen och rådgöra med din amningsrådgivare och/eller vårdpersonal.

7

## Så här förvarar man utpumpad bröstmjölk

Bröstmjölk ska förvaras i en ren och tät behållare. Förvara inte bröstmjölken i kyl eller frysdörrer. Dörrer brukar vara den varmaste delen av kylan eller frysen p.g.a. öppning och stängning. Datera all sparad bröstmjölk och använd den äldsta bröstmjölken först.

### Prova våra Lansinoh® förvaringspåsar för bröstmjölk:

- Idealska för förvaring och frysning av bröstmjölk
- Patenterat dubbel-förseglings-bixtids förhindrar läckage och spill
- De tåligaste påsarna på marknaden

Förvaringsanvisningar för bröstmjölk		
Var	Temperatur	Tid
Vid rumtemperatur (färsk mjölk)	19° till 26°C	4 timmar (idealsk) upp till 6 timmar (acceptabel)
I kylskåp	4°C till 6°C	72 timmar (idealsk) upp till 8 dagar (acceptabel)**
I frys	-18° till -20°C	6 månader (idealsk) upp till 12 månader (acceptabel)

\* Det rekommenderas att bröstmjölken ställs i kylskåp eller kyla ner direkt efter utpumpning.  
Se: La Leche League International

## Uppthing

Tina fryst bröstmjölk i kylskåp eller placera behållaren under kallt rinnande vatten, varm gradvis upp vattnet tills mjölken har tinat. Tina mjölk kan förvaras i kylskåp i upp till 24 timmar. Frys inte om bröstmjölk efter den tinats upp.

Skaka försiktigt på behållaren med den upptnade bröstmjölken innan barnet matas för att blanda lagren som har separerats. Bröstmjölken är inte homogeniserad och "grädden" kommer att flyta upp till överst i flaskan. Bröstmjölk kan variera i färg och konsistens beroende på tiden på dagen då mjölken utpumpades, vad du har ätit, och åldern på barnet vid tidpunkten för pumpning. Skaka inte flaskan kraftigt för att blanda lagren eftersom detta kan skada levande komponenterna i bröstmjölken.

Värm inte upp bröstmjölken i mikrovågsugn! Uppvärmning i mikrovågsugn ändrar mjölken sammansättning. Uppvärmning i mikrovågsugn kan bli ojämn och kan bränna ditt barn.

Tina inte upp bröstmjölk i mycket hett eller kokande vatten.

## 8

### Felsökning för Lansinoh® Manuella Bröstpump

#### Brist på sugkraft / Minskad sugkraft

1. Kontrollera att alla pumpdelarna har torkats ordentligt och är korrekt monterade.
2. Kontrollera och se om den vita ventilen har en spricka eller ett hål. Denna komponent är avgörande för att uppnå riktig sugkraft. Om det behövs, byt ut den vita ventilen mot den extra ventilen som följer med pumpen.
3. Kontrollera att silikon membranet och skaffet sitter fast på pumpen och att en perfekt tätning uppnås.
4. Kontrollera att bröststratten ComfortFit™ sitter fast på pumpen och att en perfekt tätning uppnås.
5. Om bröstvårten inte kan vara centrerad i tunneln av bröststratten utan att det tar emot, kan du behöva den större storleken av ComfortFit™ bröststratt som ingår i förpackningen.

#### Ingen bröstmjölk utpumpad

Om det känns som att sugkraften har minskat, prova följande:

1. Kontrollera att alla pumpdelarna har torkats ordentligt och är korrekt monterade.
2. Kontrollera och se om den vita ventilen har en spricka eller ett hål. Denna komponent är avgörande för att uppnå riktig sugkraft. Om det behövs, byt ut den vita ventilen mot den extra ventilen som följer med pumpen.
3. Kontrollera att silikon membranet och skaffet sitter fast på pumpen och en perfekt tätning uppnås.
4. Kontrollera att bröststratten ComfortFit™ sitter fast på pumpen och en perfekt tätning uppnås.

#### Smärta vid pumpning

Om du känner smärta när du pumpar ut bröstmjölk, prova följande:

1. Du kanske pumpar för hårt. Det är inte nödvändigt att använda all sugkraft som pumpen kan generera. Försök trycka handtaget halvvägs och kom ihåg den föreslagna 2-3 sekundersrytmen.
2. Du kan behöva en större eller mindre bröststratt, prova den andra bröststratten som ingår i detta paket. Rådfråga din amningsrådgivare och/eller sjukvårdspersonal för en bedömning och rätt storlek.

## 9

### Att ge bröstmjölk med den peristaltiska nappen NaturalWave

Denna peristaltiska nappen NaturalWave är speciellt utformad för att:

- Hjälpa till att behålla de etablerade amningsmönstren.
- Enkelt växla från bröst till flaska och tvärtom.
- Stimulera barnets "vägliknande" tungörelser.
- Främjar instinktvis sugande för naturlig oral utveckling.



#### 1. Barnets tag

Barnets läppar öppnas utåt och barnet tar ett stort tag på värtgården.



#### 2. Peristaltisk tungörelse

Tungan rör sig i en jämn "vägliknande" rörelse för att komprimera bröstvårten och extrahera mjölk. Detta uppmuntrar naturlig oral, käk- och ansiktsutveckling.

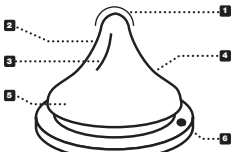
**Fakta:** barnets tunga utprepar den peristaltiska rörelsen omkring 800 till 1000 gånger på bara ett amningstillfälle.



#### 3. Svälja

Baksidan av barnets tunga stiger, och låter mjölken rinna ner i matstrupen.

Den peristaltiska nappen NaturalWave™ är utformad och kliniskt bevisad att stimulera detta naturliga amningsmönster.



1. Nappspets  
Barnet kontrollerar mjölkflödet.
2. Mjuk 100 % ig-silikon  
Går att sträcka och är flexibel för optimal kompression.
3. Inre lodrätt kammar  
Stärker nappens struktur, vilket gör den mer utållig.
4. Unik design med gradvis lutning  
Mjögjör mjuka peristaltiska tungörelser.
5. Bred napp med textur  
För enkelt tag och effektiv sugning.
6. AVS™  
Minskar luftintaget, en mjölk orsak till kolik.

En bekvämt utformad napp i ett stycke, tillgänglig med långsamt, mellan och snabbt flöde.

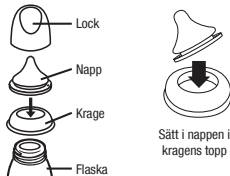
#### Matning

**Bruksanvisning:** Fyll på med vätska enligt anvisning och dra åt skruvlocket. Uppvärmning i en mikrovågsugn rekommenderas inte. Om du väljer att värma mat i mikron, stäng inte flaskan. Ta bort nappen, kragen och toppen vid användning i mikrovågsugn. Skaka väl före användning och kontrollera alltid temperaturen innan du matar barnet. Ojämnt uppvärmd mat kan bränna barnets mun. Värm inte upp bröstmjölk i mikrovågsgugnen eftersom uppvärmningen i mikrovågsgugnen ändrar sammansättningen i mjölken. Före första användning, rengör produkten nog. För att garantera produktens hygien, lägg nappen och flaskan med alla dess komponenter i kokande vatten i 5 minuter före användning. När du bär en full flask, se till att den är stängd med locket på plats, var noga med att placera nappen i mitten av locket för att aktivera "spillsäker" funktion.

**Rengöring:** Före första användningen, placera produkten i kokande vatten i 5 minuter, låt svalna och skölj alla komponenter. Detta för att säkerställa hygien. Därefter kan flaskan även diskas i den övre korgen i diskmaskinen och kan steriliseras (öppen) både i mikrovågsugn och

i en speciell steriliseringsmaskin. Rengör alltid alla delar omedelbart efter varje användning. Diska i varmt vatten med diskmedel och skölj noga. Rengör före varje användning.

**Montering:** När alla delar är helt torra, tryck nappen genom toppen av skruvlockets krage. Skruva fast skruvlockskragen ordentligt på flaskhalsen.



Sätt i nappen i krages topp

**Försiktighetsåtgärder:** När pumpen inte används, förvara den på en torr och övertäckta plats. Använd alltid produkten under en vuxens uppsyn. Rengör inte, lagra inte och tillåt inte produkten att komma i kontakt med lösningsmedel eller starka kemikalier. Skador kan uppstå. Lämna inte produkten i direkt solljus, värme eller i desinfektionsmedel ("sterilisering lösning") under längre tid än vad som rekommenderas. Värm inte vätskan genom att placera korgen direkt på gas eller el ringar, värmeållar, i elektriska ugnar o.s.v.

**För ditt barns säkerhet och hälsa VARNING!** Använd alltid produkten under en vuxens uppsyn. Använd aldrig matningsnapp som en bröstnapp. Kontinuerlig och långvarig sugning av vätskor orsakar karies. Kontrollera alltid matens temperatur före matning. Förvara alla komponenter som inte används utom räckhåll för barn. Lämna inte barnet ensam med utrustningen på grund av kvävningssrisken, att barnet faller över produkten eller om produkten är nedmonterad.

**VARNING:** Karies hos små barn kan inträffa även om icke-sötade vätskor används. Detta kan inträffa om barnet får använda flaskor / kopp under långa perioder under dagen och särskilt under natten, då salivproduktionen minskar eller den används som bröstnapp. Lämna inte nappen i direkt solljus, värme eller i desinfektionsmedel ("sterilisering lösning") under längre tid än vad som rekommenderas, eftersom detta kan försvaga nappen. Inspektera före varje användning. Kasta bort vid första tecken på skada eller försvagning. Byt nappen var 7:e vecka, av säkerhets och hygieniska skäl. Dra matningsnappen i alla riktningar för att kontrollera den.

**ÖBS:** Vissa juicer är sterila och lösningar kan göra att silikonet blir ogenomskinligt. Detta ändrar inte produktens egenskaper. Värm inte upp bröstmjölk i mikrovågsgugnen eftersom uppvärmningen i mikrovågsgugnen ändrar sammansättningen i mjölken. Uppvärmning i en mikrovågsugn kan ge ojämn och höga temperaturer. Var extra försiktig vid mikrovågsuppvärmning. Rör alltid om uppvärmd mat för att säkerställa en jämn värme fördelning och testa temperaturen innan servering.

**VARNING:** Förpackningsmaterialet är inte en del av produkten. För ditt barns säkerhet, vänligen ta bort och kassera all förpackningsmaterial före användning men läs och behåll instruktionerna för framtida referens. Lämna produkten öppen i mikrovågsugnen.



**Manufacturer: Lansinoh Laboratories  
Saglik Gereceli Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.  
Zafer SB Mah. Gunduz Sk. No:13 E.S.B  
Gazilem/ Izmir/ Turkiye**

## LANSINOH® INSTRUKTIONER FOR MANUEL BRYSTPUMPE

Tillykke med din beslutning om at give din baby den bedste mulige begyndelse på livet ved at amme. Sundheden for både dig og dit barn er vel dokumenteret. Selvom brystmælk altid er bedst, er forberedningen af brystmælk når du skal ud ikke altid let. Det kræver en special indsats, og du bør være stolt af din indsats for at give din baby den perfekte ernæring for optimal trivsel og udvikling. Vores manuelle brystpumpe er designet til hurtig og let hjælp til den mor der skal bruge pumpen en gang imellem og som foretrækker den bekvemmelighed en manuel pumpe giver.

### Brugsanvisning:

Læs venligst denne instruktion før du bruger Lansinoh®Manuel Bryst Pumpe første gang.

1. Introduktion til Lansinoh®Manuel Bryst Pumpe
2. Lansinoh®Manuel Bryst Pumpe Dele
3. Hvordan renses og steriliseres din Lansinoh®Manuelle Bryst Pumpe
4. Hvordan samles din Lansinoh®Manuel Bryst Pumpe
5. Tips om pumpning
6. Sådan bruger du Lansinoh®Manuel Bryst Pumpe
7. Sådan opbevarer du din brystmælk
8. Fejlfinding/Fejlsøkning til Lansinoh®Manuel Brystpumpe
9. Anning med den NaturalWave™Peristaltic sut

1

## Introduktion til Lansinoh®Manuel Bryst Pumpe

Lansinoh®Manuel Bryst Pumpe er blevet designet specielt med ammende mødre i tankerne. Denne brystpumpe har 2 separate faser: Stimulationsfasen og produktionsfasen. Du kan let skifte mellem de to faser ved at justere positionen af håndtaget på stikken. ComfortFit™brystpuden laver en tæt lukning der sikrer en pålidelig sugning med et komfortabelt og hurtig mælkeflow. De bredhalsede flasker er udsdelt af alle hele Lansinoh® pumpe systemerne. Pakningen indeholder en NaturalWave™slow flow sut hvilket hjælper baby til at genkende den naturlige sugning som de har lært fra brystet når de skal drikke udmalket brystmælk fra en flaske. Pumpen er let at samle, let at bruge og let at rengøre.

Anning er det bedste. Anning er absolut det bedste valg til din baby og giver din baby den bedste ernæring som de behøver til de første 6 måneder. Anning hjælper til at udvikle et stærkt bånd mellem mor og barn og giver talrige fordele for begge.

2

## Lansinoh®Manuel Bryst Pumpe Dele

(Der henvises til Bilag A)

- A ComfortFit™Bryst Pude
- B Pumpe del
- C Silikone membran
- D Stilk/Stamme
- E Håndtag
- F Flaske låg/lokk og tætningskive
- G Hvid ventil
- H Flaskeholder

### 2 fase teknologi

Brystpumpen har 2 separate faser. Stimulationsfasen og produktionsfasen. Du kan let skifte mellem de 2 faser ved at justere positionen af håndtaget på stikken/pinnen.

### Stimulationsfasen

Denne fase stimulerer brystet blidt. Den er designet til at efterligne den første fase af amning (den måde babyen får mælk på i begyndelsen af amningen) Det er en af funktionerne som tilskynder mælken til at flyde til og

begynde at løbe. Du kan genskabe denne blide sugning ved at sætte håndtaget i den første (øverste) hak i stikken og bruge hurtige bevægelser med hånden.



### Produktionsfasen

Denne fase gør at der løber mælk fra brystet. Skift til denne fase ved at sætte håndtaget i det andet (nederste) hak i stikken/pinnen. For at få den stærkeste sugning tryk hårdt på håndtaget. For mindre sug tryk mindre på håndtaget.

3

## Hvordan renses og steriliseres din Lansinoh®Manuelle Bryst Pumpe

Før du bruger din pumpe første gang, skal den ad/ demontor pumpen ( fjern silikone membran og krave, ComfortFit™bryst pude, hvid ventil og silik flask, stilk og tætningskive) ad.

### Rengøring:

Brystpuden, flasker, håndtag og flaskeholder skal vaskes i den øverste del af en opvaskemaskine eller håndvaskes med opvaskemiddel i varmt vand. Brug ikke opløsningsmidler eller silbemidler. Skyl med varmt rent vand. Den hvide ventil, silikone membranen og ventil og ComfortFit™bryst pude kan vaskes i opvaskemaskinen; dog anbefaler vi at vaske dem i hånden for at undgå tab og for at forhindre deres levetid. Afslut med lufttørring på et rent vaskestykke/ køkken håndklæde eller i et tørrestativ.

**Bemærk:** Vær forsigtig ved rengøringen af den lille hvide ventil. Den er vigtig for korrekt sug. Brug ikke overdreven kraft og rens ikke med en flaskerenser. Vask forsigtigt i hånden i varmt sæbevand og skyl under varm rindende vand.

### Sterilisering:

**Sterilisering ved kogning:** Anbring alle dele i en gryde med kogende vand, vær sikker på at der ikke er luft i nogen af delene, læg låg på gryden og kog i mindst 10 minutter. Lad låget være på indtil delene skal bruges. Bemærk: Det er vigtigt at bruge så meget vand at delene flyder i vandet under kogningen.

**At sterilisere med kemikalier:** Lav en blanding ved at tilsætte tabletter eller flydende rensmiddel. Dæk alle delene i blandingen, vær sikker på at der ikke er luft i nogle dele. Lad blandingen stå mindst 30 minutter. Lav en frisk blanding hver dag.

**At bruge damp eller mikrobølgeovns sterilisation:** Følg producentens instruktioner. Vær sikker på at alle åbninger er vendt nedad i sterilisationsapparatet. Husk at vaske hænder før du fjerner delene fra sterilisationsapparatet.

4

## Hvordan samles din Lansinoh®Manuel Bryst Pumpe

**Bemærk:** Før samling/montering af din Lansinoh®Manuel Bryst Pumpe vær sikker på at alle dele er blevet rengjort og steriliseret som beskrevet i sektion 3 af denne manual.

(Der henvises til Bilag B)

1. Vask dine hænder grundigt.
2. Indsæt stikken/stammen i silikoneventilen.
3. Anbring silikoneventilen og stikken/stammen øverst på pumpedelen. Vær sikker på at den sættes fast omkring kanten ved at presse den ned

med fingrene for at sikre en perfekt lukning.\*

4. Anbring forsigtigt den hvide ventil på pumpen nedefra, vær sikker på at den hvide ventil er flusht/ er i flukt med pumpen. Det er ikke nødvendigt at bruge kræfter når man sætter den hvide ventil på. Hvis du synes den hvide ventil er svær/vanskelig at fjerne, er det fordi du har skubbet den for langt ind i pumpen.

5. Skru flasken på pumpen.

6. Sæt rillen i håndtaget med stikken/pinnen og pres forsigtigt håndtaget ned. Pres indtil du hører et klik.

7. Justér stikken/pinnen og håndtaget så håndtaget sidder i det første hak, stimulationsfasen/ stimuleringsfasen.\*\*

8. Sæt ComfortFit™ brystpude på pumpen.

9. For at gøre pumpen stabil, sæt flasken i flaskeholderen.

10. Helt samlet bør din pumpe se sådan ud.

\*\*Disse dele er designet til at passe nøjagtigt. For lettere montering, fugt kanten af silikone membranen med vand.

\*\* Denne brystpumpe har to separate faser, stimulationsfasen/stimuleringsfasen og produktionsfasen. Du kan let skifte mellem de 2 faser ved at justere positionen af håndtaget på stikken.

5

## Tips om pumpning

Bliv fortrolig med din pumpe og dens dele før du bruger den.

Den vigtigste del af en succesfuld/suksessfuld pumpning er stimulationsfasen/stimuleringsfasen. Det er når din mælk begynder at flyde frit. Følgende kan hjælpe denne naturlige refleks: En opvarmet Lansinoh®Therapeut Breast Therapy Gel pakning læg på brystet og lette, cirkulerende bevægelser af fingerspidserne fra ydersiden af brystet frem mod brystvorten før og/eller under en pumpning.

Forsøg at vælge et tidspunkt hvor du ikke har travlt og hvor du ikke bliver forstyrret. Prøv at slappe af mens du tænker på, eller kigger på et billede af din baby kan også hjælpe mens du pumper.

At it i alt kan en pumpe session være omkring 20-30 minutter men det afhænger af din krop. Husk, en succesfuld/suksessfuld pumpning er et spørgsmål om øvelse. I begyndelsen kan en session være kortere eller længere end beskrevet her og kan resultere i en lille mængde mælk pumpet ud men dette betyder ikke at din krop ikke producerer nok mælk eller at du gør noget forkert. Mælk bliver produceret på en udbud og efterspørgsel basis, så når du pumper regelmæssigt til din baby vil du stimulere og opretholde din mælkeproduktion.

Hvis ammingsproblemer fortsætter skal du kontakte lægen eller sundhedsplejersken/helsesøster eller ammehjælperen.

Du kan pumpe på et bryst mens du ammer din baby på det andet bryst. Dette gør at du kan pumpe mere effektivt da din baby stimulerer din produktionsfase.

Vær sikker på at røret på brystpuden er let skrånede nedad for at mælken kan flyde naturligt ned i flasken.

### Forholdsregler når du giver udpumpet brystmælk:

1. Opvarm ikke brystmælk i mikrobølgeovnen. Mikrobølger ændrer sammensætningen af mælken og kan også skabe "hot spots" i mælken som kan brænde barnet.
2. Test altid temperaturen på alt flydende inden du giver det til din baby.
3. Giv ikke barnet en flaske med i seng eller lad ikke barnet ligge med flasken selv i længere tid.
4. For at forebygge evt. fare, afprøv/test sutten/

smukken ved at trække i spidsen. Skift sut/smuk  
hvis der opstår huller eller revner.

6

## Sådan bruger du Lansinoh®Manuel Bryst Pumpe

Hvis det er muligt, vent indtil din mælk og din  
amfefunktion er kommet på plads. Dette sker normalt  
efter 3-4 uger efter fødslen, medmindre du bliver rådet  
til noget andet af sundhedsplejersken/helsesøster eller  
ammehjælperen.

1. Vask hænderne grundigt og sørg for at dit bryst er rent.
2. Vær sikker på at du har steriliseret og samlet/monteret din pumpe korrekt.
3. Anbring pumpens åbning over din brystvorte og pres den blidt mod dit bryst, vær opmærksom på at brystvorten er i midten af røret på brystspuden. Pres ComfortFit™brystspuden på pumpen fast mod brystet så du er sikker på at den slutter tæt. Du kan skabe et godt lufttæt rum ved at støtte brystet med den anden hånd.
4. Hvis det ikke er muligt at din brystvorte kan ligge i midten af brystspuden uden at gnide på siden af tagten prøv at skifte til den større størrelse.
5. Når du forsigtigt presser håndtaget på pumpen vil du føle et sug på dit bryst. Du behøver ikke at presse håndtaget helt i bund for at skabe et vakuum, kun så meget at det er behageligt.
6. Du kan så med/let sugning for stimulation ved at sætte håndtaget i det øverste hak på stikken/stammen. Se at din brystvorte bevæger sig og pres håndtaget frem og tilbage indtil du finder den foretrukne kraft.
7. For at begynde stimulationsfasen, sæt stikken/stammen i det øverste hak på håndtaget og tryk håndtaget ned. Din mælk vil snart begynde at løbe selv om du ikke bruger al kraften fra pumpen.
8. Når mælken løber (1-2 minutter) skift til produktionsfasen. For at skifte, tryk på "trykdelen" af toppen på håndtaget for at sætte den i det andet hak. Fortsæt med at trykke og slippe håndtaget for at finde det foretrukne pres/tryk.

Hvis sugeeffekten føles svag når du pumper, pres  
håndtaget helt i bund. Sugningen skifter efter hvor  
hårdt du trykker på håndtaget. Det er vigtigere at det  
føles behageligt end at du presser for hårdt.

\*For at skifte til stimulationsfasen/stimuleringsfasen  
fra produktionsfasen (1) Træk toppen af stikken/  
stammen mod dig, (2) tryk forsigtigt på håndtaget  
og sæt det i det øverste hak.

**Advarsel: Fortsæt ikke med at pumpe i mere end  
5 minutter hvis der ikke kommer mælk.** Prøv at  
pumpe senere på dagen. Husk dårlig pumpning er  
meget ubehageligt eller smertefuldt, stop pumpning og  
kontakt din sundhedsplejerske.

7

## Sådan opbevarer du din brystmælk

Brystmælk skal opbevares i en ren, lukket beholder.  
**Opbevar ikke** brystmælken i fryser- eller  
køleskabsdøren. Døren er det varmeste sted i  
køleskabet eller i fryseren. Datér altid opbevaret  
brystmælk og brug det ældste først.

### Prøv vores Lansinoh® brystmælk fryseposer:

- Ideel til opbevaring og nedfrysning modernælk
- Patenteret dobbeltklæbet sig lynlås forhindrer lækage eller spild
- Stærkeste taske til rådighed

Brystmælk opbevaringsskema		
Hvor	Temperatur	Tid
Ved stuetemperatur	19° til 26°C	4 timer (ideelt) op til 6 timer (acceptabelt)*
I køleskabet	4° til 6°C	72 timer (ideelt) op til 8 dage (acceptabelt)**
I fryseren	-18° til -20°C	6 måneder (ideelt) op til 12 måneder (acceptabelt)

\* Det er vigtigt at nedfryse eller nedkøle mælk rigtigt efter udpumpning.

### Optøning/Tining

Optå/tnis frysen brystmælk i køleskabet eller anbring beholderen under koldt løbende vand, gradvist opvarmes vandet indtil mælken er optøet. Optøet mælk kan opbevares i køleskab op til 24 timer. Nedfrys aldrig optøet/tnit mælk igen.

Frys forsigtigt beholderen med den optøede/tinte mælk for at samle mælken. Brystmælk er ikke homogeniseret og "fløden" vil flyde i toppen af flasken. Brystmælk kan variere i farve og konsistens afhængig af tidspunktet på dagen hvor mælken er blevet udpumpet, hvad du har spist og alderen på babyen. Ryst ikke flasken for kraftigt for at blande mælken da dette kan skade de levende organismer i mælken.

Opvarm ikke brystmælk i mikrobølgeoven.

Mikrobølgerne ændrer sammensætningen i brystmælken. Mikrobølger kan også danne "hot spots" i brystmælken der kan brænde barnet.

Optå/tnis ikke brystmælk i meget varmt eller kogende vand.

8

## Fejlfinding/Feilsøgning til Lansinoh®Manuel Brystpumpe

### Manglende sugning/ Mindre sugning

Hvis det føles som om sugningen er blevet dårligere, prøv følgende:

1. Vær sikker på at pumpens dele er helt tørre og at de er samlede/monteret korrekt.
2. Undersøg den hvide ventil for dråber eller huller. Denne del er vigtig for en korrekt sugning. Hvis det er nødvendigt, erstæt den hvide ventil med reserveventilen der følger med pumpen.
3. Vær sikker på at silikonemembran og stilk/stammen er sat rigtigt på og derved danner et korrekt vakuum.
4. Undersøg om ComfortFit™Brystspuden er påsat korrekt på pumpen og at der er dannet et korrekt vakuum.
5. Kontrollér at ComfortFit™Brystspuden er sat korrekt på tagten uden at gnide mod huden, du skal måske/kansje bruge den større størrelse ComfortFit™Brystspude i pakningen.

### Der kommer ingen mælk

Hvis det føles som om sugningen er blevet dårligere, prøv følgende:

1. Vær sikker på at pumpens dele er helt tørre og at de er samlede korrekt.
2. Undersøg den hvide ventil for dråber eller huller. Denne del er vigtig for en korrekt sugning. Hvis det er nødvendigt, erstæt den hvide ventil med reserveventilen der følger med pumpen.
3. Vær sikker på at silikonemembran og stilk/stammen er sat rigtigt på og derved danner et korrekt vakuum.
4. Undersøg om ComfortFit™Brystspuden er påsat korrekt på pumpen og at der er dannet et korrekt vakuum.

### Smerter under pumpning

Hvis du oplever smerter under pumpning, prøv følgende:

1. Du pumper måske/kansje for hårdt. Det er ikke nødvendigt at bruge hele sugekraften som pumpen kan give. Prøv at presse håndtaget halvtvejs og husk på den 2-3 sekunders anbefalede rytme.
2. Du har måske brug for en større eller mindre brystspude, prøv den anden brystspude i pakningen. Kontakt din sundhedsplejerske/helsesøster eller ammehjælper der kan råde dig om tilpasning og størrelse.

9

## Amning med den NaturalWave™ Peristaltic sut

### Denne NaturalWave™ Peristaltic sut er specielt designet til:

- Hjælper til at holde det etablerede amningsmønster.
- Gør det let at skifte fra bryst til flaske og tilbage igen.
- Stimulerer barnets "bølgelignende" tunge bevægelser.
- Fremmer instinktivt sugning til barnets orale udvikling.



1. **Barnets fæste**  
Læbemuskel åbnes og griber omkring brystvortemønstret.



2. **Peristaltiske tunge bevægelser**  
Tungen bevæger sig i små "bølgelignende" bevægelser for at presse vorten og udtrække mælk. Dette fremmer den naturlige orale kæbe og ansigtsudvikling.

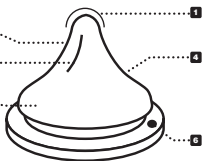


**Fakta:** Babys tunge gentager den peristaltiske bevægelse ca. 800 til 1000 gange bære på en amnings session.

3. **Sugning**

Den bagerste del af babys tunge løfter sig, tillader mælken at finde vej til spiserøret.

### Den NaturalWave™ Peristaltic sut er designet og klinisk testet for at opmuntre den naturlige anning.



1. Suttens spids  
Baby kontrollerer mælkeflowet.
2. Blød 100% Silikon  
Strækker og bøjer for optimal kompression.
3. Inderste lodrette kammer  
Forstærker suttens struktur der forhindrer suttens i at klæppe sammen.
4. Unikt design med graderet hældning  
Muliger bløde peristaltiske bevægelser.
5. Bred, solid basis  
For lettere at få fat og effektiv sugning.
6. AVS™  
Reducerer indtaget af luft, en potentiel mulighed for kolik.

### Et stykke, bekvemhedsfrit design i slow, medium og hurtig flow.

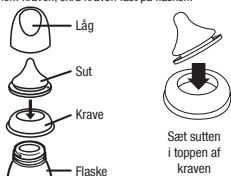
Amning er anbefalet til de først 6 måneder af barnets liv. Amning og brystmælks produktion bør være på plads inden man prøver flaske og sut.

**Brugsanvisning:** Fyld den anbefalede mængde væske og stram skruelåget. Opvarmning i mikrovov kan ikke anbefales. Hvis du vælger at opvarme i

mikrobølgeovnen, luk ikke flasken. Fjern sut, krave og låg. Ryst flasken godt før brug og tjek altid temperaturen før barnet får den. Ujævnt opvarmet mad kan brænde barnets mund. Opvarm aldrig brystmælk i mikrobølgeovnen da det skader mælken. For ibrugtagning første gang, rens produktet. For at sikre korrekt hygiejne, læg sutton og flasken med alle delene i kogende vand i omkring 5 minutter. Når du bærer en hel flaske vær sikker på at låget er skruet rigtigt på og at sutton er placeret i midten af kraven for at aktivere den "spild-sikre" funktion på produktet.

**Rengøring:** For ibrugtagning, anbring produktet i kogende vand i 5 minutter, lad det afkøle og derefter skyl alle flaskedelenne. Dette er for at sikre en god hygiejne. Herefter kan flasken også vaskes i opvaskemaskinen i den øverste kurv og kan steriliseres (åben) både i mikrobølgeovnen og i en special steriliserings maskine. Vask altid delene umiddelbart efter brug. Vask i varmt sæbevand og skyl grundigt. Rengør før brug hver gang.

**Montering:** Når alle delene er helt tørre, sæt sutton gennem kraven, skru kraven fast på flasken.



**Forsigtighedsregler:** Når den ikke er i brug, opbevares den tæt og tildækket. Brug altid dette produkt under voksen overvågning. Rengør ikke, opbevar eller tillad ikke at den kommer i kontakt med opløsningsmidler eller stærke kemikalier. Dette kan forårsage skader. Efterlad ikke produktet i direkte sollys, varme eller i desinfektionsmiddel ("steriliseringssvæske") i længere tid end anbefalet. Opvarm ikke væsken ved at anbringe flasken direkte på gas eller elektrisk komfur, varmeplader i elektriske ovne osv.

**For dit barns sikkerhed ADVARSEL!** Brug altid produktet under voksen overvågning. Brug aldrig flaskesutter som narrest. Kontinuerlig og langvarig sugning kan forårsage tandskader. Tjek altid temperaturen på mæden inden barnet får det. Anbring alle de dele der ikke bruges uden for barnets rækkevidde. Lad ikke baby være alene med flasken på grund af faren for kvælning, babyen falder over produktet eller at produktet er fejlmonteret.

**Advarsel:** Karies hos små børn kan forekomme selvom man ikke giver dem sukkerholdige drikke. Dette kan ske hvis du tillader barnet at bruge flasken/koppen i lange perioder i løbet af dagen og især om natten, hvor savproduktionen mindskes eller den bliver brunt som narrest. Efterlad ikke sutton i direkte sollys eller varme, eller i desinfektionsvæske (steriliseringssvæske) længere tid end anbefalet da dette kan svække sutton. Kontroller før brug. Smid den væk ved første tegn på skader eller svaghed. Skift sut hver 7 uge, af sikkerheds og hygiejne grunde. Træk i sutton i alle retninger for at checke produktet.

**OBS:** Nogle juicer er steriliserede og kan gøre silikonen ugenomsigtig. Dette ændrer ikke noget i produktets egenskaber. Opvarm ikke brystmælk i mikrobølgeovnen da dette skader mælkens sammensætning. Opvarmning i mikrovåb giver ujævn og meget varm temperatur. Vær ekstra opmærksom når du bruger mikroovn. Rør altid i opvarmet mad for at sikre at mæden er ensartet varm og ikke brænder barnet.

**Forsigtighed:** Indpakningsmaterialet er ikke en del af produktet. For dit barns sikkerhed, fjern og kassér alt materiale før ibrugtagning, men læs og gem brugsanvisningen til senere brug. Lad flasken være åben i mikrobølgeovnen.



**Manufacturer: Lansinoh Laboratories**  
**Sagliik Gereceleri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.**  
**Zafer SB Mah. Gunduz Sk. No:13 E.S.B**  
**Gazimir/ Izmir/ Turkiye**



## LANSINOH® ISTRUZIONI PER L'USO DEL TIRALATTE MANUALE

Complimenti per la tua decisione di far cominciare la vita del tuo bambino nel migliore dei modi, proprio dall'allattamento. Sono stati riscontrati, in modo approfondito, molteplici vantaggi sulla salute della madre e del bambino. Nonostante il latte materno sia sempre la migliore soluzione, non è sempre facile allattare il proprio bambino quando non si è a casa propria. Tale gesto richiede uno sforzo speciale e devi sentirti orgogliosa dell'impegno nei suoi confronti mirato a garantirgli un nutrimento perfetto per una crescita e uno sviluppo ottimale. Il nostro tiralatte manuale è stato progettato appositamente per un utilizzo rapido e semplice da parte delle madri che necessitano occasionalmente di un pompaggio e pertanto, apprezzano la comodità di una pompa manuale.

### Istruzioni per l'uso:

Ti preghiamo di dedicare un po' del tuo tempo per la lettura del presente manuale prima di iniziare a servirti del Tiralatte Manuale Lansinoh®.

Contenuti:

1. Introduzione al Tiralatte Manuale Lansinoh®
2. Componenti del Tiralatte Manuale Lansinoh®
3. Come sterilizzare e pulire il tuo Tiralatte Manuale Lansinoh®
4. Come assemblare il Tuo Tiralatte Manuale Lansinoh®
5. Sugerimenti relativi al Pompaggio
6. Come utilizzare il Tuo Tiralatte Manuale Lansinoh®
7. Come conservare il Latte Materno già Estratto
8. Risoluzione problemi relativi al Tiralatte Manuale Lansinoh®
9. Somministrazione del latte materno con la Tettarella Peristaltica NaturalWave™



## Presentazione del Tiralatte Manuale Lansinoh®

Il Tiralatte Manuale Lansinoh® è stato progettato appositamente tenendo conto delle necessità delle madri in allattamento. Questo tiralatte è caratterizzato da due fasi distinte: la Fase di Discesa e la Fase di Fuoriuscita. Sarà possibile passare da una modalità all'altra regolando la posizione dell'impugnatura sul gambo. La protezione per il seno ComfortFit™ crea un sigillo che consente una suzione affidabile per un flusso di latte comodo e veloce. I due colli di biberon sono intercambiabili con tutta la gamma di pompe Lansinoh®. La confezione comprende la Tettarella a flusso lento NaturalWave™ che consente al bambino di ripetere i movimenti di suzione naturale appresi durante l'attaccamento al seno, bevendo da un biberon il latte materno già estratto. L'assemblaggio, l'utilizzo e il lavaggio della pompa sono operazioni facili da eseguire.

L'allattamento al seno è sempre la soluzione migliore. È riconosciuto come la migliore scelta per il tuo bambino perché gli fornisce tutto il nutrimento di cui ha bisogno durante i primi 6 mesi di vita. L'allattamento al seno favorisce lo sviluppo di un legame forte fra madre e figlio, apportando benefici a lungo termine sulla salute di entrambi.



## Componenti del Tiralatte Manuale Lansinoh®

(Vedere lo schema Appendix A)

- A** Protezione per il Seno ComfortFit™
- B** Corpo della Pompa
- C** Diaframma in Silicone
- D** Gambo
- E** Impugnatura
- F** Copertura del biberon e dischetto sigillante
- G** Valvola Bianca
- H** Sostegno del Biberon

### 2 Fase Teologia

Questo tiralatte si compone di due fasi distinte: la Fase di Discesa e la Fase di Fuoriuscita. Sarà possibile passare da una modalità all'altra, regolando la posizione dell'impugnatura sul gambo.

### Fase di Discesa

Questa fase stimola dolcemente il seno. È progettata per imitare la prima fase di allattamento (la modalità in cui un bambino si nutre all'inizio dell'allattamento). È una delle caratteristiche in grado di favorire la discesa e lo scorrimento del latte. È possibile creare una lieve pressione di suzione, impostando l'impugnatura sul primo (alto) livello nel gambo e utilizzando rapidi battiti con l'impugnatura.



### Fase di Fuoriuscita

Questa fase consente alla madre di estrarre il latte dal proprio seno. Passare a questa modalità, impostando l'impugnatura sul secondo (basso) livello nel gambo. Per ottenere una suzione più forte, premere completamente l'impugnatura. Per diminuire la forza della suzione, premere l'impugnatura esercitando minor potenza.



## Come Sterilizzare e Pulire il Tuo Tiralatte Manuale Lansinoh®

Anteriormente al primo utilizzo della pompa, smontarla (rimuovere il diaframma in silicone e il gambo, la protezione per il seno ComfortFit™, la valvola bianca, separare il biberon, il tappo e il dischetto sigillante).

### Pulizia:

La protezione per il seno, il biberon, l'impugnatura e il sostegno del biberon devono essere puliti nella parte superiore della lavastoviglie oppure lavati a mano con detersivo per piatti e acqua bollente. Non utilizzare solventi o abrasivi. Risciacquare con acqua corrente e bollente. La valvola bianca, il diaframma in silicone, il gambo e la protezione per il seno ComfortFit™ possono essere lavati in lavastoviglie. Tuttavia, consigliamo di lavarli a mano per evitare danni e prolungare la loro vita utile. Far asciugare naturalmente tutti i componenti su uno strofinaccio pulito o su uno stendino.

**Note:** prestare attenzione durante il lavaggio della piccola valvola bianca, poiché essa costituisce un fattore importante per una suzione corretta. Non esercitare una forza eccessiva e non pulire con scovolini per biberon o per tettarelle. Lavare delicatamente a mano in acqua bollente e con sapone. Risciacquare con acqua corrente e bollente.

### Sterilizzazione:

**Sterilizzazione per bollitura:** collocare tutti i componenti in una pentola contenente acqua bollente, assicurandosi che nessuno contenga aria al suo interno. Coprire la pentola con un coperchio e lasciare bollire per

almeno 10 minuti. Tenere il capezolo sulla pentola fino all'utilizzo dell'attrezzatura. Note: durante la bollitura, è fondamentale che ci sia abbastanza acqua nella pentola per consentire il completo galleggiamento di tutti i componenti.

**Sterilizzazione con sostanze chimiche:** preparare la soluzione, utilizzando pastiglie o liquidi. Immergere tutti i componenti nella soluzione, assicurandosi che nessuno contenga aria al suo interno. Lasciare nella soluzione per almeno 30 minuti. Preparare una nuova soluzione ogni 24 ore.

**Utilizzo di sterilizzatori a vapore o a microonde:** attenersi alle istruzioni dei produttori. Assicurarsi che tutte le aperture siano rivolte verso il basso nello sterilizzatore e di aver lavato le mani prima di rimuovere l'attrezzatura dallo sterilizzatore.

4

## Come Assemblare il Tiralatte Manuale Lansinoh®

Note: prima di assemblare il Tiralatte Manuale Lansinoh®, assicurarsi che tutti i componenti siano stati lavati e sterilizzati, come mostrato dettagliatamente nella sezione 3 del presente manuale.

(Vedere lo schema Appendix B)

- 1 Lavare completamente le mani.
- 2 Inserire il gambo nel diaframma in silicone.
- 3 Collocare il diaframma in silicone e il gambo sulla parte superiore del corpo della pompa. Assicurarsi che siano saldati accuratamente attorno al bordo, premendo con le dita per garantire una chiusura perfetta.\*
- 4 Chiudere delicatamente la valvola bianca sulla pompa dalla parte inferiore, assicurandosi che la valvola bianca sia a contatto con il corpo della pompa. Non è necessario esercitare pressione eccessiva durante l'applicazione della valvola bianca. In caso di difficoltà di rimozione della valvola bianca, premerla verso il corpo della pompa allontanando leggermente le dita.
- 5 Avvitare il biberon sul corpo della pompa.
- 6 Allineare la scanalatura nell'impugnatura con il gambo e premere delicatamente l'impugnatura verso il basso. Premere fino a sentire un "clac".
- 7 Regolare il gambo e l'impugnatura affinché quest'ultima si adatti al primo livello del gambo, conosciuto come "Fase di Discesa".\*\*
- 8 Collegare la protezione per il seno ComfortFit™ al corpo della pompa.
- 9 Affinché la pompa sia completamente in equilibrio, inserire il biberon nell'apposito sostegno.
- 10 Ecco come la pompa deve apparire, dopo aver completato l'assemblaggio.

\*Questi componenti sono stati progettati per adattarsi in modo comodo. Per un assemblaggio più semplice, inumidire il bordo del diaframma in silicone con acqua. \*\*Questo tiralatte è caratterizzato da due fasi distinte: la Fase di Discesa e la Fase di Fuoriuscita. Sarà possibile passare da una modalità all'altra regolando la posizione dell'impugnatura sul gambo.

5

## Suggerimenti relativi al Pompaggio

Prima dell'utilizzo, è importante conoscere e prendere confidenza con la pompa e con i suoi componenti.

L'elemento più importante che determina la perfezione di una sessione di pompaggio è la reazione di discesa. Avviene quando il latte materno comincia a scorrere liberamente. I seguenti consigli favoriranno tale reazione: applicare una confezione di Gel riscaldato di Lansinoh® Therapearl Breast Therapy sul seno,

effettuando leggeri movimenti circolari con la punta delle dita dall'esterno del seno verso il capezolo prima e/o durante il pompaggio.

Cercare di scegliere il momento giusto per il pompaggio, evitando i momenti di maggiore confusione in cui è più probabile essere interrotti. Durante il pompaggio, provare a rilassarsi pensando al proprio bambino, oppure guardando una sua fotografia. A sessione di pompaggio completa può durare dai 20 ai 30 minuti, ma tale intervallo temporale varia in base al corpo. È importante ricordare che imparare a effettuare un pompaggio perfetto è una vera e propria arte. Le prime sessioni possono durare di più o meno tempo rispetto a quanto descritto in precedenza e possono produrre una ridotta quantità di latte materno. Ciò non significa che il proprio corpo non sia in grado di produrre abbastanza latte e che si stiano verificando errori procedurali. Il latte è prodotto in base alla necessità di fornitura. Pertanto, un pompaggio regolare del seno, associato alle poppate, contribuisce a stimolare e a rendere costante la fornitura di latte materno.

In caso di problemi di allattamento, rivolgersi al personale paramedico di fiducia.

Sarà possibile pompare un solo seno e allattare il bambino dall'altro. Ciò consente di massimizzare l'efficacia del pompaggio, utilizzando la reazione di discesa stimolata dalla suzione del bambino.

Assicurarsi che il tunnel della protezione per il seno sia leggermente inclinato verso il basso per consentire al latte materno di scorrere in modo naturale verso il biberon.

### Precauzioni durante l'allattamento di latte già estratto:

1. **NON RISCALDARE A MICRONDE IL LATTE MATERNO!** Le microonde alterano la composizione del latte e possono creare inoltre "macchie bollenti" nel latte che possono scottare il bambino.
2. Controllare sempre la temperatura di qualsiasi liquido, prima di farlo bere al bambino.
3. Non permettere al bambino di portare il biberon a letto o di nutrirsi in modo autonomo per molto tempo.
4. Al fine di evitare possibili rischi di soffocamento, controllare la forza della tettarella, premendo sulla parte del bulbo. Interrompere l'utilizzo in caso di comparsa di lacerazioni o spaccature.

6

## Come Utilizzare il Tuo Tiralatte Manuale Lansinoh®

Se possibile, attendere fino alla fornitura di latte materno e fino alla regolarizzazione dei periodi di allattamento. Ciò avviene normalmente almeno 3-4 settimane dopo il parto, se non diversamente consigliato dal proprio personale paramedico.

1. Lavarsi completamente le mani e assicurarsi che i seni siano puliti.
2. Assicurarsi di aver sterilizzato e assemblato attentamente la pompa in conformità a quanto descritto nelle sezioni "Come sterilizzare e pulire il tuo Tiralatte Manuale Lansinoh®" e "Come assemblare il tuo Tiralatte Manuale Lansinoh®".
3. Centrare l'apertura della pompa sul capezolo e premere delicatamente sul proprio seno, assicurandosi che il capezolo sia collocato in direzione della protezione per il seno. Premere fermamente la protezione per il seno ComfortFit™ della pompa contro il proprio seno. Assicurarsi che il sigillo sia ben chiuso affinché non vi siano fuoriuscite d'aria. È possibile creare un sigillo corretto, utilizzando l'altra mano per offrire supporto dal basso al proprio seno. Se il capezolo non riesce a mantenere una posizione centrale all'interno del tunnel della protezione per il seno senza sfregamento, è

possibile che sia necessaria la protezione per il seno ComfortFit™ più.

4. Premendo delicatamente verso il basso sull'impugnatura della pompa, si avvertirà la suzione sul proprio seno. Non è necessario premere completamente l'impugnatura per creare un sottovuoto, ma occorre farlo per raggiungere una posizione comoda.
5. Sarà possibile creare una delicata pressione di suzione in preparazione all'estrazione, impostando l'impugnatura sul primo (alto) livello del gambo. Assicurarsi che il capezolo si stia muovendo, comprimere e rilasciare l'impugnatura fino al raggiungimento della velocità desiderata.
6. Per cominciare la fase di Reazione di Discesa, impostare il gambo sul livello (primo) più alto dell'impugnatura e comprimere l'impugnatura. Il latte materno comincerà presto a scorrere anche senza utilizzare tutta la suzione che la pompa è in grado di generare.
7. Durante lo scorrimento del latte materno (1 - 2 minuti), cambiare sulla Fase di Fuoriuscita. Per spostarsi sulla Fase di Fuoriuscita, premere delicatamente "PREMERE" sull'estremità dell'impugnatura per impostare il secondo (basso) livello del gambo. Continuare a comprimere e rilasciare l'impugnatura per raggiungere la pressione di suzione desiderata.

Se la pressione di suzione è debole durante l'estrazione del latte materno, premere l'impugnatura fin in fondo. L'estrazione in posizione comoda è più importante dell'impostazione di una forte pressione di suzione. Far uscire il latte alla pressione di suzione più appropriata al proprio confort.

\*Per tornare alla Fase di Discesa dalla Fase di Fuoriuscita, (1) premere l'estremità del gambo verso di sé, (2) premere delicatamente l'impugnatura e impostare sul primo livello (alto).

**Attenzione: non continuare il pompaggio per più di cinque minuti consecutivi in caso di assenza di risultati.** Provare a far fuoriuscire il latte in un altro momento della giornata. Nota bene: qualora il pompaggio risulti molto doloroso o scomodo, interromperlo utilizzando la pompa e rivolgersi al proprio personale paramedico di fiducia.

7

## Come Conservare il Latte Materno già Estratto

Il latte materno deve essere conservato all'interno di un contenitore pulito e sigillato.

**Non** conservare il proprio latte materno in frigorifero o vicino ai portelloni del congelatore. Essi tendono a essere la parte più calda del frigorifero o del congelatore, a causa delle frequenti aperture e chiusure degli stessi. Datare tutto il latte materno e cominciare a utilizzare quello meno recente.

### Prova I Sacchetti di Conservazione del Latte Materno Lansinoh®:

- Ideale per conservare e congelare il latte materno
- Cerniera lunga a doppio click brevettata per prevenire fuoriuscite o perdite
- Disponibili sacchetti più resistenti

Linee Guida per la Conservazione del Latte Materno		
Luogo	Temperatura	Tempo
A temperatura ambiente (latte fresco)	da 19° a 26°C	4 ore (ideale) fino a 6 ore (accettabile)**
In frigorifero	da 4°C a 6°C	72 ore (ideale) fino a 8 giorni (accettabile)**
In freezer	da -18° a -20°C	6 mesi (ideale) fino a 12 mesi (accettabile)

\* Consigliamo di congelare o raffreddare il latte subito dopo averlo estratto.

Riferimento: Lega Internazionale La Leche

### Scongelamento

Scongela il latte ghiacciato nel frigorifero o collocare il contenitore sotto l'acqua corrente. Riscaldare gradualmente fino allo scongelamento completo del latte. Sarà possibile scongelare il latte nel frigorifero fino a un massimo di 24 ore. Non ricingolare il latte materno una volta scongelato.

Scuotere il latte scongelato creando dei vortici prima di allattare il bambino, al fine di mescolare gli strati che si sono separati. Il latte materno non è omogeneo e la "crema" sale sulla superficie del biberon. Il colore e la consistenza del latte materno possono variare in base al momento della giornata in cui è stato estratto, a ciò che si è mangiato e all'età del bambino al momento del pompaggio. Non scuotere il biberon con forza per mescolare gli strati al fine di non danneggiare i componenti vivi del latte materno.

Non cuocere a microonde il latte umano! Le microonde alterano la composizione del latte materno. Inoltre, le microonde possono creare "macchie bollenti" nel latte materno che possono provocare scottature al bambino.

Non scongelare il latte materno in acqua molto calda o bollente.

8

## Risoluzione problemi relativi al Tiralatte Manuale Lansinoh®

**Manca di Suzione / Diminuzione della Suzione**  
In caso di avvertimento di diminuzione della suzione, provare a eseguire le seguenti operazioni:

1. Assicurarsi che tutti i componenti della pompa siano stati asciugati e assemblati in modo adeguato.
2. Esaminare la valvola bianca al fine di assicurarsi che non vi siano lacerazioni o forellini. Essa è essenziale per raggiungere la suzione più adatta. Se opportuno, sostituire la valvola bianca con una valvola di ricambio fornita insieme alla pompa.
3. Assicurarsi che il diaframma in silicone e il gambo siano saldamente collegati al corpo della pompa e che si crei una sigillatura perfetta.
4. Assicurarsi che la Protezione per il Seno ComfortFit™ sia collegata saldamente al corpo della pompa per creare una sigillatura perfetta.
5. Se il capezzolo non riesce a stare in posizione centrale all'interno del tunnel della fianza senza sfregamento, è possibile che sia necessaria la Protezione per il Seno più larga ComfortFit™ inclusa nella confezione.

### Assenza di Estrazione di Latte Materno

In caso di avvertimento di diminuzione della suzione, provare a eseguire le seguenti operazioni:

1. Assicurarsi che tutti i componenti della pompa siano stati asciugati e assemblati in modo adeguato.
2. Esaminare la valvola bianca per assicurarsi che non ci siano lacerazioni o forellini. Essa è essenziale per raggiungere la suzione più adatta. Se opportuno, sostituire la valvola bianca con una valvola di ricambio fornita insieme alla pompa.
3. Assicurarsi che il diaframma in silicone e il gambo siano collegati saldamente al corpo della pompa e che si crei una sigillatura perfetta.
4. Assicurarsi che la Protezione per il Seno ComfortFit™ sia collegata saldamente al corpo della pompa per creare una tenuta perfetta.

### Dolore Durante il Pompaggio

In caso di dolore durante la fuoriuscita del latte materno, provare a eseguire le seguenti operazioni:

1. Sarà possibile che il pompaggio sia troppo forte. Può non essere necessario utilizzare tutta la

suzione che la pompa è in grado di generare. Provare a premere l'impugnatura a metà altezza e ricordare il ritmo suggerito di 2-3 secondi.

2. Sarà possibile che sia necessaria una protezione per il seno più piccola o più larga. Provare un'altra protezione per il seno inclusa in questa confezione. Rivolgersi al proprio personale paramedico di fiducia per una valutazione e per conoscerne la misura.

9

## Nutrizione del latte materno con la Tettarella Peristaltica NaturalWave™

**Questa Tettarella Peristaltica NaturalWave™ è stata progettata appositamente per:**

- Consentire la stabilizzazione della composizione del latte materno.
- Passare facilmente dal seno al biberon e viceversa.
- Favorire il movimento "a onda" della lingua del bambino.
- Favorire il movimento di suzione istintivo per uno sviluppo orale naturale.



### 1. Attaccamento

Le labbra si aprono verso l'esterno e si attaccano all'areola.



### 2. Movimento peristaltico della lingua

La lingua compie movimenti tranquilli per comprimere il capezzolo ed estrarre il latte. Ciò facilita lo sviluppo orale naturale della mascella e del viso.

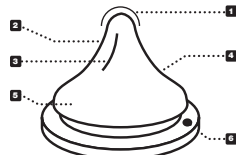
**Dato concreto:** la lingua del bambino ripete il movimento peristaltico circa 800 - 1000 volte in un'unica sessione di allattamento.



### 3. Ingerimento

La parte posteriore della lingua si alza, incanalando il latte nell'esofago.

**La Tettarella Peristaltica NaturalWave™ è stata progettata appositamente ed è clinicamente testata per facilitare la dinamica dell'allattamento naturale.**



1. Suggestivo Tettarella  
Il bambino controlla il flusso del latte.
2. 100% di Silicone Morbido  
Si stende e si flette per una compressione ottimale.
3. Dorsali interni verticali  
Rafforzano la struttura della tettarella, rendendola resistente al cedimento.
4. Design esclusivo a pendenza graduale  
Consente dolci movimenti peristaltici della lingua.
5. Base della tettarella ampia e consistente  
Per un adattamento semplice e una suzione efficace.
6. AVS™  
Riduce l'ingresso dell'aria, potenziale causa delle coliche.

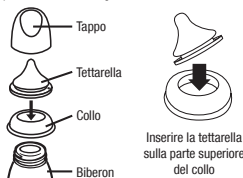
**Tettarella unico pezzo, design antirottura disponibile per flussi leggeri, medi e rapidi.**

Per i primi 6 mesi di vita del bambino, è consigliabile un allattamento al seno esclusivo. L'allattamento al seno e la produzione di latte materno devono essere ben consolidati prima di introdurre un biberon e una tettarella.

**Istruzioni per l'Uso:** riempire con la quantità richiesta di liquido e avvitare il tappo. Il riscaldamento nel microonde è sconsigliato. Non sigillare il biberon, in caso di utilizzo nel microonde. Rimuovere la tettarella, il collo e il tappo se utilizzato nel microonde. Scuotere bene prima dell'uso e controllare sempre la temperatura prima di far bere il liquido al bambino. Il cibo caldo non distribuito equamente può bruciare la bocca del bambino. Non riscaldare a microonde il latte umano poiché tale processo può alterarne la composizione. Pulire il prodotto, se utilizzato per la prima volta. Per garantire un'appropriatezza igienica del prodotto, riporre la tettarella e il biberon con tutti i suoi componenti in acqua bollente per 5 minuti, prima dell'uso. Durante il trasporto del biberon completamente pieno, assicurarsi che il tappo sia collocato correttamente e che la tettarella sia al centro del tappo per accertarsi che non vi siano fuoriuscite del prodotto.

**Pulizia:** prima dell'utilizzo, collocare il prodotto in acqua bollente per 5 minuti, lasciarlo raffreddare e risciacquare completamente tutti i componenti del biberon. Tale operazione garantisce una corretta igiene. Dopo il primo utilizzo, è possibile lavare il biberon nella parte superiore della lavastoviglie e sterilizzarlo (aperto) sia nel microonde sia utilizzando un macchinario speciale per la sterilizzazione. Lavare sempre tutti i componenti del prodotto subito dopo l'uso. Lavare in acqua calda con sapone delicato e risciacquare completamente. Pulire prima dell'uso.

**Assemblaggio:** dopo un'asciugatura completa, inserire la tettarella per l'allattamento attraverso la parte superiore del colletto del tappo a vite. Avvitare saldamente il colletto del tappo sul collo della bottiglia.



**Precauzioni:** in caso di non utilizzo, conservare in un luogo fresco e asciutto al riparo da fonti di luce. Utilizzare sempre questo prodotto in presenza di un adulto. Non pulire, conservare o far entrare il prodotto a contatto con solventi o sostanze chimiche aggressive, per evitarne il danneggiamento. Non esporre il prodotto vicino a fonti di calore. Si consiglia, inoltre, di non lasciarlo per molto tempo immerso in sostanze disinfettanti ("soluzioni sterilizzanti"). Non riscaldare il liquido collocando la coppa direttamente sul gas, sul fuoco, su piastre calde, in forni elettrici, ecc.

### AVVERTENZE per la sicurezza e la salute del bambino!

Utilizzare sempre questo prodotto in presenza di un adulto. Non utilizzare mai la tettarella per sostituire il ciuccio. La suzione continua e prolungata dei fluidi può provocare il deterioramento dei denti. Controllare sempre la temperatura del cibo, prima di alimentare il bambino. Tenere tutti i componenti fuori dalla portata dei bambini. Non far giocare il bambino con le attrezzature per l'allattamento per evitare il rischio di soffocamento, di caduta del bambino o qualora le parti che compongono il prodotto non siano state assemblate.

**AVVERTENZE:** il deterioramento dei denti nei bambini piccoli può presentarsi anche in caso di utilizzo di fluidi non zuccherati. Ciò accade quando il bambino usa il biberon/la coppa per molto tempo nel corso della giornata, in particolare di notte, quando avviene una riduzione del flusso di saliva o quando entrambi gli elementi fungono da ciuccio. Non lasciare la tettarella a contatto diretto con la luce solare o con fonti di calore e non lasciarla immersa in sostanze disinfettanti ("soluzioni sterilizzanti") più del tempo suggerito, per evitarne l'indebolimento. Controllare sempre il prodotto prima dell'uso. Gettarlo in caso di rievamento di danni o segni di indebolimento. Sostituire la tettarella ogni 7 settimane

per ragioni di igiene e sicurezza. Tirare la tettarella per l'allattamento da diverse direzioni per controllare l'integrità del prodotto.

**ATTENZIONE:** alcuni succhi sono sterili e le soluzioni possono opacizzare il silicone. Tale fenomeno non apporta alcuna modifica alle proprietà. Non cuocere a microonde il latte umano, poiché le microonde ne alterano la composizione. Il riscaldamento nel microonde può produrre alte temperature localizzate. Prestare maggiore attenzione durante il riscaldamento a microonde. Agitare sempre l'alimento riscaldato per assicurare una distribuzione di calore più omogenea e controllare la temperatura prima di allattare.

**AVVERTENZE:** i materiali di confezionamento non costituiscono parte integrante del prodotto. Per la sicurezza del bambino, si prega di rimuovere e gettare tutti i materiali di confezionamento, prima dell'utilizzo. Conservare le istruzioni per future consultazioni. Lasciarci aperti nei microonde.



**Manufacturer: Lansinoh Laboratories  
Saglik Gereceleri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.  
Zafer SB Mah. Gunduz Sk. No:13 E.S.B  
Gaziemir/ Izmir/ Turkiye**

**E**

**LANSINOH®**

**MANUAL INSTRUCCIONES DE USO EXTRACTOR DE LECHE MANUAL**

Enhoraabuena por haber tomado la decisión de dar a su bebé lactancia materna, este es el mejor comienzo posible para la vida de su bebé. La multitud de beneficios para la salud, tanto para usted como para su bebé, están bien documentados. La leche materna es siempre la mejor. Aunque proporcionar a su bebé la leche materna cuando usted no puede estar presente, no siempre resulta fácil, se requiere un esfuerzo especial. Usted debe de estar muy orgullosa del compromiso de ofrecer a su bebé una alimentación perfecta para un crecimiento y desarrollo óptimos. Nuestro extractor de leche manual ha sido diseñado para ser rápido y fácil para las madres que tienen que extraer de vez en cuando la leche materna y que valoran la comodidad que proporciona un extractor manual.

**Instrucciones de uso:**

Leer detenidamente antes de usar por primera vez su Extractor de Leche Manual Lansinoh®.

Contenidos:

1. Presentación del Extractor de Leche Manual Lansinoh®
2. Componentes del Extractor de Leche Manual Lansinoh®
3. Cómo esterilizar y limpiar su Extractor de Leche Manual Lansinoh®
4. Cómo montar su Extractor de Leche Manual Lansinoh®
5. Consejos para extraer su leche con el Extractor de Leche Manual Lansinoh®
6. Cómo usar su Extractor de Leche Manual Lansinoh®
7. Cómo guardar su Extractor de Leche Manual Lansinoh®
8. Resolución de problemas del Extractor de Leche Manual Lansinoh®
9. Alimentar usando la Tetina Peristáltica NaturalWave™

**1**

## Presentación del Extractor de Leche Manual Lansinoh®

El Extractor de Leche Manual Lansinoh® ha sido diseñado pensando en las necesidades de las

mujeres lactantes. Este extractor de leche tiene dos modos distintos: el modo de Fase de Estimulación (Fase Let Down) y el modo de Fase de Extracción (Fase Expression). Puede cambiar fácilmente de un modo a otro ajustando la posición de la palanca que se encuentra en el mango. La almohadilla ComfortFit™ sella el embudo y el pecho y así la extracción resulta cómoda y rápida. Las botellas de cuello ancho son intercambiables con toda la gama de extractores de leche Lansinoh®. El pack incluye la tetina NaturalWave™ de flujo lento, que permite a su bebé utilizar las acciones de mamar ya aprendidas de forma natural en el pecho en la fase de extracción (expression). El extractor es fácil de montar, fácil de usar y fácil de limpiar.

El amamantamiento es lo mejor. La leche materna es la mejor elección para su bebé, le proporciona todos los nutrientes que necesitará durante los primeros 6 meses de su vida. Dar el pecho ayuda a crear un lazo fuerte entre madre y bebé y da beneficios a largo plazo a ambos.

**2**

## Componentes del Extractor de Leche Manual Lansinoh®

(Por favor, consulte el anexo A)

- A Almohadilla ComfortFit™
- B Bomba
- C Diafragma de silicona
- D Palanca
- E Mango
- F Tapa y arandela hermética
- G Válvula blanca
- H Soporte del biberón

### 2 Términos de Fases

Este extractor de leche materna tiene dos modos distintos. Se puede cambiar con facilidad entre fases ajustando la posición del mango en la palanca.

#### Fase Let Down (Fase de Estimulación)

Esta fase estimula el pecho suavemente. Está diseñada para imitar la primer fase del amamantamiento (la acción de succionar de un bebé en el momento que coge el pecho). Es la fase en la que se estimula el pecho y el flujo de leche. Usted puede conseguir una succión suave al poner el mango en la primera posición (la más alta), bombeando el mango repetidamente con una acción corta y rápida.



#### Fase de Expression (Fase de Extracción)

Esta fase le permite extraer leche del pecho. Para cambiar a este modo, ponga el mango en la segunda posición (la más baja). Para conseguir una succión óptima, presione el mango hasta el fondo, para menos succión, presione menos.

**3**

## Cómo limpiar y esterilizar su Extractor de Leche Manual Lansinoh®

Antes de usar su extractor por primera vez, desmóntelo (quitar el diafragma de silicona, la palanca, la Almohadilla ComfortFit™ y la válvula blanca. Separe el biberón, la tapa y la arandela hermética).

#### Limpieza:

Se puede lavar la almohadilla, botellas mango y soporte en la parte superior del lavavajillas o lavados a mano

con detergente y agua caliente. No use disolventes o abrasivos. Aclarar con agua limpia y caliente. Se puede lavar la válvula blanca, el diafragma de silicona, la palanca y la Almohadilla ComfortFit™ en la parte superior del lavavajillas; sin embargo, le aconsejamos que se laven estos componentes a mano para evitar que se pierdan y para prolongar su vida. Deje que se sequen al aire completamente, encima de un paño limpio o en un escurridor.

**Aviso:** tenga cuidado al limpiar la válvula blanca, ya que es importante para una succión correcta. No use una fuerza excesiva y no limpie con cepillos para limpiar biberones ni cepillos para limpiar tetinas. Lave a mano en agua caliente y aclare con agua caliente abundante.

#### Esterilizar:

**Esterilizar mediante método de hervir:** coloque todos los componentes en una cazuela de agua hirviendo, compruebe que no haya aire atrapado en ningún componente, tape la cazuela y deje hervir durante 10 minutos como mínimo. Aviso: es esencial que se utilice bastante agua para que todos los componentes estén flotando libremente durante todo el tiempo que estén en el agua hirviendo.

**Esterilizar con productos químicos:** haga una solución con pastillas o líquido. Sumergir todos los componentes en la solución, compruebe que no hay aire atrapado en ningún componente. Deje todo en la solución durante 30 minutos como mínimo. Haga una solución nueva cada 24 horas.

**Esterilizar con esterilizadores de vapor o en el microondas:** Siga las instrucciones de uso del fabricante. Compruebe que todas las aperturas de los componentes están boca abajo en el esterilizador. Asegúrese de lavarse las manos antes de quitar los componentes del esterilizador.

**4**

## Cómo montar su Extractor de Leche Manual Lansinoh®

Aviso: antes de montar su Extractor de Leche Manual Lansinoh® compruebe que todos sus componentes han sido limpiados y esterilizados tal y como se describe en el apartado 3 de este manual.

(Por favor, consulte el anexo B)

- 1 Lavar cuidadosamente sus manos.
- 2 Insertar la palanca en el diafragma de silicona.
- 3 Colocar el diafragma de silicona y la palanca en la parte superior del extractor. Compruebe que está ajustado alrededor del borde presionando con los dedos para conseguir un sellado perfecto.\*
- 4 Colocar suavemente la válvula blanca desde abajo, compruebe que la válvula blanca está a ras con el extractor. No es necesario usar mucha fuerza al colocar la válvula blanca. Si después le resulta difícil quitar la válvula blanca, es porque se había introducido demasiado.
- 5 Enroscar la botella al extractor.
- 6 Alinear la ranura del mango con la palanca y suavemente empujar el mango hacia abajo hasta que se oiga un click.
- 7 Ajustar la palanca y el mango para que se encaje en la primera posición, denominada la Fase de Estimulación (Fase Let Down).\*\*
- 8 Poner la Almohadilla ComfortFit™ en el cuerpo del extractor.
- 9 Para que todo el aparato este estable, colocarlo en su soporte.
- 10 Así es como tiene que aparecer su extractor una vez montado.

\*Estos componentes están diseñados para encajar a la perfección. Para montarlos con más facilidad, simplemente humedecer el borde del diafragma de silicona con agua.



\*\* Este extractor de leche tiene dos modos distintos: el modo de Fase de Estimulación (Fase Let Down) y el modo de Fase de Extracción (Fase Expression). Puede cambiar fácilmente de un modo a otro ajustando la posición de la palanca que se encuentra en el mango.

5

## Consejos para extraer su leche

Familiarícese con el extractor y sus componentes antes de usar.

La parte más importante para conseguir la mejor extracción de la leche materna es el reflejo de estimulación. Este es el momento en el que su leche empieza a fluir libremente. Lo siguiente puede ayudarle a estimular este reflejo natural: antes y después de extraer la leche, templar el Lansinoh® Therapearl Breast Therapy Gel pack, ponerlo encima del pecho y hacer movimientos suaves y circulares con las puntas de los dedos por encima del pecho desde la parte de afuera hacia el pezón.

Intente elegir un momento para extraer la leche en el que usted no tenga prisa, ni sufra interrupciones. Intentar relajarse pensando en su bebé o ver una foto de su bebé también puede ayudarle.

En general, una sesión de extracción de leche puede durar unos 20 - 30 minutos, pero todo depende de su organismo. Recuerde, una buena extracción es un arte aprendido. Al principio, las extracciones tal vez no duren lo que queremos aquí y puede que las cantidades extraídas sean pequeñas. Pero esto no quiere decir que su organismo no esté produciendo la cantidad de leche adecuada o que usted está haciendo algo mal. La leche materna se produce según la demanda, extraer leche de sus pechos frecuentemente y amamantar a su bebé estimula y mantiene la producción de leche materna.

Si tiene problemas al dar el pecho, consulte a su médico.

Puede extraer la leche de un pecho mientras da del otro a su bebé. Esto le permite maximizar la eficacia del bombeo, aprovechando la estimulación de su bebé a la producción de leche.

Compruebe que el túnel de la almohadilla está inclinado ligeramente hacia abajo para que la leche fluya naturalmente hacia el biberón.

### Precauciones al alimentar a su bebé con leche materna extraída:

1. ¡NO CALENTAR LECHE MATERNA EN EL MICROONDAS! El microondas altera la composición de la leche materna y también puede dar lugar a "puntos calientes", lo cual puede quemar a su bebé.
2. Comprobar siempre la temperatura de cualquier líquido antes de dárselo a su bebé.
3. No dejar que un niño se lleve un biberón a la cama o que lo beba durante periodos prolongados.
4. Para evitar el posible peligro de atragantarse, comprobar la tetina estirando la parte protuberante. Desechar la tetina si tiene cualquier rotura o grieta.

6

## Cómo utilizar su Extractor de Leche Manual Lansinoh®

Salvo que un médico le indique lo contrario, si es posible, espere hasta que su lactancia y sus horarios para dar el pecho estén bien establecidos. Normalmente esto ocurre entre las 3-4 semanas

después de dar a luz.

1. Lavarse las manos cuidadosamente y compruebe que sus pechos estén limpios.
2. Compruebe que se ha esterilizado y montado su extractor exactamente como se describe en las secciones "Cómo Limpiar y Esterilizar su Extractor de Leche Manual Lansinoh®" y "Cómo Montar su Extractor de Leche Manual Lansinoh®".
3. Colocar el embudo en el pezón y apretarlo contra su pecho de modo que el pecho se encuentre en el centro del túnel. Apretar la Almohadilla ComfortFit™ contra su pecho; compruebe que se ha sellado bien para que no se escape aire. Se puede conseguir que la unión sea hermética con más facilidad si se sujeta el pecho por debajo con su otra mano.  
Si no se puede centrar el pezón sin que se roce contra el embudo, puede que usted necesite utilizar la Almohadilla ComfortFit™ más grande.
4. Mientras aprieta el mango de la bomba suavemente, sentirá la succión en su pecho. No es necesario presionar el mango hasta el fondo para crear el vacío, sólo hasta conseguir una succión cómoda.
5. Se puede crear un succión suave, lista para la fase de extracción, colocando previamente la palanca en la primera posición. Confirmar que su pezón se está moviendo y apretar y soltar el mango hasta que se encuentre el ritmo que más le guste.
6. Para comenzar la fase de Estimulación, coloque la palanca en la primera posición (la de más arriba) y apriete el mango. Pronto empezará a fluir su leche. No es necesario utilizar toda la succión que la bomba puede generar.
7. Una vez que fluya la leche (1-2 minutos) cambie a la fase de extracción. Para cambiar a la fase de extracción, ligeramente empuje la parte "PUSH" del mango hasta la segunda posición. Siga apretando y soltando el mango hasta que se encuentre el nivel de succión que más le guste.

Si el nivel de succión le parece débil durante la extracción de su leche, presione el mango hasta el fondo. El nivel de presión cambia según la fuerza con que se aprieta el mango. Es más importante estar cómoda durante la extracción que fijar un nivel de presión de succión alta. Por favor, extraiga su leche con un nivel de succión apropiado para usted.

\*Para volver a la fase de Estimulación desde la fase de Extracción, (1) Tirar de la punta de la palanca hacia usted. (2) apretar suavemente el mango, y colocarlo en la primera posición.

**Advertencia:** no siga bombeando durante más de 5 minutos seguidos si no se extrae leche. Intente extraer la leche durante otro momento del día. Recuerde: si el proceso de extracción vuelve a ser incómodo o doloroso, debe parar la práctica y consultar a su médico.

7

## Cómo almacenar su leche extraída

La leche materna se debe guardar en un recipiente limpio y cerrado.

**No almacenar** su leche en la puerta de un frigorífico o un congelador. La puerta suele ser la parte menos fría de un frigorífico o congelador debido a que se abre y cierra continuamente. Poner la fecha a toda la leche almacenada y usar la leche más antigua primero.

**Pruebe nuestras Bolsas de Almacenaje de Leche Materna Lansinoh®:**

- Ideales para guardar y congelar la leche materna
- Sistema patentado de doble click con cierre de cremallera que impide goteo o derrames
- Las bolsas más fuertes disponibles

## Recomendaciones para Guardar la Leche Materna

Dónde	Temperatura	Duración
Temperatura ambiental	19°C a 26°C	4 horas (ideal) hasta 6 horas (aceptable)**
Frigorífico	4°C a 6°C	72 horas (ideal) hasta 8 días (aceptable)**
Congelador	18°C a -20°C	6 meses (ideal) hasta 12 meses (aceptable)

\* Lo ideal es guardar en la nevera o enfriar la leche nada más extraerla.

### Descongelar

Descongelar la leche materna en la nevera o colocarla debajo de agua corriente, templando gradualmente el agua hasta que la leche se haya descongelado. La leche descongelada se puede guardar en la nevera hasta 24 horas. No volver a congelar la leche materna una vez descongelada.

Remover el recipiente que contiene la leche descongelada suavemente antes de dárla al bebé para mezclar las capas que se habían separado durante la congelación. La leche materna no está homogeneizada y la nata se subirá a la parte superior del biberón. El color de la leche materna puede variar según el momento del día en el que se haya extraído, lo que usted haya comido, y la edad que tenga el bebé en el momento de su extracción. No agitar el recipiente con vigor, ya que puede dañar los componentes vivos que contiene la leche materna.

No poner la leche materna en el microondas. Calentar la leche materna en microondas altera su composición y también puede dar lugar a "puntos calientes", los cuales pueden quemar al bebé.

No descongelar la leche materna con agua muy caliente o con agua hirviendo.

8

## Solución de Problemas para el Extractor de Leche Manual Lansinoh®

### Falta de succión / Disminución de la succión

Si siente que la succión ha disminuido, pruebe lo siguiente:

1. Compruebe que todos los componentes del extractor hayan sido secados y montados correctamente.
2. Inspeccionar la válvula blanca por si hay una rotura o un agujero pequeño. Este componente es crítico para conseguir una succión correcta. Si hace falta, cambiar la válvula blanca por la otra que se encuentra en el pack.
3. Compruebe que el diafragma de silicona y la palanca están colocados y ajustados bien a la botella, de manera que se consigue un cierre hermético.
4. Compruebe que la Almohadilla ComfortFit™ está colocada y ajustada bien a la botella, de manera que se consigue un cierre hermético.
5. Si no se puede centrar el pezón sin que se roce contra el embudo, puede que necesite utilizar la Almohadilla ComfortFit™ más grande que se encuentra en el pack.

### No hay leche materna extraída

Si siente que la succión ha disminuido, pruebe lo siguiente:

1. Compruebe que todos los componentes del extractor hayan sido secados y montados correctamente.
2. Inspeccionar la válvula blanca por si hay una rotura o un agujero pequeño. Este componente es crítico

para conseguir una succión correcta. Si hace falta, cambiar la válvula blanca por la otra que se encuentra en el pack.

- Compruebe que el diafragma de silicona y la palanca están colocados y ajustados bien a la botella, de manera que se consiga un cierre hermético.
- Compruebe que la Almohadilla ComfortFit™ está colocada y ajustada bien a la botella, de manera que se consiga un cierre hermético.

#### Dolor durante la extracción

Si experimenta dolor durante la extracción de su leche materna, pruebe lo siguiente:

- Tal vez está bombeando con demasiado fuerza. Tal vez no sea necesario utilizar toda la succión que el extractor puede generar. Intente presionar el mango solo hasta la mitad y acuérdesse del ritmo aconsejado, que es de 2-3 segundos.
- Tal vez necesite una almohadilla más grande o más pequeña, pruebe la otra almohadilla incluida en este pack. Consulte a su médico sobre la talla más apta para usted.

9

## Alimentando a su bebé con la tetina Peristáltica NaturalWave™

### La tetina Peristáltica NaturalWave™ está especialmente diseñada para:

- Ayudar a mantener los hábitos establecidos en el amamantamiento.
- Intercambiar con facilidad entre el biberón y el pecho, y pecho y biberón.
- Estimular el movimiento de la lengua en forma de ola (movimiento peristáltico).
- Animar los movimientos reflejos innatos de la succión, lo cual favorece el desarrollo bucal.



#### 1. Prendere del pezón

Los labios se abren y cogen la aureola.

#### 2. Movimiento peristáltico

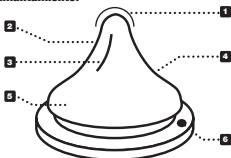
La lengua se mueve en forma de ola para comprimir el pezón y extraer leche. Esto estimula el desarrollo bucal, facial y mandibular.

**Dato:** La lengua del bebé repite el movimiento peristáltico de 800 a 1000 veces en un solo amamantamiento.

#### 3. Tragar

La base de la lengua se eleva encauzando la leche al esófago.

### La tetina Peristáltica NaturalWave™ está diseñada y clínicamente comprobada para estimular este reflejo innato del amamantamiento.



- Punta de la tetina: El bebé controla el flujo de la leche.
- Blanda 100% silicona: Se estira y flexiona para una compresión óptima.
- Plegues internos: Refuerzan la estructura de la tetina, lo cual la hace resistente al colapso.
- Diseño único de una inclinación gradual: Facilita el movimiento peristáltico de la lengua.

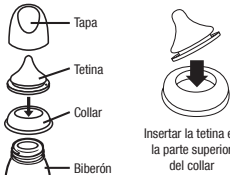
- Base de la tetina amplia y con textura: Para un agarre fácil y una succión efectiva.
- AVS™: Reduce la ingestión de aire, una causa potencial de cólicos.

### Tetina con diseño de una pieza, libre de problemas disponible con flujo lento, medio y rápido.

Se recomienda dar el pecho exclusivamente durante los primeros 6 meses de la vida de su bebé. El hábito del amamantamiento y la leche materna debe estar firmemente establecido antes de empezar a dar el biberón y tetina.

**Instrucciones de uso:** llenar con la cantidad de líquido requerido y cerrar la tapa enroscándola. No se aconseja calentar en el microondas. Si decide calentar la comida en el microondas, no cierre el biberón. Cierre la tetina, collar y tapa cuando use el microondas. Agite bien antes de usar y siempre compruebe la temperatura antes de dárselo a su bebé. Las comidas no calentadas de manera uniforme pueden quemar la boca de su bebé. No use el microondas para calentar la leche materna ya que el microondas altera la composición de la leche. Limpie el producto, antes de usarlo. Para asegurarse de la higiene del producto, antes de usarlo, ponga la tetina del biberón con todos sus componentes en agua hirviendo durante 5 minutos. Cuando el biberón esté lleno, compruebe que esté cerrado con la tapa colocada correctamente y con la tetina en el centro de la tapa para que la función anti-goteo esté activada.

**Limpiar:** antes del uso inicial, meter el producto en agua hirviendo durante 5 minutos, dejar que se enfríe y aclarar cuidadosamente los componentes del biberón. Esto es para garantizar la higiene. También se puede lavar el biberón (abierto) en la parte superior de un lavavajillas y se puede esterilizar en el microondas o en un esterilizador especial. Siempre lavar todos los componentes del producto inmediatamente después del cada uso. Lavar en agua enjabonada templada y aclarar cuidadosamente. Limpiar antes de cada uso. **Montaje:** una vez que el producto esté totalmente seco, insertar la tetina por el collar enroscado. Enroscar el collar al biberón cerrándolo muy bien.



**Precauciones:** cuando no se use el producto, guardar en un lugar seco y cubierto. Siempre utilizar este producto bajo la supervisión de un adulto. No limpiar con productos disolventes o químicos fuertes, ni dejar que esté en contacto con ellos, pueden dañar el producto. No dejar el producto al sol directo o en lugares calurosos, no dejar en desinfectantes o soluciones de esterilización más tiempo de lo recomendado. No calentar el líquido a fuego directo ni ponerlo directamente en la vitrocerámica, en hornos eléctricos etc.

**Advertencia: ¡para la salud y seguridad de su niño!** Siempre utilizar este producto bajo la supervisión de un adulto. Nunca usar la tetina como chupete. Chupar líquidos durante periodos prolongados causará caries. Siempre compruebe la temperatura de la comida antes de dárla a su hijo. Mantenga todos los componentes fuera del alcance de los niños cuando no estén en uso. No deje al bebé solo con el biberón y sus componentes, se puede atragantar.

**AVISO:** la caries en los niños puede aparecer incluso si se utilizan productos no edulcorados. Esto puede

ocurrir si se deja al bebé utilizar el biberón o taza durante periodos prolongados durante el día y sobre todo durante la noche, cuando la producción de saliva es menor o el líquido se usa para confortar al niño. No dejar la tetina al sol directo o en lugares calurosos, o dejar en desinfectantes (soluciones de esterilización) más tiempo de lo recomendado porque así se puede debilitar la tetina. Inspeccionar antes de cada uso. Deshechar con los primeros signos de deterioro o debilidad. Cambiar la tetina cada 6 semanas, por razones de higiene y seguridad. Tirar con los dedos de la tetina en todas direcciones para comprobar que está bien.

**ATENCIÓN:** algunos zumos son estériles y algunas soluciones pueden hacer que la tetina se vuelva opaca, lo cual no modifica las propiedades de la tetina. No use el microondas para calentar la leche materna, ya que el microondas altera la composición de la leche. Calentar en el microondas puede ocasionar puntos calientes de calor alto. Tenga más cuidado cuando caliente con microondas. Siempre remueva la comida para conseguir un calor uniforme y compruébela antes de servir.

**ADVERTENCIA:** los materiales del envase no forman parte del producto. Para la seguridad de su niño, quite y desheche todos los materiales del envase antes de usar, pero lea y guarde para consultar posteriormente las instrucciones de uso. Deje abierto en el microondas.



**Manufacturer: Linsinoh Laboratories  
Saglik Gereceleri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.  
Zafer SB Mah. Gunduz Sk. No:13 E.S.B  
Gaziemir/ Izmir/ Turkiye**



**LANSINOH®**

### INSTRUÇÕES DE UTILIZAÇÃO DA BOMBA DE EXTRAÇÃO DE LEITE MANUAL

Parabéns pela decisão de oferecer ao seu bebé o melhor começo de vida possível através da amamentação. Os inúmeros benefícios para a saúde, tanto da mãe como do bebé, estão bem documentados. Embora o leite materno seja sempre o melhor, dá-lo ao bebé quando se está ausente não é fácil. Implica um esforço especial e a mãe deverá sentir-se orgulhosa do seu empenho em oferecer ao bebé a nutrição perfeita para o seu crescimento e desenvolvimento óptimos. A nossa bomba de extracção de leite manual foi concebida para ser rápida e fácil de usar para as mães que necessitem de, ocasionalmente, extrair leite ou para aquelas que apreciem a comodidade de uma bomba de extracção manual.

#### Instruções de utilização:

Leia o presente manual antes de utilizar pela primeira vez a Bomba de Extracção de Leite Manual Linsinoh®.

Índice:

- Apresentação da Bomba de Extracção de Leite Manual Linsinoh®
- Peças da Bomba de Extracção de Leite Manual Linsinoh®
- Limpar e esterilizar a Bomba de Extracção de Leite Manual Linsinoh®
- Montar a Bomba de Extracção de Leite Manual Linsinoh®
- Sugestões para a extracção
- Utilização da Bomba de Extracção de Leite Manual Linsinoh®
- Armazenamento do leite materno extraído
- Resolução de problemas com a Bomba de Extracção de Leite Manual Linsinoh®
- Amamentar com a Tetina Peristáltica NaturalWave™

1

## Apresentação da Bomba de Extração de Leite Manual Lansinoh®

A Bomba de Extração de Leite Manual Lansinoh® foi concebida especificamente tendo em conta as necessidades das mães que amamentam. Esta bomba de extração manual tem duas fases distintas: a fase de descida e a fase de extração. É possível alternar facilmente entre os dois modos ajustando a posição da pega na haste. A almofada para a mama ComfortFIT™ cria uma vedação que permite uma sucção frável que resultará num fluxo confortável e rápido. Os gargalos dos biberões de grandes dimensões são intercambiáveis com toda a gama de bombas Lansinoh®. O pacote inclui a tétina de fluxo lento NaturalWave™ que permite ao bebé replicar as acções de sucção aprendidas na mama, ao beber leite materno extraído através do biberão. A bomba é fácil de montar, usar e limpar.

O leite materno é melhor. Amamentar exclusivamente com leite materno é reconhecido como a melhor opção para o bebé e fornece-lhe todos os nutrientes de que necessita nos primeiros 6 meses de vida. A amamentação ajuda a desenvolver um elo mais forte entre a mãe e o bebé e comporta inúmeros benefícios para ambos a longo prazo.

2

## Peças da Bomba de Extração de Leite Manual Lansinoh®

(Por favor, consulte o anexo A)

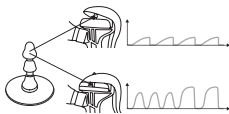
- A Almofada para a mama ComfortFIT™
- B Corpo da bomba
- C Diafragma de silicone
- D Haste
- E Pega
- F Tampa do biberão e disco de vedação
- G Válvula branca
- H Suporte do biberão

### Tecnologia 2 fases

Este biberão possui duas fases distintas, a fase de descida e a fase de extração. É possível alternar facilmente entre os dois modos ajustando a posição da pega na haste.

### Fase de descida

Esta fase estimula suavemente a mama. Foi concebida para imitar a primeira fase da amamentação através da mama (a forma como o bebé se alimenta no início da amamentação). É uma das características que encoraja o início do fluxo do leite. É possível criar uma pressão de sucção suave pousando a mão na primeira ranhura (parte superior) da haste e descrevendo impulsos rápidos com a pega.



### Fase de extração

Esta fase permite extrair o leite materno da mama. Alternar para este modo colocando a pega no segundo entalhe (parte inferior) da haste. Para obter a sucção mais forte, premir totalmente a pega. Para abrandar a sucção, premir a pega com menos intensidade.

3

## Limpar e esterilizar a Bomba de Extração de Leite Manual Lansinoh®

Antes de utilizar a bomba pela primeira vez, desmonta-la (remover o diafragma de silicone e a haste, a almofada para a mama ComfortFIT™, a válvula branca e o biberão independente, a tampa e o disco de vedação).

### Limpeza:

A almofada para a mama, os biberões, a pega e o suporte para os biberões devem ser lavados no compartimento superior da máquina de lavar loiça ou lavados com detergente e água quente. Não utilizar solventes nem abrasivos. Enxaguar com água quente e limpa. A válvula branca, o diafragma de silicone e a haste, bem como a almofada para a mama ComfortFIT™ podem ser lavados na máquina de lavar loiça, porém, recomenda-se a lavagem à mão para evitar a perda e para prolongar a vida destas peças. Secar totalmente ao ar todas as peças sobre uma toalha limpa ou num escurridor.

**Nota:** cuidado ao limpar a válvula branca pequena. Esta é importante para uma sucção adequada. Não utilizar força excessiva e não limpar com uma escova de biberões nem com uma escova de tetinas. Lavar suavemente à mão em água quente com detergente e enxaguar com água quente corrente.

### Esterilizar:

**Esterilizar por fervura:** colocar todas as peças numa panela de água a ferver, garantindo que não há ar retido nas mesmas, cobrir a panela com a tampa e deixar ferver durante 10 minutos no mínimo. Manter a panela tapada até o equipamento ser necessário. Nota: é essencial utilizar água suficiente para manter as peças a flutuar livremente enquanto fervem.

**Esterilizar com químicos:** preparar a solução com pastilhas ou líquido. Mergulhar todas as peças na solução, garantindo que não há ar retido nas peças. Deixar na solução durante 30 minutos no mínimo. Preparar uma solução fresca a cada 24 horas.

### Utilizar esterilizadores a vapor ou microondas:

seguir as instruções dos fabricantes. Garantir que todas as aberturas se encontram viradas para baixo no esterilizador. Não esquecer de lavar as mãos antes de retirar o equipamento do esterilizador.

4

## Montar a Bomba de Extração de Leite Manual Lansinoh®

Nota: antes de montar a Bomba de Extração de Leite Manual Lansinoh®, assegurar-se de que todas as peças estão lavadas e esterilizadas de acordo com o indicado na secção 3 deste manual.

(Por favor, consulte o anexo B)

- 1 Lavar exaustivamente as mãos.
- 2 Introduzir a haste no diafragma de silicone.
- 3 Colocar o diafragma de silicone e a haste na parte superior do corpo da bomba. Assegurar que as encaixam perfeitamente em redor do rebordo fazendo pressão com os dedos para garantir uma vedação perfeita.\*
- 4 Fixar a válvula branca suavemente à bomba a partir de baixo, garantindo que esta se encontra em linha com o corpo da bomba. Não é necessário utilizar força excessiva ao aplicar a válvula branca. Caso exista dificuldade para remover a válvula branca, esta estará demasiado introduzida no interior do corpo da bomba.
- 5 Enroscar o biberão no corpo da bomba.
- 6 Alinhar o entalhe na pega com a haste e premir suavemente a pega. Empurrar até ouvir um estalido.
- 7 Ajustar a haste e a pega para que a pega encaixe no primeiro entalhe da haste, conhecido como a fase de descida.\*\*
- 8 Fixar a almofada para a mama ComfortFIT™ ao corpo da bomba.

9 Para tornar a bomba completamente estável, introduzir o biberão no suporte do biberão.

10 Quando totalmente montada, o aspecto deverá ser conforme ilustrado.

\*Estas peças foram concebidas para encaixar firmemente. Para uma montagem mais fácil, humedecer o rebordo do diafragma de silicone com água.

\*\*Este biberão possui duas fases distintas, a fase de descida e a fase de extração. É possível alternar facilmente entre as duas fases ajustando a posição da pega na haste.

5

## Sugestões para a extração

Familiarizar-se com a bomba e as peças antes da utilização.

A parte mais importante de uma extração bem-sucedida é a reflexo de descida. É este o momento em que o leite materno começa a fluir livremente. Os seguintes conselhos poderão ajudar a que este reflexo natural se dê: uma almofada de gel terapêutica para a mama Therapearl Lansinoh® aquecida e aplicada na mama com movimentos circulares leves dos dedos, procedendo do exterior da mama em direcção ao mamilo, antes e/ou durante uma sessão de extração.

Tentar escolher uma hora de extração em que a mãe não esteja com pressa nem seja interrompida. Procurar relaxar enquanto se pensa no bebé ou se observa uma fotografia do bebé, poderá ser útil ao extrair o leite materno.

No total, uma sessão de extração poderá durar entre 20 a 30 minutos, mas dependerá sempre do corpo da mãe. Recordar que a extração bem-sucedida é uma arte que se aprende. As sessões de prática iniciais poderão ser mais curtas ou mais longas que o indicado neste manual e poderão resultar numa pequena quantidade de leite recolhida, mas tal não significa que o corpo da mãe não produza leite suficiente ou que se esteja a fazer algo incorrecto. O leite é produzido com base num sistema de oferta-procura e a sua extração regular, juntamente com amamentar o bebé, estimula e mantém a produção de leite.

Caso ocorram problemas com a amamentação, consultar um profissional de saúde.

É possível extrair de um seio enquanto se alimenta o bebé no outro. Isto permite maximizar a eficácia da extração utilizando o reflexo de descida estimulado pela sucção do bebé.

Garantir que o túnel da almofada para a mama está ligeiramente inclinado para baixo para permitir que o leite materno flua naturalmente em direcção ao biberão.

### Precauções ao amamentar com leite materno extraído:

1. NÃO AQUECER O LEITE MATERNO NO MICROONDAS! Aquecer o leite materno altera a sua composição e poderá também criar "pontos quentes" que poderão queimar a criança.
2. Testar sempre a temperatura de qualquer líquido antes de amamentar o bebé.
3. Não permitir que a criança leve o biberão para a cama ou que se alimente sozinha durante longos períodos.
4. Para evitar um possível risco de sufocamento, testar a força da tétina puxando a parte do bolbo. Deixar de utilizar caso se detecte algum rasgão ou fenda.

6

## Utilização da Bomba de Extração de Leite Manual Lansinoh®

Se possível, aguardar até possuir um horário bem definido do fornecimento de leite e da amamentação. Isto acontece normalmente entre 3 a 4 semanas após o parto, salvo aconselhamento contrário de um profissional de saúde.

1. Lavar exaustivamente as mãos e garantir que os seus estão limpos.
2. Assegurar que a bomba foi correctamente esterilizada e montada, seguindo exactamente as indicações das secções "Limpar e esterilizar a Bomba de Extração de Leite Manual Lansinoh®" e "Montar a Bomba de Extração de Leite Manual Lansinoh®".
3. Centrar a abertura da bomba sobre o mamilo e premir suavemente contra a mama garantindo que o mamilo se encontra centrado no túnel da almofada para a mama. Premir a almofada para a mama ComfortFit™ da bomba firmemente contra a mama, garantindo que a vedação é segura e não há fuga de ar. É possível criar uma boa vedação usando a outra mão para suportar a mama por baixo. Caso o mamilo não possa ser centrado com o túnel da almofada para o peito sem esfregar, poderá ser necessária uma almofada para a mama ComfortFit™.
4. À medida que se prime suavemente a pega da bomba, a mãe sentirá a sucção na mama. Não é necessário premir totalmente a pega para criar vácuo, bastará premir tanto quanto seja confortável.
5. É possível criar uma pressão de sucção suave em preparação para a extração posicionando a pega no primeiro entalhe (parte superior) da haste. Confirmar que o mamilo se move, e apertar e libertar a pega até encontrar o ritmo preferido.
6. Para começar com a fase de descida, posicionar a haste no entalhe superior (primeiro) da pega e apertá-la. O leite materno começará a fluir mesmo que a mãe não aplique toda a sucção que a bomba é capaz de criar.
7. Quando o leite materno começar a fluir (1 – 2 minutos) passar à fase de extração. Para passar à fase de extração, premir suavemente a parte "PUSH" (premir) na ponta da pega para posicionar a pega no segundo entalhe (parte inferior) da haste. Continuar a apertar e libertar a pega para encontrar a pressão de sucção adequada.

Caso a mãe sinta a pressão de sucção como débil ao extrair o leite, deverá apertar a pega completamente. A pressão de sucção altera-se com base na intensidade com que se aperta a pega. Uma extração confortável é mais importante que estabelecer uma pressão de sucção forte. A mãe deverá extrair o leite a uma pressão de sucção que lhe seja adequada.

\*Para passar da fase de extração novamente à fase de descida (1) a mãe deverá puxar a ponta da haste na sua direcção, (2) apertar suavemente a pega, e posicioná-la no primeiro entalhe (parte superior).

**Aviso: não obtendo resultados, não continuar a tentar extrair durante mais de cinco minutos seguidos.** Tentar a extração em outra altura do dia. Recordar que: se a extração se tornar demasiado dolorosa ou desconfortável, a mãe deverá deixar de usar a bomba e consultar um profissional de saúde.

7

## Armazenamento do leite materno extraído

O leite materno pode ser armazenado num recipiente limpo e fechado.

**Não** armazenar o leite materno na parte do frigorífico ou congelador. A porta costuma ser a parte mais quente do frigorífico ou congelador devido à abertura e fecho. Todo o leite materno armazenado deverá estar datado, devendo usar-se primeiro o leite mais antigo.

## Sacos de armazenamento de Leite materno

### Lansinoh®:

- Ideais para armazenamento e congelação do leite materno
- O fecho patenteado de duplo encaixe evita fugas ou derrames
- O saco mais resistente do mercado

Directrizes para o armazenamento do leite materno		
Onde	Temperatura	Tempo
À temperatura ambiente (leite fresco)	19° a 26°C	4 horas (ideal) até 6 horas (aceitável)
Num frigorífico	4°C a 6°C	72 horas (ideal) até 8 dias (aceitável)**
Num congelador	-18° a -20°C	6 meses (ideal) até 12 meses (aceitável)

\* É preferível refrigerar ou congelar o leite logo após a sua extração.

Referência: La Leche League International

### Descongelar

Descongelar o leite materno no frigorífico ou colocar o recipiente debaixo de água corrente fria, aquecendo gradualmente a água até o leite descongelar. O leite descongelado pode ser guardado no frigorífico até 24 horas. Não voltar a congelar o leite materno depois de descongelado.

Agitar suavemente o recipiente com leite materno descongelado antes de alimentar o bebé a fim de misturar as camadas separadas. O leite materno não é homogeneizado e, como tal, formar-se-á "nata" à superfície do biberão. O leite materno poderá variar em cor e consistência dependendo da altura do dia em que o leite foi extraído, daquilo que a mãe ingeriu e da idade do bebé à data da extração. Não agitar o biberão vigorosamente para misturar as camadas, uma vez que ao fazê-lo, poderá danificar os componentes vivos do leite materno.

Não aquecer leite humano no microondas! O microondas altera a composição do leite materno. O microondas poderá também dar origem a "pontos quentes" no leite que poderão queimar a criança.

Não descongelar o leite materno em água muito quente ou a ferver.

8

## Resolução de problemas da Bomba de Extração de Leite Manual Lansinoh®

### Falta de sucção/sucção reduzida

Caso se sinta que a sucção diminuiu, tentar o seguinte:

1. Garantir que todas as peças da bomba foram devidamente secas e correctamente montadas.
2. Inspeccionar a válvula branca para detectar rasgos ou perfurações. Este componente é crítico para se obter uma sucção adequada. Se necessário, substituir a válvula branca pela válvula sobressalente fornecida com a bomba.
3. Garantir que o diafragma de silicone e a haste se encontram firmemente fixados ao corpo da bomba e que foram criadas condições de vedação perfeitas.
4. Garantir que a almofada para a mama ComfortFit™ se encontra firmemente fixada ao corpo da bomba e que foram criadas condições de vedação perfeitas.
5. Caso o mamilo não possa ser centrado com o túnel da flange sem esfregar, poderá ser necessária uma almofada para a mama ComfortFit™ maior, incluída na embalagem.

## Não há extração de leite

Caso se sinta que a sucção diminuiu, tentar o seguinte:

1. Garantir que todas as peças da bomba foram devidamente secas e correctamente montadas.
2. Inspeccionar a válvula branca para detectar rasgos ou perfurações. Este componente é crítico para se obter uma sucção adequada. Se necessário, substituir a válvula branca pela válvula sobressalente fornecida com a bomba.
3. Garantir que o diafragma de silicone e a haste se encontram firmemente fixados ao corpo da bomba e que foram criadas condições de vedação perfeitas.
4. Garantir que a almofada para a mama ComfortFit™ se encontra firmemente fixada ao corpo da bomba e que foram criadas condições de vedação perfeitas.

### Dor durante a extração

Caso se sinta dor durante a extração do leite materno, experimentar os passos que se seguem:

1. A mãe poderá estar a usar a bomba com demasiada intensidade. Poderá não ser necessário utilizar todo o poder de sucção da bomba. Experimentar exercer metade da pressão na pega e recordar que o ritmo sugerido é de 2-3 segundos.
2. Caso a mãe necessite de uma almofada para a mama maior ou mais pequena, experimentar a outra almofada incluída na embalagem. Consultar um profissional de saúde para uma avaliação do tamanho.

9

## Amamentar com a Tetina Peristáltica NaturalWave™

Esta Tetina Peristáltica NaturalWave™ foi especialmente concebida para:

- Ajudar a manter os padrões de amamentação estabelecidos.
- Alternar facilmente da mama para biberão e vice-versa.
- Encorajar o movimento ondulante da língua do bebé.
- Promover a acção de sucção instintiva para um desenvolvimento oral natural.



1. "Agarrar"  
Lábios abertos para cima e abocanhar a areóla.

2. Movimento peristáltico da língua

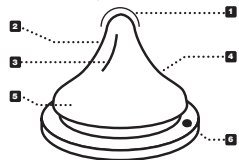
A língua move-se num movimento ondulante suave para comprimir o mamilo e extrair o leite. Isto encoraja o desenvolvimento natural, oral, do maxilar e da face.

**Facto:** a língua do bebé repete o movimento peristáltico cerca de 800 a 1000 vezes em apenas uma sessão de amamentação.

3. Engolir

A parte anterior da língua do bebé ergue-se, canalizando o leite para o esfôgado.

A Tetina Peristáltica NaturalWave™ foi concebida e clinicamente testada para encorajar este padrão natural de amamentação.



1. Ponta da tetina

- O bebê controla o fluxo de leite.
- 100% Silicone macio
  - Elástica e flexível para uma compressão ótima.
  - Estrías interiores verticais  
Fortalecem a estrutura da teta, tornando-a resistente ao colapso.
  - Design único com inclinação gradual  
Permite um movimento peristáltico da língua suave.
  - Base da teta ampla e texturada  
Para "agarrar" mais facilmente e tornar a sucção mais eficaz.
  - AVIS<sup>TM</sup>  
Reduz a entrada de ar, potencial causa de cólicas.

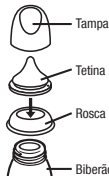
### Uma teta de design simples, peça única, disponível com fluxo lento, médio e rápido.

Recomenda-se amamentação exclusivamente com leite materno nos primeiros 6 meses de vida do bebê. A amamentação com leite materno e produção de leite pela mãe devem ser firmemente estabelecidas antes do introduzir o biberão e a teta.

**Instruções de utilização:** encher com a quantidade indicada de líquido e apertar a tampa de rosca. Não é recomendável aquecer no microondas. Caso se decida aquecer alimentos no microondas, não fechar o biberão. Retirar a teta, a rosca e a tampa ao utilizar o microondas. Agitar bem antes de usar e verificar sempre a temperatura antes de dar o leite ao bebê. Os alimentos aquecidos não uniformemente podem queimar a boca do bebê. Não aquecer o leite humano no microondas uma vez que este altera a composição do leite. Antes da primeira utilização, lavar o produto. Para garantir a higiene do produto, antes de utilizar, colocar a teta e o biberão com todos os seus componentes em água a ferver durante 5 minutos. Ao transportar um biberão cheio, garantir que está bem fechado com a tampa bem colocada, tendo o cuidado de posicionar a teta de alimentação no centro da tampa para ativar a função "à prova de derrame" do produto.

**Limpeza:** antes da utilização inicial, colocar o produto em água a ferver durante 5 minutos, deixar arrefecer e enxaguar cuidadosamente todos os componentes do biberão. Isto é para garantir uma boa higiene. Posteriormente, o biberão poderá também ser lavado na prateleira superior da máquina de lavar loiça e poderá ser esterilizado (aberto) tanto no microondas como por meio de uma máquina esterilizadora especial. Lavar sempre todos os componentes do produto imediatamente após cada utilização. Lavar com água morna e detergente, e enxaguar exaustivamente. Limpar antes de cada utilização.

**Montagem:** após exaustivamente seco, inserir a teta de alimentação através da peça superior da rosca do gargalo. Fixar bem a rosca ao gargalo do biberão.



Introduzir a teta na parte superior da rosca

**Precauções:** quando não for utilizado, armazenar num local seco e abrigado. Utilizar sempre este produto sob supervisão de um adulto. Não limpar, armazenar ou permitir que entre em contacto com solventes ou químicos agressivos. Poderão ocorrer danos. Não deixar o produto exposto à luz solar directa ou calor, nem deixar em desinfectante ("solução esterilizante") durante mais tempo que o recomendado. Não aquecer o líquido colocando a caneca directamente em bicos de gás ou eléctricos, placas de aquecimento, fornos eléctricos, etc.

**AVISO para a segurança e saúde da criança!** Utilizar sempre este produto sob supervisão de um adulto. Nunca utilizar as tetinas para acalmar as gengivas doloridas do bebê. A sucção contínua e prolongada de fluidos poderá causar degradação dos dentes. Verificar sempre a

temperatura dos alimentos antes de amamentar. Manter todos os componentes não utilizados fora do alcance das crianças. Não permitir que o bebê beba sozinho com este tipo de equipamento devido ao risco de sufocamento, queda do bebê ou se o produto tiver sido desmontado.

**AVISO:** a degradação dos dentes de crianças pequenas pode ocorrer mesmo com a utilização de fluidos não açúcarados. Isto poderá ocorrer se for permitido ao longo do dia e, particularmente, durante a noite, quando o fluxo de saliva é reduzido, ou se for utilizado para acalmar gengivas doloridas. Não deixar a teta exposta à luz solar directa ou calor, nem deixar em desinfectante ("solução esterilizante") durante mais tempo que o recomendado, pois poderá enfraquecer a teta. Inspeccionar antes de cada utilização. Deitar para o lixo ao primeiro sinal de danos ou debilidade. Por motivos de segurança e higiene, substituir a teta a cada 7 semanas. Puxar a teta de alimentação em todas as direcções para inspeccionar o produto.

**ATENÇÃO:** alguns sumos são estéreis e as soluções poderão tornar o silicone opaco. Isto não modifica nenhuma das suas propriedades. Não aquecer o leite humano no microondas uma vez que este altera a composição do leite. Aquecer num microondas poderá produzir altas temperaturas localizadas. Ter especial atenção durante o processo de aquecimento no microondas. Mexer sempre os alimentos aquecidos para garantir uma distribuição uniforme do calor e testar a temperatura antes de servir.

**AVISO:** os materiais de embalagem não fazem parte do produto. Para a segurança da criança, remover e deitar para o lixo todos os materiais de embalagem antes da utilização, mas lendo e guardando as instruções para consulta futura. Deixar aberto no microondas.



**Manufactur: Lansinoh Laboratories  
Magyar Gecerelei Tasarim San. Tic. Ltd. Sti. Ltd.  
Zafer SB Mah. Gunduz Sk. No:13 E.S.B  
Gazimierz / Izmir / Turkiye**



**LANSINOH®  
LAKTOR MANUALNY -  
INSTRUKCJA OBSŁUGI**

Gratulujemy podjęcia decyzji zapewnienia swojemu dziecku najlepszego startu poprzez karmienie piersią. Naukowo udokumentowano liczne korzyści zdrowotne płynące z karmienia piersią, zarówno dla Ciebie, jak i dla Twojego dziecka. Mimo że pokarm matki jest zawsze najlepszy, zapewnienie go dziecku, gdy nie ma Cię przy nim, nie zawsze jest możliwe. Wymaga to pewnego wysiłku i powinna być dumna, że tak starasz się zapewnić swojemu dziecku doskonały pokarm potrzebny do idealnego wzrostu i rozwoju. Laktator manualny Lansinoh® został zaprojektowany z myślą o matkach, które chcą w szybki i prosty sposób odciągnąć pokarm, korzystając z zalet naszego laktatora.

#### Instrukcja obsługi:

Przed rozpoczęciem korzystania z laktatora manualnego Lansinoh® prosimy poświęcić kilka minut na przeczytanie niniejszej instrukcji.

Spis treści:

1. Wprowadzenie
2. Części
3. Jak czyścić i sterylizować laktator manualny Lansinoh®
4. Jak składać laktator
5. Porady dotyczące odciągania pokarmu
6. Jak korzystać z laktatora
7. Jak przechowywać odciągnięty pokarm
8. Rozwiązywanie problemów z laktatorem
9. Podawanie odciągniętego pokarmu przy użyciu smoczka NaturalWave<sup>TM</sup>

1

## Laktator manualny Lansinoh® - Wprowadzenie

Laktator manualny Lansinoh® został zaprojektowany z uwzględnieniem potrzeb matek karmiących piersią. Nasz laktator ma dwa niezależne tryby pracy: wolniejszy i szybszy. Przesuwając rączkę na rdzeniu można w łatwy sposób zmienić tryb pracy. Specjalna poduszeczka ComfortFit<sup>TM</sup> stanowi specjalną uszczelkę, zapewniającą odpowiednie ssanie, co zapewnia szybko i wydajne odciąganie pokarmu. Butelki z szerokimi szkami pasują do wszystkich laktatorów Lansinoh®. Zestaw zawiera smoczek do karmienia NaturalWave<sup>TM</sup> o wolnym przepływie, który umożliwi dziecku zachowanie naturalnych czynności ssania w czasie picia z butelki, nabytych podczas karmienia naturalnego. Laktator jest łatwy w montażu, użyciu i czyszczeniu.

Karmienie piersią jest najlepsze. Wyłącznie karmienie piersią jest idealnym rozwiązaniem przez pierwsze 6 miesięcy życia Twojego dziecka, zapewniając mu wszystkie niezbędne substancje odżywcze. Pozwala na stworzenie silnej więzi między matką a dzieckiem i przynosi liczne korzyści dla ich obojga.

2

## Części laktatora manualnego Lansinoh®

(Appendix A)

- Poduszka ComfortFit<sup>TM</sup>
- Laktator
- Membrana silikonowa
- Rdzeń
- Rączka
- Zakrętkę butelki z uszczelką i krążkiem zamykającym
- Biały zawór
- Podstawa butelki

#### Technologia trybów pracy

Laktator ma dwa niezależne tryby pracy. Możesz w łatwy sposób przełączać wybrany tryb pracy przez dostosowanie pozycji na rączce rdzenia.

#### Tryb pracy „Let Down”

Ta faza delikatnie stymuluje piersi. Jest tak pomyślana, by naśladować pierwszy etap karmienia (sposób, w jaki dziecko ssi na początku karmienia). W ten sposób stymuluje wypływ pokarmu. Ustawiając chwyt w górnym położeniu i powtarzając szybkie ruchy pompowania można wytworzyć delikatnie ciśnienie ssania.



#### Tryb pracy Odciąganie

Ten tryb pracy pozwala odciągnąć pokarm z piersi. Włącz ten tryb poprzez ustawienie uchwyty drugim (dolnym) wcięciem na rdzeniu. Aby uruchomić najmocniejszy siłę ssania, należy całkowicie wcisnąć uchwyt. Dla mniejszej siły ssania wcisnąć uchwyt słabiej.

3

## Jak czyścić i sterylizować laktator manualny Lansinoh®

Przed zastosowaniem laktatora po raz pierwszy należy go rozmontować (zdjąć silikonową membraną, rdzeń, poduszkę ComfortFit<sup>TM</sup>, biały zawór a także butelki, nakrętki i kołnierze).

**Mycie:**

Kolnier lejka ssącego, butelki, rączka i przykrywka lejka/stopka mogą być czyszczone na gorąco półce zmywarki lub myte ręcznie przy użyciu płynu do mycia naczyń i gorącej wody. Nie używać rozpuszczalników ani silnie działających środków chemicznych. Płukać pod gorącą, czystą wodą. Biały zawór, silikonowa membrana i przycisk ComfortFit™ mogą być myte w zmywarce, jednak zalecamy mycie ręczne, co wyeliminuje ich żywotność. Wszystkie części pozostawić do całkowitego wysuszenia na czystym ręczniku lub suszarce do naczyń.

**UWAGA:** Należy zachować ostrożność przy myciu małego białego zaworu. Jest to istotne dla prawidłowego ssania. Nie należy czyścić przy pomocy szcztółki do butelek, smoczków i szcztółki dołączanej do laktatora ani zbyt energicznie. Należy myć delikatnie ręcznie w gorącej wodzie z płynem i płukać pod bieżącą ciepłą wodą.

#### Sterylizacja:

Sterylizacja przez wygotowanie: Umieścić wszystkie części w naczyniu z wrzącą wodą, przykryć naczynie pokrywką i gotować co najmniej 10 minut. Uwaga: Ważne, aby wszystkie wygotowywane elementy były zanurzone w wodzie.

**Sterylizacja przy użyciu detergentów:** Przygotować roztwór wody z detergentem (tabletkami albo płynem). Zanurzyć wszystkie elementy laktatora w wodzie. Zostawić je w roztworze przez co najmniej 30 minut. Wybierając ten sposób sterylizacji powtarzać czynność co 24 godziny.

**Sterylizacja w mikrofalówce bądź sterylizatorze.** Postępować zgodnie z instrukcjami producenta. Umyć ręce przed wyciemieniem wysterylizowanych części z mikrofalówki bądź sterylizatora.

4

## Jak złożyć laktator manualny Lansinoh®

**Przed montażem:** laktatora upewnić się, że wszystkie części zostały umyte i wysterylizowane zgodnie z punktem 3 niniejszej instrukcji.

(Appendix B)

1. Umyć dokładnie ręce.
2. Włóż rdzeń w silikonową membranę.
3. Umieść silikonową membranę i rdzeń w laktatorze. Upewnij się, że jest dopasowany dokładnie wokół obrysu. Docisnij palcami, by sprawdzić czy idealnie przylega.\*
4. Delikatnie zamocuj biały zawór pod spodem lejka ssącego, tak aby biały zawór był w równej linii z krawędzią lejka. W celu montażu białego zaworu nie jest wymagana nadmierna siła. Jeśli biały zawór trudno wyciągnąć, oznacza to, że został zbyt głęboko wciśnięty w lejek ssący.
5. Wkręć butelkę w kolnier lejka ssącego.
6. Umieść rozwidiony koniec rączki pod zaworem membrany i przyciśnij delikatnie rączkę, aż zaskoczy na miejsce.
7. Ustaw rdzeń i rączkę w taki sposób, by pasowały do wcięcia na rdzeniu (przy trybie pracy „Let down”)\*\*.
8. Dołącz poduszkę ComfortFit™ do laktatora.
9. Aby ustabilizować laktator, umieść butelkę w stopce. Jeśli laktator nie jest używany, stopka może służyć jako przykrywka lejka ssącego.
10. Tak powinien wyglądać prawidłowo złożony laktator.

\* Elementy laktatora zostały zaprojektowane tak, by pasować do siebie idealnie. Dla ułatwienia montażu można zwiększyć krawędź silikonowej membrany wodą.  
\*\* Laktator ma dwa niezależne tryby pracy, „Let Down” i „Odciąganie pokarmu”. W łatwy sposób można

przełączyć wybraną fazę poprzez ustawienia na rączce rdzenia laktatora.

5

## Porady dotyczące odciągnięcia pokarmu

Zapoznaj się z laktatorem i jego częściami przed rozpoczęciem użytkowania.

Kluczem do sukcesu i skutecznego odciągnięcia pokarmu jest oddech wypompowania pokarmu. Stosowanie na przednich ciepłych i zimnych okładów za pomocą kompresów żelowych Therapearl Lansinoh® oraz delikatni, kołysty masaż przed i w trakcie odciągnięcia pokarmu mogą okazać się pomocne.

Staraj się wybrać taki moment na odciągnięcie pokarmu, w którym nie musisz się śpieszyć i nie Ci w tym nie przeszkodzi. Postaraj się zrehabilitować w trakcie odciągnięcia pokarmu - pomyśl o swoim dziecku lub patrz na jego fotografie - co może pomóc Ci odciągnąć większą ilość pokarmu.

Sesja odciągnięcia pokarmu może trwać 20-30 minut, ale zależy to od organizmu kobiety. Pamiętaj, że skuteczne odciągnięcie pokarmu to szept, a nie krzyk! Trzeba się nauszyć. Początkowo sesje mogą być krótsze lub dłuższe od tąd podanych i może się okazać, że ściągniesz niewielką ilość mleka, ale to nie oznacza, że Twój organizm za mało go produkuje albo że robisz coś źle. Mleko jest produkowane na zasadzie popytu i podaży, dlatego regularne odciągnięcie mleka – oprócz karmienia dziecka – zwiększy i utrzyma dużą produkcję pokarmu.

Jeśli wystąpią problemy z laktacją, skonsultuj się ze swoim lekarzem. Możesz ściągać pokarm z jednej piersi, drugą karmiąc dziecko. Pozwoli to maksymalnie zwiększyć skuteczność wykorzystania odrochu pierwszej fazy (wolniejszej) stymulowanej przez ssące dziecko.

Upewnij się, że lejek ssący jest skierowany delikatnie w dół, aby mleko mogło naturalnie spływać do butelki.

### Środki ostrożności podczas karmienia odciągniętym pokarmem:

1. **NIE PODGRZEWAJ POKARMU W MIKROFALÓWCE!** Mikrofałe zmieniają skład mleka. Mogą także tworzyć „gorące punkty” w mleku, powodując poparzenie niemowlęcia.
2. Zawsze sprawdz temperaturę podawanego pokarmu przez rozpoczęciem karmienia.
3. Nie pozwalaj dziecku na zabranie butelki do łóżka lub samodzielniego karmienia przez dłuższy czas.
4. Aby zapobiec ryzyku zakrzepnięcia, sprawdź wytrzymałość smoczka pociągając za jego końcówkę. **NIE** używaj smoczka, jeśli ma jakies przetarcia lub pęknięcia.

6

## Korzystanie z laktatora manualnego Lansinoh®

Jeśli to możliwe, poczekaj aż Twoja laktacja się ustabilizuje. Zwykwyczaj następuje to co najmniej 3-4 tygodnie po porodzie, chyba że Twój lekarz stwierdzi inaczej.

1. Umyć dokładnie ręce i upewnij się, że Twoje piersi są czyste.
2. Upewnij się, że wysterylizowałaś i dokładnie umyłaś laktator, jak określono w sekcjach „Mycie i sterylizowanie laktatora Lansinoh®” oraz „Montaż laktatora”.
3. Przyciśnij lejek ssący i poduszkę ComfortFit™ dokładnie do piersi; sprawdzając, czy dokładnie przylega i czy nie ucieka powietrze. Możesz wykorzystywać drugą rękę do przytrzymania piersi od

dolu tak by przylegała do laktatora.

Jeśli Twój brodawka piersi nie może znaleźć się pośrodku poduszeczki i wystaje poza nią, być może powinnaś zastosować większy rozmiar poduszki ComfortFit™.

4. Przy delikatnym naciśnięciu rączki poczujesz ssanie. Nie musisz w pełni przyciskać rączki, aby stworzyć próżnię; jedynie tyle, aby było Ci wygodnie.
5. Możesz wytworzyć łagodne ciśnienie siły ssania przygotowując do odciągnięcia poprzez ustawienie funkcji na rżnięcie - górne wcięcie. Upewnij się, że brodawka znajduje się w prawidłowej pozycji i zacznij naciskać uchwyt, by znaleźć właściwe tempo pompowania.
6. Aby rozpocząć odciągnięcie w trybie pracy „Let Down”, ustaw funkcję na rżnięcie poprzez górne wcięcie i naciśnij rączkę. Pokarm zacznie wypływać, nawet jeśli nie zostanie wykorzystana cała siła ssania laktatora.
7. Po odciągnięciu pokarmu w początkowym trybie pracy (1-2 minuty) zmień tryb pracy na fazę odciągnięcia. Aby zmienić tryb pracy, delikatnie przestaw wcięcie na rżnięcie na dolne, wskazując PUSH. Kontynuuj pompowanie, kontrolując prawidłową siłę ssania.

Jeżeli siła ssania nie jest wystarczająca, naciśnij rączkę całkowicie. Siła ssania jest uzależniona od tego, jak mocno naciskasz rączkę. Komfortowe odciągnięcie pokarmu jest ważniejsze niż wytworzenie mocnej siły ssania. Dobierz siłę ssania dogodną dla Ciebie.

\* Aby powrócić z trybu pracy Odciągnięcia na tryb początkowy „Let Down”, (1) pociągnij końcówkę rdzenia w swoim kierunku, (2) delikatnie ściśnij rączkę i ustaw pierwsze (na górze) wcięcie.

Ostrzeżenie: Nie kontynuuj pompowania przez dłużej niż pięć minut, jeśli nie widać żadnego efektu. Spróbuj o innej porze dnia. Należy pamiętać, że jeżeli pompowanie stanie się bardzo bolesne lub niewygodne, powinnaś je przerwać i skonsultować się z lekarzem.

7

## Przechowywanie odciągniętego pokarmu

Pokarm powinien być przechowywany w czystym i zamkniętym pojemniku.

Nigdy nie przechowuj pokarmu na drzwiach lodówki czy zamrażarki. Drzwi to najcieplejsza przestrzeń w lodówce/zamrażarce ze względu na ciągłe ich otwieranie i zamykanie. Datuj każde mleko i najpierw używaj najstarszego.

### Wybór woreczki do przechowywania pokarmu Lansinoh®:

- Idealne do przechowywania i mrożenia pokarmu
- Opatentowane podwójne zamknięcie przeciwdziałające wyciekaniu pokarmu z woreczka
- Najmocniejsze woreczki dostępne na rynku

Instrukcje dot. przechowywania odciągniętego pokarmu		
Gdzie	Temperatura	Okres
Temperatura pokojowa (świeży pokarm)	19° do 26°C	4 godziny (idealny czas) do 6 godzin (akceptowalny czas)**
W lodówce	4°C do 6°C	72 godziny (idealny czas) do 8 dni (akceptowalny czas)**
W zamrażalniku	-18° do -20°C	6 miesięcy (idealny czas) do 12 miesięcy (akceptowalny czas)

\* Zalecane jest, aby bezpośrednio po odciągnięciu pokarmu umieścić je w lodówce lub w chłodzie (Źródło:

**Rozmrażanie**

Rozmrażaj zamrożony pokarm w lodówce lub umieść pojemnik pod chłodną bieżącą wodą, stopniowo ogrzewając wodę aż do rozmarzenia pokarmu.

Rozmrożony pokarm można przechowywać w lodówce do 24 godzin. Nie zamrażaj ponownie rozmrożonego pokarmu.

Delikatnie zakręć pojemnikiem rozmrożonego pokarmu przed karmieniem dziecka, by wymieszać warstwy, które się rozdzieliły. Pokarm naturalny nie jest jednorodny i „śmietanka” wypłylnie na górę. Pokarm może się różnić kolorem i konsystencją, w zależności od pory dnia, kiedy zostało ściągnięte, tego, co jadłaś, lub wieku dziecka w czasie odciągania. Nie potrząsaj energicznie butelkę, by wymieszać warstwy, gdyż uszkadza to żywe składniki pokarmu.

Nie podgrzewaj pokarmu w mikrofalówce! Mikrofałe zmieniają skład mleka. Mogą także tworzyć „gorące punkty” w mleku, powodując poparzenie niemowlęcia.

Nie rozmrażaj pokarmu w bardzo gorącej lub wrzącej wodzie.

## 8

## Rozwiązywanie problemów związanych z laktatorem manualnym Lansinoh®

**Brak ssania / Zmniejszone ssanie**

Jeśli ssanie wydaje Ci się zmniejszone:

1. Upewnij się, że wszystkie części pompki zostały prawidłowo zamontowane.
2. Sprawdź, czy biały zawór nie ma przetrzał lub dziurek. Ten element jest najważniejszy dla osiągnięcia prawidłowej siły ssania. Jeśli to konieczne, zastąp biały zawór jednym z zaworów dołączonych do pompki.
3. Upewnij się, że silikonowa membrana z zaworem dokładnie przylegają do pompki, tworząc idealne zamknięcie.
4. Sprawdź, czy poduszeczka ComfortFit™ dokładnie przylega do lejka ssącego, tworząc idealne zamknięcie.
5. Jeśli Twoja brodawka piersi nie może znaleźć się pośrodku poduszeczki i wystaje poza nią, bóg może powinnaś zastosować większą poduszkę ComfortFit™ dołączoną do zestawu.

**Brak odciągania pokarmu**

Jeśli nie udaje Ci się odciągać pokarmu:

1. Upewnij się, że wszystkie elementy zostały starannie wysuszone i zamontowane.
2. Sprawdź, czy biały zawór nie jest uszkodzony. Element ten ma kluczowe znaczenie dla prawidłowego działania laktatora. Jeśli zjadł się taka potrzeba wymień zawór na nowy dołączony do zestawu.
3. Upewnij się, że silikonowa membrana i rdzeń idealnie przylegają do laktatora, tworząc pełne uszczelnienie.
4. Sprawdź, czy poduszeczka ComfortFit™ przylega idealnie do laktatora, tworząc pełne uszczelnienie.

**Ból podczas odciągania pokarmu**

Jeśli odczuwasz ból podczas odciągania pokarmu:

1. Możesz pompować zbyt mocno. Być może nie trzeba używać całej siły ssącej laktatora. Spróbuj poluzować rączkę o połowę i pamiętaj o zalecanym 2-3 sekundowym rytmie.
2. Być może powinnaś zastosować większą lub mniejszą poduszkę znajdującą się w zestawie. W razie wątpliwości skonsultuj się ze specjalistą.

## Karmienie przy użyciu smoczka NaturalWave™

### Smoczek NaturalWave™ został zaprojektowany z myślą o:

- Zachowaniu dobrych wzorców karmienia naturalnego.
- Łatwym przedstawianiu dziecka z piersi na butelkę i z powrotem.
- Zachęcaniu dziecka do aktywnego wykorzystania odrucha ssania podczas karmienia.
- Wspomaganiu prawidłowego rozwoju narządów jamy ustnej.



1. **Karmienie**  
Szeroko otwarte usta obejmujące otoczkę.

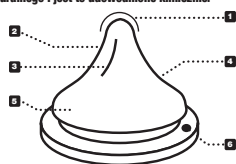


2. **Perystaltyczny ruch języka**  
Język porusza się w falisty, jednostajny sposób, co pozwala na prawidłowy rozwój narządów jamy ustnej.



- Fakt:** Język dziecka powtarza ruchy perystaltyczne od 800 do 1 000 razy podczas jednej sesji karmienia.
3. **Polykanie**  
Tylna część języka unosi się, kierując pokarm prosto do przełyku.

### Smoczek NaturalWave™ został zaprojektowany z myślą o zachowaniu dobrych wzorców karmienia naturalnego i jest to udowodnione klinicznie.



1. **Korciówka smoczka**  
Dziecko kontroluje wypływ pokarmu.
2. **100% miękkiego silikonu do optymalnego rozciągania.**
3. **Wewnętrzne pionowe krawędzie**  
Wzmocniana struktura smoczka, czyniąca go odpornym na odkształcenia.
4. **Unikatowe stopniowo nachylenie**  
Ułatwia płynne ruchy perystaltyczne języka.
5. **Struktura smoczka dla łatwego i efektywnego ssania.**
6. **AVS™**  
Redukuje dostawanie się powietrza, przyczynę kolek niemowlęcych.

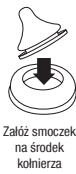
### Jeden element, przyjazny w użytkowaniu, dostępny w wersji wolnej, średniego i szybkiego przepływu.

Wyłącznie karmienie piersią jest zalecane przez pierwsze 6 miesięcy życia dziecka. Karmienie naturalne powinno być kontynuowane możliwie najdłużej przed podjęciem decyzji o karmieniu butelką.

**Instrukcja użytkownika:** Napełnij odpowiednią ilością płynu i dokręć zakrętkę. Podgrzewanie zawartości w mikrofalówce nie jest zalecane. Jeśli wybierzesz podgrzewanie w mikrofalówce, nie zamykaj butelki. Zdejmij smoczek, pierścien i nakrętkę przed włożeniem butelki do mikrofalówki. Dobrze wstrząśnij przed podaniem pokarmu i zawsze sprawdź jego temperaturę. Nierównomiernie podgrzany pokarm może poparzyć usta dziecka. Nie podgrzewaj pokarmu kobiciego w mikrofalówce, ponieważ może to zmienić jego skład. Przed pierwszym użyciem myj butelkę. Dla zachowania higieny przed użyciem wygotuj butelkę, smoczek i pozostałe elementy przez 5 minut. W przypadku całkowitego napełnienia butelki sprawdź, czy nakrętkę jest prawidłowo zakręcona i smoczek znajduje się pośrodku, by mogła zadziałać funkcja zapobiegania rozlaniu zawartości.

**Czyszczenie:** Przed pierwszym użyciem umieść butelkę we wrzącej wodzie na 5 minut, pozostaw do wystygnięcia i dokładnie umyj pozostałe elementy zestawu. Ma to zapewnić higienę. Później butelka może być również myta w górnym koszu zmywarki i może być sterylizowana w mikrofalówce lub sterylizatorze. Zawsze zaraz po użyciu umyj wszystkie elementy zestawu. Myć w ciepłej wodzie z mydłem i starannie optukać. Umyc przed każdym użyciem.

**Montaż:** Wyusun wszystkie elementy, złączyć smoczek w środek nakrętki. Dokładz nakrętkę do zajął butelki.



**Środkie ostrzeżenie:** Kiedy produkt nie jest używany, przechowywać w suchym, osłoniętym miejscu. Produkt powinien być używany pod kontrolą osób dorosłych. Produkt nie powinien mieć kontaktu z rozpuszczalnikami i silnie działającymi środkami chemicznymi, które mogą spowodować jego uszkodzenie. Nie poddawać działaniu promieni słonecznych, wysokiej temperatury ani nie przekraczać czasu sterylizacji zalecanego przez producenta. Nie podgrzewaj pokarmu bezpośrednio na palnikach gazowych czy elektrycznych, płytach grzewczych czy w piekarnikach elektrycznych.

### Ostrzeżenie dla bezpieczeństwa Twojego dziecka!

Produkt powinien być używany pod kontrolą osób dorosłych. Nigdy nie używaj smoczka do karmienia jako smoczka wspomagającego. Zbyt długie i niekontrolowane używanie butelki ze smoczkiem może prowadzić do rozwoju próchnicy. Zawsze sprawdź temperaturę pokarmu przed podaniem go dziecku. Przechowuj wszystkie elementy zestawu dziecka miejscu niedostępnym dla dzieci. Nie pozostawiaj dziecka bez opieki i butelki i pozostałymi elementami zestawu z powodu ryzyka zakrzepnięcia, dziecko może się też przewrócić albo rozmontować produkt.

**Ostrzeżenie:** Próchnica może wystąpić nawet w przypadku niepodawania produktów słodzonych. Ryzyko jej wystąpienia zwiększa niekontrolowane używanie butelki i karmienie także w nocy, kiedy zmniejsza się produkcja śliny, oraz stosowanie butelki ze smoczkiem jako smoczka wspomagającego. Wystawianie smoczka na bezpośrednie działanie promieni słonecznych bądź wysokiej temperatury czy pozostawianie w rozwarze do sterylizacji dłużej, niż to zaleca producent, może powodować uszkodzenie smoczka. Wymieniaj smoczek co 7 tygodni ze względu na bezpieczeństwo i higienę. Rozciągaj smoczek we wszystkich kierunkach, aby sprawdzić, czy nie jest uszkodzony.

**Uwaga:** Niektóre soki są sterylne i mogą odbarwiać silikon. Nie ma to wpływu na jego właściwości. Nie podgrzewaj mleka kobiciego w mikrofalówce, gdyż może to zmienić jego skład. Podgrzewanie w mikrofalówce może powodować powstanie gorących obszarów w pokarmie. Zachowaj szczególną ostrożność podgrzewając pokarm w mikrofalówce. Zawsze sprawdź temperaturę pokarmu przed podaniem go dziecku.

**Ostrzeżenie:** Opakowanie nie stanowi części produktu. Dla bezpieczeństwa dziecka usuń i wyrzuć wszystkie elementy opakowania, ale instrukcje użytkownika przeczytaj i zachowaj na przyszłość. Podczas podgrzewania w mikrofalówce pozostawiaj butelkę otwartą.



**Manufacturer: Lansinoh Laboratories  
Saglik Gereceleri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.  
Zafer SB Mah. Gunduz Sk. No:13 E.S.B  
Gaziemir/ Izmir/ Turkiye**

## LANSINOH® MANUÁLNÍ ODSÁVAČKA MATEŘSKÉHO MLÉKA - NÁVOD K POUŽITÍ

Gratulujeme Vám k rozhodnutí dát dítěte nejlepší start do života tím, že ho budete kojít. Existuje řada zdokumentovaných přínosů jak pro matku, tak i dítě. I když je mateřské mléko pro Vaše dítě to nejlepší, zjistit mu je když ho musíte opustit, není vždy jednoduché. Vyžaduje to zvláštní úsilí a měli byste velmi trpělivě na závazek poskytnout vašemu dítěti ideální výživu pro jeho růst a vývin. Naše manuální odsávačka byla vyvinuta tak, aby její použití bylo pro matky, které si musí mléko odsávat přibližně stejně a které ocení výhody ruční odsávačky, snadné a rychlé.

### Návod k použití:

Prosím, věnujte pár minut pročtení tohoto manuálu dříve, než poprvé použijete manuální odsávačku Lansinoh®.

#### Obsah:

1. Představujeme manuální odsávačku Lansinoh®
2. Části manuální odsávačky Lansinoh®
3. Jak čistit a sterilizovat vaši Lansinoh® manuální odsávačku
4. Jak sestavit manuální odsávačku Lansinoh®
5. Rady pro odsávání
6. Jak používat manuální odsávačku Lansinoh
7. Jak skládat odsáté mateřské mléko
8. Řešení problémů s manuální odsávačkou Lansinoh®
9. Krmení mateřským mlékem pomocí peristaltického dudlíku NaturalWave™

## 1

### Představujeme manuální odsávačku Lansinoh®

Manuální odsávačka Lansinoh® byla vyrobena s ohledem na potřeby kojících maminek. Manuální odsávačka má dvě samostatné fáze: fázi spuštění mléka a fázi odsávání. Mezi těmito dvěma režimy můžete snadno přepnout úpravou umístění rukojeti na nastávací membránu. Polštář ComfortFit™ tvoří těsnění poskytlující spolehlivě sání s důsledkem rychlého a pohodlného toku mléka. Dvě lahvičky se širokým hrdlem jsou zaměřené s celou řadou odsávaček Lansinoh®. Balení zahrnuje dudlík NaturalWave™ s pomalým průtokem, který dítěti umožní při pití odsátého mateřského mléka napodobit přirozené sání, stejně jako při kojení. Odsávačka se snadno skládá, používá a čistí.

Kojení je nejlepší. Kojení je uznáváno nejlepší volbou pro dítě a zajišťuje všechny živiny, které dítě potřebuje během prvních 6 měsíců života. Kojení pomáhá rozvíjet silné pouto mezi matkou a dítětem a oběma stranám přináší řadu dlouhodobých výhod.

## 2

### Části manuální odsávačky Lansinoh®

(Viz diagram "Appendix A")

- A ComfortFit™ prsní polštář
- B Tělo odsávačky
- C Silikonová membrána
- D Stonek
- E Rukojet
- F Víko láhve a těsnící disk
- G Blýž ventil
- H Stojan na láhev

#### 2 fázeové technologie

Tato odsávačka má dvě samostatné fáze, fázi spuštění mléka a fázi odsávání. Mezi těmito dvěma režimy můžete snadno přepínat nastavením polohy rukojeti.

#### Fáze spuštění mléka

Tato fáze jemně stimuluje prs. Je navržena tak, aby napodobila první fázi kojení (způsob, jak dítě krmí na začátku krmění). To je jedena z funkcí, která usnadňuje spuštění

mléka a povzbuzuje podporuje jeho další vytékání. Jemnější sacho tlaku dosáhnete nastavením rukojeti do prvního (horního) zářezu a rychlým stlačováním rukojeti.



#### Fáze odsávání

Tato fáze umožňuje odsávat mateřské mléko z prsu. Do tohoto režimu přepnete přepnete rukojeti do druhého (spodního) zářezu. Chcete-li dosáhnout co nejsilnějšího sání, rukojet plně stiskněte. Slabší sání sil dosáhnete slabším stiskem rukojeti.

## 3

### Jak čistit a sterilizovat manuální odsávačku Lansinoh®

Před prvním použitím odsávačku rozberte (odstraňte silikonovou membránu a stonek, ComfortFit™ prsní polštář, blýž ventil a oddělte láhev, víčko a těsnící disk).

#### Čištění:

Prsní nástavec, lahvičku, rukojet a stojan na láhev lze mýt v horkém kofe, mycí, nebo ručně se saponatem a horkou vodou. Nepoužívejte rozpouštědla a prášky. Oplachujte horkou čistou vodou. Blýž ventil, silikonovou membránu a těsnění, a ComfortFit™ polštář můžete mýt v mycíce nádoby, přesto vám doporučujeme mýt je ručně, abyste předešli jejich ztrátě a prodloužili jejich životnost. Všechny části nechte důkladně vyschnout na čisté utěrce nebo stojanu na sušení.

**Upozornění:** Při čištění malého bílého ventulu buďte pečliví. Je důležitý pro správné odsávání. Nevýjíte nepřímočnou vodu a nečistěte kartáčkem na čištění dětských lahvi, ani kartáčkem přibaleným k vaší odsávačce. Jemně umyjte ručně v horké vodě s čisticím prostředkem a opláchněte pod tekoucí vodou.

#### Sterilizace:

**Sterilizace varem:** Všechny části vložte do hrnce s horkou vodou, zkontrolujte, že ve některé z částí není vzduchová bublina, hmeč zakryte poklicí a vařte minimálně 10 minut. Udržujte hmeč zakrytý, dokud je to potřeba. Poznámka: Je třeba použít dostatečné množství vody, aby se jednotlivé části během vyhřívání volně vznášely.

**Sterilizace chemickými látkami:** Připravte roztok z tablet a vody. Všechny součásti ponořte, ujistěte se, že v žádné z nádob není vzduchová bublina. Nechte ponořené v roztoku minimálně 30 minut. Každých 24 hodin připravte nový roztok.

**Sterilizace párou nebo v mikrovlnné troubě:** Postupujte dle pokynů výrobce. Zkontrolujte, zda jsou všechny části ve sterilizátoru dnem vzhůru. Před vyjmutím částí ze sterilizátoru se ujistěte, že máte umyté ruce.

## 4

### Jak složit manuální odsávačku Lansinoh®

**Poznámka:** Než manuální odsávačku složíte, zkontrolujte, zda byly všechny části vyčištěny a sterilizovány podle částí 3 tohoto návodu.

(Viz náčrtek "Příloha B")

1. Důkladně si umyjte ruce.
2. Nástavec zasuněte do membrány.
3. Silikonovou membránu a nástavec umístěte do horní části odsávačky. Zkontrolujte, zda je bezpečně usazená, stlačte ji prsty, abyste tak zajistili dokonalé utěsnění.\*
4. Blýž ventil na odsávačce jemně upevněte ze spodní strany a zkontrolujte, zda je vyrovnaný. Při upevnění ventilu není nutné použít sílu. Pokud zjistíte, že se ventil těžko vyndává, zřejmě jste ho zatlačili hluboko do odsávačky.

3 Na odsávačku našroubujte lahvičku.

4 Drážku rukojeti vyrovnajte s nastávacím a rukojet jemně stlačte dolů. Zatlačte tak, a byste slyšeli cvaknutí.

7 Nástavec a rukojet nastavte tak, aby rukojet zapadla do prvního zářezu nástavce určeného pro první fázi - spuštění mléka.\*\*

8 Prsní polštářek ComfortFit™ nasadte na odsávačku.

9 Abyste zajistili naprostou stabilitu odsávačky, postavte lahvičku do stojanu.

10 Taktó by měla vypadat odsávačka po řádném složení.

\* Tuto díly jsou vytvořeny tak, aby přesně těsnily. Pro snadnější skládání můžete navlíknít okraj silikonové membrány vodou.

\*\* Tato odsávačka má dvě samostatné fáze, fázi spuštění mléka a fázi odsávání. Nastavením polohy rukojeti na nastávací můžete mezi těmito režimy přepínat.

## 5

### Rady pro odsávání mléka

Před použitím se seznámte s odsávačkou a jejími částmi.

Nejdůležitější pro úspěšné odsávání je reflex spuštění mléka. K tomu dojde tehdy, když Vaše mléko začne volně téct. Aby k tomuto přirozenému reflexu došlo, můžete pomoci následující: Zahřátý prsní terapeutický obklad Therapear Lansinoh® položte na prs a jemně ho masírujte kruhovými pohyby konečky prstí od vnější strany k bradavkám.

Snažte se vystrat takový čas odsávání ve chvíli, kdy nejste ve stresu a nebudete rušena. Snažte se relaxovat, při tom myslte na dítě nebo se dívejte na fotografii svého dítěte, což Vám může při odsávání pomoci.

Celkový čas odsávání je zhruba 20-30 minut. Nezapomente, že odsávání je o naučené zručnosti. První pokusy o odsávání mohou trvat kratší nebo delší dobu než uvádíme a výsledkem může být malé množství odsátého mléka, což ale neznamená, že tělo neprodukuje dostatek mléka nebo že děláte něco špatně. Mléko se tvoří na základě nabídky a poptávky a pokud budete provádět pravidelné odsávání a budete pravidelně kojít, tvorbu mléka tím budete stimulovat a udržte si ji.

Pokud se vyskytnou problémy s kojením, spojte se s pediatrem, laktiční poradkyní nebo jinou poradkyní pro kojení.

Z jednoho prsu můžete odsávat zatímco z druhého kojíte dítě. To účinek odsávání maximalizuje, protože spouští reflex bude stimulován sáním.

Ujistěte se, že prsní nástavec je nakloněn směrem dolů, aby mohlo mléko přirozeně téct do lahvičky.

#### Bezpečnostní opatření při krmení odsátým mateřským mlékem:

1. NEOHŘÍVEJTE MATEŘSKÉ MLÉKO V MIKROVLNNÉ TROUBĚ! Ohřívání v mikrovlnné troubě mění složení mléka a může také vytvořit "horká místa" v mléce, které by mohly popálit dítě.
2. Před krměním dítěte vždy zkontrolujte teplotu tekutiny.
3. Nenechte dítě brát si láhev do postýlky a nenechte ho dlouho pít z láhve.
4. Abyste předešli riziku udušení, zkontrolujte pevnost dudlíku zatažením za jeho konec. Pokud se objeví jakýkoliv dirky nebo trhliny, přestaňte jej používat.

## 6

### Jak používat manuální odsávačku Lansinoh®



Je-li to možné, počkejte, než se Vám stabilizuje tvorba mléka a harmonogram kojení. K tomu dojde zhruba 3-4 týdny po porodu, pokud Váš pediatr nebo laktička poračkovně neinformují jinak.

- Důkladně si umyjte ruce a ujistěte se, že vaše prsy jsou čisté.
- Zkontrolujte, zda je manuální odsávačka sterilizována a správně složená - přesně podle návodu v částech "Jak čistit a sterilizovat manuální odsávačku Lansinoh®" a "Jak složit manuální odsávačku Lansinoh®".
- Отvor odsávačky nasadte na bradavku a jemně ji přitlačte k prsu a ujistěte se, zda je bradavka uprostřed prsního polštářku. Prsní polštář ComfortFit™ přitlačte na své prso, zkontrolujte, zda dochází k těsnění, aby nemohl uniknout žádný vzduch. Dobře ho těsnění můžete dosáhnout také tak, že si druhou rukou prs podepřete. Pokud bradavka nesměje doprospěď prsního polštářku, možná potřebujete větší velikost polštářku ComfortFit™.
- Když budete rukojeť odsávačky jemně mačkat, počítate sání. Abyste vytvořili vakuum, nemusíte rukojeť stisknout na doraz; stačí ji stisknout pouze tak, jak je Vám to příjemné.
- Při přípravě na odsávání mléko dosáhnout jemného sacího tlaku nastavením rukojeti do prvního (horního) zářezu stonky. Ujistěte se, že se vaše bradavka pohybuje a stlačuje a uvolňuje rukojeť dokud nenajdete požadované tempo.
- Chcete-li začít s fází spuštění mléka, nastavte nástavec tak, aby rukojeť zapadla do horního zářezu a stiskněte rukojeť. Mléko začne brzy téct, i když nevyužijete celý podtlak, kterého pomoci odsávačky můžete dosáhnout.
- Když mléko začne vytékat (1-2 minuty), změňte fázi odsávání. Pro přepnutí fáze odsávání jemně stiskněte nástavec "PUSH" na špičce rukojeti, abyste tak nastavili rukojeť do druhého zářezu. Pokračujte ve stlačování a uvolňování rukojeti, čímž tak dosáhnete přiměřeného sacího tlaku.

Pokud během odsávání cítíte slabý sací tlak, rukojeť plně stiskněte. Tlak sání se mění podle toho, jak moc jste rukojeť stiskli. Pohodlné odsávání je důležitější než nastavení silného sacího tlaku. Mléko odsávejte při sacím tlaku, který považujete za přiměřený.

\*Chcete-li se z fáze odsávání (1) vrátit k fázi spuštění mléka, vytáhněte nástavec k sobě (2), jemně stiskněte nástavec a nastavte ho do prvního (horního) zářezu.

**Upozornění: Rukojeť nedržte déle než pět minut najednou, pokud se nedostaví žádný výsledek.** Pokuste se mléko odsát jiný, v jinou denní dobu. Nezapomínejte: pokud odsávání začne být bolestivé nebo nepříjemné, přestaňte používat odsávačku a poraďte se s lékařem nebo laktičkou poračkovně.

7

## Jak skladovat odsáté mateřské mléko

Mateřské mléko může být skladováno v čistých a uzavřených nádobách.

**Neukládejte** mateřské mléko do dveří chladničky nebo mrazáku. Dvěře jsou nejteplejší součástí chladničky či mrazáku. Skladované mléko označte datem a nejprve použijte nejstarší mléko.

**Vyzkoušejte naše sáčky na skladování mateřského mléka Lansinoh®:**

- Ideální pro uchování a zmrazení mateřského mléka
- Patentovaný dvouklipový těsnicí zip zabraňuje vytékání a přetékání
- Nejpevnější sáček na lhru

Místo	Teplota	Čas
Při pokojové teplotě (čerstvé mléko)	19° až 26°C	4 hodiny (ideálně) do 6 hodin (přijatelné)*
V chladničce	4°C až 6°C	72 hodiny (ideálně) do 8 dnů (přijatelné)*
V mrazničce	-18° až -20°C	6 měsíců (ideálně) do 12 měsíců (přijatelné)

\*Doporučuje se mléko ihned po odsátí zamrazit nebo dát chladiť.

Reference: La Leche League International (Mezinárodní liga pro podporu kojení)

### Rozmrazování

Zamrazené mléko rozmrazte v lednici nebo nádobku s mlékem umístěte pod studenou tekoucí vodu a postupně zvyšujte teplotu vody, dokud se mléko nerozmrazí. Rozmrazené mléko může být v chladničce uskladněno po dobu 24 hodin. Jednou rozmrazené mléko již nezmrázíte.

Jemně zamíchejte nádobku s mlékem dříve než budete dítětko krmít, abyste promíchali jednotlivé vrstvy, které se oddělily. Mateřské mléko není homogenní a "smetana" se umístí ve vrchní části láhve. Mateřské mléko může mít různou barvu a konzistenci podle toho, ve kterém čase dne bylo odsáté, co jste jeli a podle věku dítěte v době odsávání. Netěšte laktičkou silně, protože by to mohlo narušit živé kultury ve vašem mléce.

Mateřské mléko neohřívajte v mikrovlnné troubě! Mikrovlny mění složení mléka. Mikrovlnné ohřívání mléka zároveň vytvoří v mléce "horká místa", která by mohla dítětko popálit.

Neromrazujte mateřské mléko ve velmi horké nebo vařící vodě.

8

## Řešení problémů s manuální odsávačkou Lansinoh®

### Žádné sání / Snížené sání

Pokud se vám zdá, že se výkon odsávání snížil, vyzkoušejte následující:

- Zkontrolujte, zda jsou všechny součásti odsávačky správně vysušené a správně složené.
- Zkontrolujte, zda se ve bílém ventilu neobjevila dírkka nebo trhlina. Tato součástka je důležitá pro zajištění správného sání. Je-li třeba, vyměňte ho za náhradní, který je dodán společně s odsávačkou.
- Zkontrolujte, zda je silikonová membrána a vložka ComfortFit™ správně umístěná na odsávče a je zajištěno řádné utěsnění.
- Zkontrolujte, zda vložka ComfortFit™ správně sedá na nástavci a je dobře utěsněná.
- Pokud bradavka nesměje doprospěď vložky, možná potřebujete větší velikost vložky ComfortFit™, která je součástí balení.

### Žádné odsáté mléko

Pokud se vám nedaří odsát si žádné mléko, vyzkoušejte následující:

- Zkontrolujte, zda jsou všechny součásti odsávačky správně vysušené a správně složené.
- Zkontrolujte, zda se ve bílém ventilu neobjevila dírkka nebo trhlina. Tato součástka je důležitá pro zajištění správného sání. Je-li třeba, vyměňte ho za náhradní, který je dodán společně s odsávačkou.
- Zkontrolujte, zda je silikonová membrána a vložka ComfortFit™ správně umístěná na odsávče a je zajištěno řádné utěsnění.
- Zkontrolujte, zda vložka ComfortFit™ správně sedá na nástavci a je dobře utěsněná.

### Bolest při odsávání

Pokud při odsávání cítíte bolest, zkuste následující:

- Možná mačkáte rukojeť příliš silně. Ne vždy je třeba použít celou sílu sání, kterou odsávačka dokáže vytvořit. Zkuste stisknout rukojeť jen do poloviny a pamatujte na 2-3 sekundový navrhovaný rytmus.
- Možná budete potřebovat větší či menší prsní polštářek, proto zkuste jiný, který je součástí tohoto balení. Poradať se se svým lékařem nebo laktičkou poračkovně.

9

## Krmení mateřským mlékem s peristaltickým dudlíkem NaturalWave™

**Peristaltický dudlík NaturalWave™ je speciálně navržen aby:**

- Pomáhal udržovat zavedené modely kojení.
- Usnadnil přechod z prsu k lahvi a zase zpátky.
- Podpořil dítě ve vlnivém pohybu jazykem.
- Podpořil instinktivní sání pro přirozený vývoj jistých svalů.



### 1. Přisátí

Rty široce otevřené a prisáté na dorec.



### 2. Peristaltický pohyb jazyka

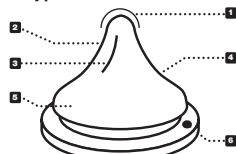
Jazyk se pohybuje v plynulém vlnivém pohybu pro stlačení bradavky a sání mléka. To podporuje přirozený vývoj v oblasti úst, čelisti a obličej. **Fakt:** Dětský jazyk opakuje peristaltický pohyb kolem 800 až 1100 krát během jednoho krmení.



### 3. Polykání

Žadní část jazyka dítěte se zvedá a usměřuje mléko do jícnu.

**Peristaltický dudlík NaturalWave™ byl navržen tak, aby podpořil model přirozeného krmení, což je klinicky prokázáno.**



- Špička dudlíku  
Dítě si řídí proud mléka.
- Měkký 100% silikon  
Natahovací a ohebný pro optimální stisk.
- Vnitřní vertikální výstupky  
Posilují strukturu dudlíku, takže je odolný proti vtlačení.
- Unikátní design s postupným sklonem  
Umožňuje plynulý peristaltický pohyb jazyka.
- Široká základna dudlíku s texturou  
Pro snadné přisátí a efektivní sání.
- AVS™  
Redukuje polykání vzduchu, jako potenciální příčinu koliky.

**Jeden kus, bezproblémový design dudlíku dostupný s pomalým, středním a rychlým průtokem.**

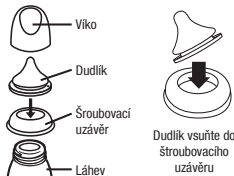
Výhradní kojení se doporučuje během prvních 6 měsíců života dítěte. Kojení a tvorba mateřského mléka musí být pevně stabilizované již před zahájením používání dudlíku.

**Návod k použití:** Naplňte požadované množství kapaliny a utáhněte šroubovací uzávěr. Ohřívání v mikrovlnné troubě se nedoporučuje. Pokud se rozhodnete ohřívát mléko v mikrovlnné troubě, neuzavírejte láhev. Během zahřívání v mikrovlnné troubě odstraňte dudlík, šroubovací uzávěr a

víčko láhve. Pred použitím dôkladne protrepajte a vždy zkontrolujte teplotu predtým než mlieko podáte dieťaťu. Nerovnomerne zahriaté jedlo môže poškodiť ústa dieťaťa. Materské mlieko neohrievajte v mikrovlnnej trúbke, pretože ohrievaní v mikrovlnnej trúbke mení složení mlieka. Pred prvým použitím výrobek vyčistíte. Po zastavení hygieny výrobku, dajte pred použitím dudlík a láhev se všemi komponenty do vroucí vody na 5 minut. Při přenášení plně láhve, se ujistěte, že je uzavřena správně umístěním víčka, a dajte pozor na umístění dudlíka uprostřed víčka, aby byla účinná funkce výrobku "odolnost vůči vytlčení".

**Čistení:** Před prvním použitím vložíte produkt do vroucí vody na 5 minut, nechte vychladnout a důkladně opláchněte všechny komponenty láhve. Toto má zajistit hygienu. Následně je možné mytí láhve i v horké koši myčky, a mohou být sterilizovány (otevřené) buď v mikrovlnné trůbce, nebo pomocí speciálního sterilizačního zařízení. Vždy umyjte všechny součásti výrobku hned po každém použití. Umyjte v teplé mydlové vodě a důkladně opláchněte. Vyčistíte před každým použitím.

**Skládání:** Po dokonalém vysušení vsuňte dudlík přes šroubový uzávěr. Šroubový uzávěr pevně nasadte na hrdlo láhve.



**Upozornění:** Pokud tento výrobek nepoužíváte, uchovávejte ho na suchém místě. Vždy používejte tento výrobek pod dohledem dospělé osoby. Nečistěte, neskladujte a nedovote přijít do styku s rozpuštěnými nebo chemikáliemi. Výsledkem by mohlo být poškození. Nenechávejte výrobek na přímém slunečním záření nebo v teple, nebo v dezinfekčním prostředku ("sterilizační roztok") po dobu delší, než je doporučeno. Nezahřívajte kapalinu umístím primó na plynové nebo elektrické varné desky, ohrievacie desky, elektrické trúbky atd.

**VAROVÁNÍ pro bezpečnost a zdraví Vašeho dieťaťa!** Vždy používejte tento výrobek pod dohledom dospelé osoby. Nikdy nepoužívajte krmící dudlík láhve jako dudlík. Systavné a dlouhodobé sání tekutin může způsobit zubní kaz. Vždy zkontrolujte teplotu jídla před krměním. Všechny součásti které nepoužíváte, udržte mimo dosah dětí. Nenechávejte dítě samotné se zařízením na pít z důvodu nebezpečí udušení, pádu dieťaťa nebo při rozebrání produktu.

**VAROVÁNÍ:** Zubní kaz se u malých dětí může objevit, i když jsou používají neslané tekutiny. Tato situace může nastat v případě, že dieťať je dovoleno používat láhev/hmíček dlouhodobě přes den a zejména během noci, kdy je menší množství slin, nebo slouží jako dudlík. Nenechávejte dudlík láhve na přímém slunečním světle nebo v teple, nebo v dezinfekčním prostředku ("sterilizační roztok") po dobu delší, než se doporučuje, protože by mohlo dojít k jeho zeslabení. Zkontrolujte před každým použitím. Zahodte při prvních známkách poškození nebo oslabení. Vyměřte dudlík každých 7 týdnů, z bezpečnostních a hygienických důvodů. Zatahajte dudlík na krmění do všech směrů, abyste ho zadržovali.

**POZOR:** Některé stravy jsou sterilní a roztok může změnit sílu na nepřehlednou. To nemění žádnou z vlastností. Materské mlieko neohrievajte v mikrovlnné trúbke, pretože ohrievaní v mikrovlnné trúbke mení složení mlieka. Ohrievaní v mikrovlnné trúbke může vytvorit lokalizované vysoké teploty. Při ohřevu v mikrovlnné trúbce buďte obzvláště opatrní. Vždy zamíchejte ohřívání potraviny aby se zajistilo rovnoměrné rozložení tepla a před podáním teplotu zkontrolujte.

**VAROVÁNÍ:** Obalové materiály nejsou součástí výrobku. Pro bezpečnost vašeho dieťaťa, prosím odstráňte a zlikvidujte

všechny obalové ještě před použitím, ale přečtěte a uchovávejte návod pro budoucí použití. V mikrovlnné trúbce ponechte otevřenou.



**Manufacturer: Saglik Gerecleri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.**  
**Zafer SB Mah. Gunduz Sk. No:13 E.S.B**  
**Gazimur / Izmir / Turkiye**



**LANSINOH®**  
**MANUALNA ODSÁVAČKA MATERSKÉHO**  
**MLIEKA - NÁVOD NA POUŽITIE**

Gratulujeme vám k rozhodnutiu dať dieťaťu najlepši Start do života tým, že bu budete dojčiť. Je zdokonaleným množstvom zdravotných prínosov pre vás oboch, matku i dieťa. Aj keď je materské mlieko to najlepšie pre vaše dieťa, poskytnúť mu ho keď musíte byť do neho pre, nie je vždy jednoduché. Vyžaduje si to osobitné úsilie a mali by ste byť veľmi hrdí na váš záväzok poskytnúť vašmu dieťaťu ideálnu výživu pre jeho rast a vývin. Naša manuálna odsávačka bola vyvinutá tak, aby jej použitie bolo jednoduché a rýchle pre mamičky, ktoré si musia mlieko odsávať priležitostne, a ktoré ocenia výhody ručnej odsávačky.

#### Návod na použitie:

Prosím, venujte pár minút prečítaniu tohto manuálu skôr, ako prvýkrát použijete vašu Lansinoh® manuálnu odsávačku.

1. Obsah:
2. Predstavujeme Lansinoh® manuálnu odsávačku
3. Časti Lansinoh® manuálnej odsávačky
4. Ako čistiť a sterilizovať vašu Lansinoh® manuálnu odsávačku
5. Ako zostaviť vašu Lansinoh® manuálnu odsávačku
6. Rady pre odsávanie
7. Ako používať vašu Lansinoh® manuálnu odsávačku
8. Ako skladovať vaše odsaté materské mlieko
9. Riešenie problémov s Lansinoh® manuálnou odsávačkou

9. Krmenie materským mliekom s NaturalWave™ peristaltickým cumlom

1

## Predstavujeme Lansinoh® manuálnu odsávačku

Lansinoh® manuálna odsávačka bola vyrobená s ohľadom na potreby dojčiacich mamičiek. Manuálna odsávačka má dve samostatné fázy: fáza spustenia mlieka a fáza odsávania. Môžete jednoducho prepnúť medzi týmito dvomi módi úpravou pozície rukoväte na stonke membrány. Vankúš ComfortFit™ tvorí tesnenie poskytuje spoľahlivé sanie s dôsledkom rýchleho a pohodlného toku mlieka. Dve fľaše so širokým hrdlom sú zamerané s celým radom odsávačiek Lansinoh®. Balenie zahŕňa cumal NaturalWave™ s pomalým prietokom, ktorý umožňuje dieťaťu napodobovať pri pít odsátého materského mlieka cez fľašu prirodzené sanie naučené na prsníku. Odsávačka sa jednoducho skladá, jednoducho sa používa a je jednoducho na čistenie.

Dojčenie je najlepšie. Výhradné dojčenie je uznané ako najlepšia voľba pre vaše dieťa a poskytuje všetky živiny, ktoré Vaše dieťa prvých 6 mesiacov života potrebuje. Dojčenie pomáha rozvíjať silné puto medzi matkou a dieťaťom a pre obe strany poskytuje celý rad dlhodobých výhod.

2

## Časti Lansinoh® manuálnej odsávačky

(Pozrite si prílohu A)

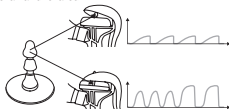
- A ComfortFit™ prsný vankúš
- B Telo odsávačky
- C Silikónová membrána
- D Stonka
- E Rukoväť
- F Veko fľaše a tesniaci disk
- G Biely ventíl
- H Stojan na fľašu

### 2 fázová technológia

Táto odsávačka má dve samostatné fázy, fáza spustenia mlieka a fáza odsávania. Môžete ľahko prepínať medzi týmito dvoma režimami nastavením polohy rukoväte na stonke.

### Fáza spustenia mlieka

Táto fáza jemne stimuluje prsník. Je navrhnutá tak, aby napodobila prvú fázu dojčenia (spúšča ako sa dieťa kŕmi na začiatku kŕmenia). To je jedena z funkcií, ktorá uľahčuje spustenie mlieka a povzbudzuje aby vaše mlieko začalo tiecť. Mlieko vytvorí jemný silák nastavením rukoväte do prvého (horného) zárezu stonky a použitím rýchleho pulzovania rukoväťu.



### Fáza odsávania

Táto fáza umožňuje odsávať materské mlieko z prsníka. Do tohto režimu prepnete nastavením rukoväte do druhého (spodného) zárezu stonky. Ak chcete dosiahnuť najvyššie sanie plne stlačte rukoväť. Pre menšiu silu silu stlačte rukoväť menej.

3

## Ako čistiť a sterilizovať vašu Lansinoh® manuálnu odsávačku

Pred prvým použitím odsávačku rozložte (odstráňte silikónovú membránu a stonku, ComfortFit™ prsný vankúš, biely ventíl a oddelte fľašu, viečko a tesniaci disk).

#### Čistenie:

Prsný nadstavce, fľaše, rukoväť a stojan na fľašu môžete umyvať vo vrnom koši umývačky riadu, alebo ručne so saponátom a horúcou vodou. Nepoužívajte rozpušťač a prášky. Oplachujte horúcou čistou vodou. Biely ventíl, silikónovú membránu a tesnenie, a ComfortFit™ vankúš môžete umyvať v umývačke riadu, napriek tomu vám odporúčame umyvať ich ručne, aby ste predišli ich strate a predĺžili ich životnosť. Nechajte úplne vyschnúť všetky časti na čistej utierke alebo stojane na sušenie.

**Upozornenie:** Buďte opatrní pri čistení maleho bieleho ventílu. Je dôležité pre správne odsávanie. Nepoužívajte neprimeranú silu a nečistite s kefkou na čistenie detských jazyčkov, ani kefkou prirabenou k vašej odsávačke. Jemne umyte ručne v horúcej vode s čistiacim prostriedkom a opláchnite pod tečúcou horúcou vodou.

#### Sterilizácia:

**Sterilizácia varom:** Umiestnite všetky súčiastky do hrnce s vriacou vodou, zabezpečte, že žiadny vzduch nie je zachytený v ktorýchkoľvek častiach, zakryte hrniec s pokrievkou a varte po dobu najmenej 10 minút. Udržujte hrniec zakrytý, kým je to potrebné. Poznamka: Je potrebné, aby ste použili dostatočné množstvo vody, aby časti počas varenia voľne plávali.

**Sterilizácia chemickými látkami:** Urobte roztok pomocou tabliet alebo tekutiny. Ponorte všetky súčiastky v roztoku, zabezpečte, že žiadny vzduch nie je zachytený v ktorýchkoľvek častiach. Nechajte v roztoku po dobu najmenej 30 minút. Urobte čerstvý roztok na ďalších 24 hodín.

**Sterilizácia parou, alebo mikrovlnami:** Rieďte sa pokynmi výrobcu. Zaisťte, že všetky otvory sú v sterilizátore ľicom dole. Uistite sa, že pred vybratím

zariadenia zo sterilizátora ste si umyli ruky.

4

## Ako zložiť vašu Lansinoh® manuálnu odsávačku

**Poznámka:** Skôr ako zložíte vašu manuálnu odsávačku, uistite sa, že všetky časti boli vyčistené a sterilizované podľa časti 3 tohto návodu.

(Pozrite si prílohu B)

1. Dôkladne si umyte ruky.
2. Vložte stonku do silikónovej membrány.
3. Umiestnite silikónovú membránu a stonku na hornú stranu tela odsávačky. Uistite sa, že bezpečne sedí okolo okraja stlačením prstami, aby zabezpečila dokonalé utesnenie.\*
4. jemne upevnite biely ventil na odsávačku zo spodnej strany a uistite sa, že biely ventil je zarovno s telom odsávačky. Nie je potrebné použiť silu pri upevňovaní ventilu. Ak zistíte, že ventil sa ťažko vyberá, tak ste ho zatačili príliš hlboko do tela odsávačky.
5. Naskrutkujte fľašu na telo odsávačky.
6. Zarovajte drážku rukoväte so stonkou a jemne stlačte rukoväť nadol. Zatačte, kým nezačujete cvaknutie.
7. Nastavte stonku a rukoväť tak, aby rukoväť zapadla do prvého zárezu stonky, známeho ako fáza spustenia mlieka.\*\*
8. Pripojte prsný vankúšik ComfortFit™ na telo odsávačky.
9. Pre úplnú stabilitu odsávačky, vložte fľašu do stojanu na fľašu.
10. Takto by mala vyzeráť vaša odsávačka keď je kompletne zložená.

\* Telo diely sú vytvorené tak, aby presne tesnili. Pre ľahšie skladanie môžete navhčič okraj silikónovej membrány vodou.

\*\* Táto odsávačka má dve samostatné fázy, fáza spustenia mlieka a fáza odsávania. Môžete ľahko prepínať medzi týmito dvoma režimami nastavením polohy rukoväte na stonke.

5

## Rady pre odsávanie mlieka

Pred použitím sa oboznámte s odsávačkou a jej časťami.

Najdôležitejšie pri úspešnom odsávaní je reflex spustenia mlieka. To je vtedy, keď vaše mlieko začne voľne tiecť. Ak sa dostaví tento prirodzený reflex, môže pomôcť nasledovne: Zohriaty Lansinoh® Therapearl prsný terapeutický gélový obklad aplikovaný na prsník a jemné kruživé pohyby končekmi prstov smerujúce od vonkajšej strany ku bradavkám pred alebo počas odsávania.

Snažte si vybrať taký čas odsávania, keď nie ste v časovom strese a nebudete rušená. Snaha relaxovať, zatiaľ čo vy myslíte na svoje dieťa, alebo sa pozérate na fotografiu Vášho dieťaťa môže tiež pomôcť pri odsávaní Vášho materského mlieka.

Celkový čas odsávania môže trvať okolo 20 – 30 minút. Pamätajte, úspešné odsávanie je naučenou zručnosťou. Prvé skúšky odsávania môžu trvať kratšie alebo dlhšie ako spomíname a výsledkom môže byť len malé množstvo odsávaného mlieka to ale neznamená, že vaše telo netvorí dostatok mlieka, alebo že robíte niečo zle. Mlieko sa tvorí na základe ponuky a dopytu a tým, že si budete pravidelne odsávať a budete aj dojiť svoje dieťa, budete si stimulovať a udržiavať tvorbu mlieka. Ak sa vyskytnú problémy s dojením, spojte sa s vaším pediatrom, laktáčnou poradkyňou alebo inou poradkyňou pre dojenie.

Môžete si z jedného prsníka odsávať, kým z druhého dojíte svoje dieťa. Toto vám umožní maximalizovať

účinnosť odsávania, keďže spúšťač reflex bude stimulovaný satím vášho bábätka.

Uistite sa, že prsný nadstavec je naklonený smerom dolu, aby mohlo mlieko prirodzene tiecť do flášky.

## Bezpečnostné opatrenia pri krmení odsatým materským mliekom:

1. NEZOHRIEVAJTE MATERSKÉ MLIEKO V MIKROVLNNEJ RÚRE! Zohrievanie v mikrovlnnej rúre mení zloženie mlieka a môže tiež vytvoriť "horúce miesta" v mlieku, ktoré by mohli popáliť dieťa.
2. Vždy skontrolujte teplotu akejkoľvek tekutiny pred krmením vášho dieťaťa.
3. Nenechajte dieťa hrať s fľašou do postielky a nenechajte ho dlho piť z flášky.
4. Aby ste predišli riziku udusenía, skontrolujte pevnosť cumlika potiahnutím za jeho koniec. Ak sa objaví akejkoľvek diery alebo trhliny prestaňte ho používať.

6

## Ako používať vašu Lansinoh® manuálnu odsávačku

Ak je to možné, počkajte, kým sa Vám zastabilizuje tvorba materského mlieka a časový harmonogram dočinenia. To je zvyčajne najmenej 3-4 týždňov po pôrode, pokiaľ Vám Váš pediatr, alebo laktáčna poradkyňa neodporučí inak.

1. Dôkladne si umyte ruky a uistite sa, že vaše prsníky sú čisté.
2. Uistite sa, že manuálna odsávačka je sterilizovaná a správne zložená presne podľa návodu v častiach "Ako čistiť a sterilizovať vašu Lansinoh® manuálnu odsávačku" a "Ako zložiť vašu Lansinoh® manuálnu odsávačku".
3. Vycentrujte otvor odsávačky na bradavku a jemne ho pritlačte k prsníku uistiac sa, že vaša bradavka je v strede tunela prsného vankúšika. Pritlačte prsný vankúšik ComfortFit™ odsávačky pevne proti Vášmu prsníku; uistite sa, že je zabezpečené tesnenie, takže žiadny vzduch nemôže uniknúť. Dobrým utesneniu môžete dopomôcť tak, že si druhou rukou podopriete prsník zospodu. Ak Vaša bradavka nemôže smerovať do stredu tunela prsného vankúšika bez trenia, možno potrebujete väčšiu veľkosť prsného vankúšika ComfortFit™.
4. Keď budete jemne stláčať rukoväť odsávačky, budete cítiť pocit satia na vašom prsníku. Nemusíte stlačiť rukoväť na doraz, aby ste vytvorili vákuum; stačí ju stlačiť len natolko, koľko je pre vás prijateľné.
5. Pri príprave na odsávanie môžete vytvoriť jemný sací tlak nastavením rukoväte do prvého (horného) zárezu stonky. Uistite sa, že sa vaša bradavka pohybuje a stláčača a uvoľňuje rukoväť kým nenájdete požadované tempo.
6. Ak chcete začať s fázou spustenia mlieka, nastavte stonku s rukoväťou do horného (prvého) zárezu a stlačte rukoväť. Vaše materské mlieko čoskoro začne tiecť, aj keď nepoužívate celý podtlak, ktorý odsávačka môže vytvoriť.
7. Keď už materské mlieko tečie (1 - 2 minúty) zmeňte na fázou odsávania. Na prepnutie do fázy odsávania, jemne stlačte časť "PUSH" na špičke rukoväte, aby ste nastavili rukoväť do druhého (dohľadného) zárezu stonky. Pokračujte v stláčaní a uvoľňovaní rukoväte, aby ste našli primeraný sací tlak.

Ak pri odsávaní cítite slabý sací tlak, stláčajte rukoväť po celej dráhe. Sací tlak sa mení podľa toho, ako veľmi ste stlačili rukoväť. Odsávanie v pohodlí je dôležitejšie ako nastavenie silného sacieho tlaku. Odsávanie mliekom pri sacom tlaku, ktorý cítite ako primeraný.

\* Ak sa chcete vrátiť k fáze spustenia mlieka z fázy odsávania (1) vytiahnite špičku stonky smerom k sebe (2), jemne stlačte rukoväť a nastavte ju do prvého

(horného) zárezu.

## Upozornenie: Nestláčajte rukoväť viac ako päť minút naraz ak sa nedostaví žiaden výsledok.

Vyskúšajte si mlieko odsáť inokedy v iný čas dňa. Prosím zapamätajte si: ak odsávanie začne byť veľmi bolestivé alebo nepohodlné, mali by ste prestať používať odsávačku a poradiť sa s vaším lekárom alebo laktáčnou poradkyňou.

7

## Ako skladovať vaše odsaté materské mlieko

Materské mlieko by malo byť skladované v čistých a uzavretých nádobách.

**Neuchovávajte** vaše materské mlieko vo dverách chladničky, alebo mrazničky. Dvere zvyknú byť najteplejšou časťou chladničky, alebo mrazničky. Označte dátumy na všetkom skladovanom mlieku a najstaršie mlieko použite najskôr.

## Vyskúšajte naše Lansinoh® sáčky na skladovanie materského mlieka:

- Ideálne pre uchovanie a zmrazenie materského mlieka
- Patentovaný dvojkľipový tesniaci zip zabraňuje únikom a pretekaniu
- Najpevnější dostupný sáčok

Pokyny pre skladovanie materského mlieka		
Miesto	Teplota	Čas
Pri izbovej teplote (čerstvé mlieko)	19° až 26°C	4 hodiny (ideálne) do 6 hodín (akceptovateľné)*
V chladničke	4°C až 6°C	72 hodiny (ideálne) do 8 dní (akceptovateľné)**
V mrazničke	-18° až -20°C	6 mesiacov (ideálne) do 12 mesiacov (akceptovateľné)

\* Preferované je zamraziť alebo chladiť mlieko ihneď po odsatí.

Referencie: La Leche League International (Medzinárodná liga pre podporu dočinenia)

## Rozmrazovanie

Rozmrazte zamrznuté mlieko v chladničke alebo umiestnite nádobku pod studenú tečúcu vodu, a postupne zvyšujte teplotu vody, až kým mlieko nie je rozmrazené. Rozmrazené mlieko môže byť ukľadené v chladničke až 24 hodín. Rozmrazené mlieko už nezamrazuje.

Jemne pomiešajte nádobku s mliekom predtým ako budete dieťaťo kŕmiť, aby ste premešali jednotlivé vrstvy, ktoré sa oddelili. Materské mlieko nie je homogonizované a „smotana“ sa umiestni vo vrchnej časti flášky. Materské mlieko môže mať rôznu farbu a konzistenciu podľa toho, v ktorom čase dňa bolo odsávanie, čo ste jedli a podľa veku dieťaťa v čase odsávania. Netrasťe fľaškou silno, nakoľko by to mohlo narušiť živé kultúry vo vašom mlieku.

Materské mlieko nezohrievajte v mikrovlnnej rúre! Mikrovlny menia zloženie mlieka. Mikrovlnné zohrievanie môže zároveň vytvoriť v mlieku „horúce miesta“, ktoré by mohli dieťaťo popáliť. Nezmrázajte materské mlieko vo veľmi horúcej alebo vriacej vode.

8

## Riešenie problémov s Lansinoh® manuálnou odsávačkou

### Žiadne satie / Znížené satie

Ak sa vám zdá, že výkon odsávania sa znížil, vyskúšajte nasledovne:

- Uistite sa, že všetky súčasti odsávačky správne vysušené a sú správne zložené.
- Skontrolujte biely ventil, či v ňom nie je dierka alebo trhlinka. Táto súčiastka je rozhodujúca pre dosiahnutie správneho satia. Ak to je nevyhnutné, vymeňte biely ventil za náhradný, ktorý bol dodaný s odsávačkou.
- Uistite sa, že silikónová membrána a prsná vložka ComfortFit™ sú správne umiestnené na telo pumpy a že je vytvorené presné tesnenie.
- Uistite sa, že prsná vložka ComfortFit™ správne sedí na prsnom nadstavci a že je dobre utesené.
- Ak Vaša bradavka nemôže smerovať do stredu tunela prsného vankúšika bez trenia, možno potrebujete väčšiu veľkosť prsného vankúšika ComfortFit™, ktorý je súčasťou balenia.

#### Zľadne odsaté mlieko

Ak sa vám nedarí odsáť si žiadne mlieko, vyskúšajte nasledovné:

- Uistite sa, že všetky súčasti odsávačky sú správne vysušené a sú správne zložené.
- Skontrolujte či na bielom ventile nie je trhlinka alebo dierka. Táto súčiastka je rozhodujúca pre dosiahnutie správneho sania. Ak to je nevyhnutné, vymeňte biely ventil za náhradný, ktorý bol dodaný s odsávačkou.
- Uistite sa, že silikónová membrána so stonkou sú pripevnené pevne na tele odsávačky a je vytvorené dokonalé tesnenie.
- Uistite sa, že ComfortFit™ prsný vankúšik je pripevnený pevne na tele odsávačky a je vytvorené dokonalé tesnenie.

#### Bolesť pri odsávaní

Ak pri odsávaní máte bolesť, vyskúšajte nasledovné:

- Možno stláčať rukoväť príliš silno. Nie vždy je potrebné použiť celú silu satia, ktorú pumpa dokáže vytvoriť. Skúste stlačiť rukoväť len do polovice a pamätajte na 2-3 sekundy navrhovanej rytmu.
- Možno budete potrebovať väčší alebo menší prsný vankúšik, skúste iný prsný vankúšik obsiahnutý v tomto balíku. Poradte sa so svojim lekárom, alebo laktáčnou poradkyňou.

9

## Kŕmenie materským mliekom s peristaltickým cumľom NaturalWave™

### Peristaltický cumeľ NaturalWave™ je špeciálne navrhnutý aby:

- Pomáhal udržiavať zavedené modely dojčenia.
- Uľahčil prechod z prsníka ku fľaši a zase späť.
- Podporil diéta vo vlninovej pohybe jazykom.
- Podporil inštinktívne sianie pre prirodzený vývoj ústnych svalov.



- Prísatie**  
Pery doširoka otvorené a prisáté na dvorec.

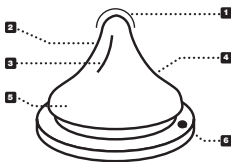


- Peristaltický pohyb jazyka**  
Jazyk sa pohybuje v plynulom vlnitom pohybe pre stlačenie bradavky a satie mlieka. To podporuje prirodzený vývoj v oblasti úst, čeľusť a tváre.  
**Fakt:** Detský jazyk opakuje peristaltický pohyb okolo 800 až 1000 krát počas jedného kŕmenia.



- Prehitanie**  
Zadná časť jazyka dieťaťa sa dvíha a usmerňuje mlieko do pažeráka.

**Peristaltický cumlík NaturalWave™ bol navrhnutý tak, a je klinicky dokázané, že podporuje model prirodzeného kŕmenia.**



- Špička cumľa  
Dieťa kontroluje prúd mlieka.
- Mäkký 100% silikón  
Náťahovací a rýhovitý prvok pre optimálne stlačenie.
- Vnútoré vertikálne výstupky  
Posilňujú štruktúru cumľa, takže je odolný proti vtláčaniu.
- Unikátny dizajn s postupným sklonom  
Umožňuje plynulý peristaltický pohyb jazyka.
- Široká základňa cumlíka s textúrou  
Pre jednoduché prisatie a efektívne sianie.
- AVS™  
Redukuje prehriatie vzduchu, ako potenciálny príčinu koliky.

### Jeden kus, bezproblémový dizajn cumlíka dostupný s pomalým, stredným a rýchlym prútom.

Výhradné dojčenie je odporúčané počas prvých 6 mesiacov života dieťaťa. Dojčenie a tvorba materského mlieka by mali byť pevne stabilizované pred zavedením fľaše a cumlíka.

**Návod na použitie:** Naplňte požadované množstvo kvapaliny a utiahnite skrútkovací uzáver. Zohrievanie v mikrovlnnej rúre sa neodporúča. Ak sa rozhodnete ohrievať jedlo v mikrovlnnej rúre, neuzatvárate cumľa. Počas zohrievania v mikrovlnnej rúre odstráňte fľašu, šróbovaci uzáver a vrchnák fľaše. Pred použitím dôkladne pretrepte a vždy skontrolujte teplotu predtým ako podáte dieťaťu. Nerovnomerne zohriate jedlo môže popáliť ústa dieťaťa. Materské mlieko nezohrievajte v mikrovlnnej rúre, nakoľko zohrievanie v mikrovlnnej rúre mení zloženie mlieka. Pred prvým použitím výrobok vyčistite. Pre zaistenie hygieny výrobku, dajte pred použitím cumlíka a fľašu so všetkými komponentami do vriacej vody na 5 minút. Pri prenášaní plnej fľaše, sa uistite, že je uzavretá správne umiestneným vrchnákom, a dajte pozor na umiestnenie cumľa v strede vrchnáku, aby bola účinná funkcia výrobku "odolnosť voči vyliatiu".

**Čistenie:** Pred prvým použitím vložte produkt do vriacej vody na 5 minút, nechajte vychladnúť a dôkladne opláchnite všetky komponenty fľaše. Toto má zabezpečiť hygienu. Následne je možné umyť fľaše aj v hornom koši umývačky riadu, a možno byť sterilizované (otvorené) buď v mikrovlnnej rúre, alebo pomocou špeciálneho sterilizačného zariadenia. Vždy umyte všetky súčasti výrobku hneď po každom použití. Umyte v teplej mydlovej vode a dôkladne opláchnite. Vyčistite pred každým použitím.

**Skladanie:** Po dokončení vysušení vložte cumlík cez šróbovaci uzáver. Nasadte šróbovaci uzáver pevne na hrdlo fľaše.

1. Vrchnák

2. Cumeľ

3. Šróbovaci uzáver

4. Fľaša



Vložte cumle do štrôbovacieho uzáveru

chemikáliami. Výsledkom by mohlo byť poškodenie. Nenechajte výrobok na priamom slnečnom žiarení alebo v teple, alebo v dezinfekčnom prostriedku ("sterilizačný roztok") po dobu dlhšiu, než je odporúčané. Nezhrievajte kvapalinu umiestnenú priamo na plynové alebo elektrické varné platne, ohrievacie dosky, elektrické rúry atď.

**VAROVANIE pre bezpečnosť a zdravie Vášho dieťaťa!** Vždy používajte tento výrobok pod dohľadom dospelého osoby. Nikdy nepoužívajte kŕmiaci cumle fľaše ako cumle. Sústavné a dlhodobé sanie tekutín môže spôsobiť zubný kaz. Vždy skontrolujte teplotu jedla pred kŕmením. Všetky súčasti ktoré nepoužívate, udržiajte mimo dosahu dieťa. Nenechajte dieťa samotné so zariadením na pitie z dôvodu nebezpečenstva udusenia, púdu dieťaťa alebo pri rozobratí produktu.

**VAROVANIE:** Zubný kaz sa u malých detí môže objaviť, aj keď sú používané nesadené tekutiny. Táto situácia môže nastať v prípade, že dieťaťu je dovolené používať fľašu / hrnček po dlhú dobu cez deň a najmä počas noci, kedy je menšie množstvo slin, alebo keď slúži ako cumle. Nenechajte cumlel na priamom slnečnom žiarení alebo v teple, alebo v dezinfekčnom prostriedku ("sterilizačný roztok") po dobu dlhšiu, než je odporúčané, pretože by mohlo dôjsť k jeho oslabeniu. Skontrolujte pred každým použitím. Zahodte pri prvých známkach poškodenia alebo oslabenia. Vymeňte cumlel každých 7 týždňov, z bezpečnostných a hygienických dôvodov. Potiahnite kumlel na kŕmenie do všetkých smerov, aby ste ho skontrolovali.

**POZOR:** Niektoré šľavy sú sterilné a roztok môže zmeniť silikón na nepriehľadný. To nemení žiadnu z vlastností. Materské mlieko nezohrievajte v mikrovlnnej rúre, nakoľko zohrievanie v mikrovlnnej rúre mení zloženie mlieka. Zohrievanie v mikrovlnnej rúre môže vytvoriť lokalizované vysoké teploty. Buďte zvlášť opatrní pri mikrovlnnom ohreve. Vždy zamiešajte ohrievané potraviny aby sa zabezpečilo rovnomerné rozloženie tepla a vyskúšajte teplotu pred podávaním.

**VAROVANIE:** Obalové materiály nie sú súčasťou výrobku. Pre bezpečnosť vášho dieťaťa, prosím odstráňte a zlikvidujte všetky obalové materiály pred použitím, ale prečítajte a zachovajte návod pre budúce použitie. V mikrovlnnej rúre ponechajte otvorené.



**Manufacturer: Lansinoh Laboratories  
Saglik Gerecleri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.  
Zafer SB Mah. Gunduz Sk. No:13 E.S.B  
Gazlemir/ Izmir/ Turkiye**



### LANSINOH®

#### UPUTE ZA RUČNU PUMPU ZA IZDAJANJE

Čestitamo na odluci da dojte i tako djetetu omogućite najbolju moguću početak u životu. Dokazano je da dojenje nosi mnoštvo zdravstvenih pogodnosti za Vas i Vaše dijete. Iako je majčino mlijeko uvijek najbolji odabir, nije uvijek baš jednostavno svom djetetu pružiti majčino mlijeko, posebno kad niste u blizini. To zahtjeva dodatnan napor i trebate biti vrlo ponosni na svoju odluku da svom djetetu pružite savršenu prehranu za idealan rast i razvoj. Naša ručna pumpa je izradena tako da je majke kojima je pumpa samo povremeno potrebna, mogu koristiti i jednostavno koristiti.

#### Upute za uporabu:

Molimo Vas da prije prve uporabe Lansinoh® ručne pumpe za izdajanje odvojite nekoliko minuta i pročitate ove upute.

Sadržaj:

- Predstavljanje Lansinoh® ručne pumpe za izdajanje
- Djelovi Lansinoh® ručne pumpe za izdajanje
- Čišćenje i steriliziranje Lansinoh® ručne pumpe za izdajanje

- izdajanje
- Skaplanje Lansinoh® ručne pumpe za izdajanje
- Savjeti za izdajanje
- Kako koristiti Lansinoh® ručnu pumpu za izdajanje
- Kako čuvati izdijeljeno mlijeko
- Uklanjanje problema na Lansinoh® ručnoj pumpi za izdajanje
- Hranjenje izdijeljenim mlijekom pomoću NaturalWave™ Peristaltic Teat dudu

1

## Predstavljanje Lansinoh® ručne pumpe za izdajanje

Lansinoh® ručna pumpa za izdajanje je posebno prilagođena potrebama majki koje doje. Ova ručna pumpa ima odvojene faze: fazu otpuštanja i fazu navlačenja, koje se lako mogu promijeniti jednostavnim podešavanjem ručke na tijelu. ComfortFIT™ lijevjak pouzdano brtvi i omogućuje ugodno isisavanje s brzim dotokom mlijeka. Te dvije bočice sa širokim gromkom kompatibilne su sa svim pumpama za izdajanje iz Lansinoh® programa. Komplet uključuje i NaturalWave™ dudu sa sporim dotokom, koja omogućuje djetetu da prirodno sisanje koje je naučio na prsima može primijeniti za pijeње izdijeljenog mlijeka iz bočice. Pumpa se jednostavno sklapa i lako čisti.

Dojenje je najbolje. Samo dojenje je dokazano najbolji odabir za Vaše dijete jer osigurava sve hranjive sastojke potrebne djetetu u prvih 6 mjeseci života. Dojenje pridonosi stvaranju jake veze između majke i djeteta i donosi bezbroj dugoročnih pogodnosti za oboje.

2

## Dijelovi Lansinoh® ručne pumpe za izdajanje

- A ComfortFIT™ lijevjak za prsa
- B Tijelo pumpe
- C Silikonska membrana
- D Poluga
- E Ručka
- F Prsten s navojem i pločicom za brtvljenje
- G Bijeli ventil
- H Staljak za bočicu

### Dvofazna tehnologija

Ova pumpa za izdajanje ima dvije odvojene faze, fazu otpuštanja i fazu izdajanja. Jednostavno ih je promijeniti podešavanjem položaja ručke na poluzi.

### Faza otpuštanja

Ova faza nježno nadražuje dojku. Tako je izvedena da oponaša prvu fazu dojenja (način na koji dijete započinje sa sisanjem). Ova osobina potiče otpuštanje mlijeka i potiče njegov dotok. Laganu silu isisavanja možete dobiti postavljajući ručku u prvi (gornji) utor na polugu i njezinim brzim stiskanjem.



### Faza izdajanja

Ova faza omogućuje izdajanje mlijeka iz dojke. Prebacite se na ovaj način postavljajući ručku u drugi (donji) utor na polugu. Za najjače usisavanje stisnite ručicu do kraja. Za slabije sisanje stisnite ručicu slabije.

3

## Čišćenje i steriliziranje Lansinoh® ručne pumpe za izdajanje

Prije prvog korištenja pumpe, rastavite ju (izvadite

silikonsku membranu i polugu, ComfortFIT™ lijevjak za prsa, bijeli ventil i odvojite bočicu, poklopac i pločicu za brtvljenje).

### Čišćenje:

Lijevjak za prsa, bočice, ručka i staljak za bočicu mogu se prati u gornjem odjeljku perilice za posude ili ručno, u toploj vodi, s deterdžentom za posude. Nemojte koristiti otapala ili abrazivna sredstva. Isprati potop, čistom vodom. Bijeli ventil, silikonska membrana i poluga, te ComfortFIT™ lijevjak za prsa mogu se također prati u perilici za posude. Međutim, ipak preporučujemo ručno pranje, kako ih ne biste izgubili, i kako biste im produžili vijek trajanja. Sve dijelove osušiti na zraku, na čistoj krpi ili na ocedivaču za posude.

**Napomena:** Budite oprezni prilikom čišćenja malog bijelog ventila. On je bitan za ispravno usisavanje. Ne koristite prekomjernu silu i ne perite četkom za pranje bočica ili dudu. Pažljivo operite ručno u toploj vodi s deterdžentom i isperite pod toplom tekućom vodom.

### Steriliziranje:

**Za steriliziranje prokuhavanjem:** Sve dijelove staviti u posudu s kipućom vodom, provjeriti da u pojedinim dijelovima nije ostalo zraka, pokriti posudu s poklopcem i kuhati najmanje 10 minuta. Držite posudu pokrivenu do trenutka kad oprema bude potrebna. Napomena: bitno je da u posudi za vrijeme prokuhavanja bude dovoljno vode, tako da dijelovi slobodno plutaju.

**Za steriliziranje kemikalijama:** Pripremite otopinu pomoću tableta ili tekućine. Uronite sve dijelove u otopinu, pazeci da u pojedinim dijelovima ne ostanu zraka. Ostaviti u otopini najmanje 30 minuta. Pripremite svježu otopinu svaka 24 sata.

**Korištenje sterilizatora na paru ili za mikrovalnu pećnicu:** Slijedite upute proizvođača. Pazite da su u sterilizatoru svi otvori okrenuti prema dole. Prije vađenja opreme iz sterilizatora obavezno operite ruke.

4

## Skaplanje Lansinoh® ručne pumpe za izdajanje

**Napomena:** Prije sastavljanja Lansinoh® ručne pumpe za izdajanje osigurajte da svi dijelovi budu očišćeni i sterilizirani kako je navedeno u točki 3. ovih uputa.

- Temeljito operite ruke.
- Umetnite polugu u silikonsku membranu.
- Postavite silikonsku membranu s polugom na vrh tijela pumpe. Pazite da dobro sjedne u okvir. Stišćući prstima osigurajte da prijanja u potpunosti.\*
- Odozdo nježno natakните bijeli ventil u pumpu, pazeci da ventil dobro pristaje uz tijelo. Nikako ne upotrebljavajte preveliku silu. Ako se bijeli ventil teško skida, to je znak da ste ga prejako gurnuli u tijelo pumpe.
- Zavrnite bočicu na tijelo pumpe.
- Poravnajte prerez na ručki s polugom i ručku nježno stisnite dok ne klikne na mjesto.
- Polugu i ručku postavite tako da je ručka na prvom utoru poluge – to je faza otpuštanja.\*\*
- Kako bi pumpa bila potpuno stabilna, utakните bočicu u staljak za bočicu.
- Pumpa izgleda ovako kad je potpuno sastavljena.

\*Ovi dijelovi su izrađeni tako da tijesno prijanjaju. Za lakše sastavljanje namočite prsten silikonske membrane.

\*\*Ova pumpa za izdajanje ima dvije različite faze: fazu otpuštanja i fazu izdajanja. Mijenjanjem položaja ručke na poluzi možete se jednostavno prebacivati između dvije faze.

5

## Savjeti za izdajanje

Prije korištenja upoznajte se s pumpom i njezinim sastavnim dijelovima.

Za uspješno izdajanje najvažniji je takozvani refleks otpuštanja – kad mlijeko počne nesmetano teći. Ovaj prirodni refleks možete potaknuti prije ili tijekom izdajanja pomoću toplih Lansinoh® Therapeek Breast Therapy Gel obloga i laganim kružnom masažom dojke vrhovima prstiju, krećući izvana premaBradavicu.

Za izdajanje pokušajte odabrati vrijeme kad niste u žurbi i kad nećete biti prekidani. Opustite se misleći na svoje dijete. Gledanje njegove fotografije prilikom izdajanja također može biti od pomoći.

Cjelokupno izdajanje može trajati 20-30 minuta, što ovisi o Vašem tijelu. Imajte na umu da je uspješno izdajanje vještina koja se usvaja učenjem. Proba izdajanja, dok učite, mogu biti kraća ili dulja od navedenog i mogu kao rezultat imati manju količinu prikupljenog mlijeka, ali to nikako ne znači da nimate dovoljno mlijeka ili da radite nešto pogrešno. Mlijeko se stvara temeljem ponudi i potražnje te redovitim izdajanjem Vaše grudi stvaraju i više mlijeka.

Pojave li se kod dojenja problemi, obratite se liječniku ili savjetniku za dojenje.

Jednu dojku možete izdajati pumpom, a istodobno, na drugu možete dobiti dijete. To Vam omogućuje povećanje učinkovitosti crpljenja jer dijete koje siše stimulira refleks otpuštanja.

Osigurajte da otvor lijevka na pumpi bude lagano nagnut prema dole kako bi mlijeko što lakše moglo teći prema bočici.

### Mjere opreza prilikom hranjenja izdijeljenim mlijekom:

- IZDOJENO MLJEKO NE NAZGRUVAJTE U MIKROVALNOJ PEĆNICI! Mikrovalna pećnica mijenja sastav mlijeka. Također, može stvoriti "vrhuće točke" u mlijeku pa bi se dijete moglo opečti.
- Uvijek provjerite temperaturu tekućine prije hranjenja djeteta.
- Ne dopustite djetetu da bočicu nosi u krevet ili da se samo hrani dulje vrijeme.
- Kako biste otklonili moguću opasnost od gušenja, ispitajte čvrstoću duge njezinim povlačenjem. Dudu bacite ako se pojave znakovi istrošenosti ili napukline.

6

## Kako koristiti Lansinoh® ručnu pumpu za izdajanje

Ako je moguće, pričekaite da se količina mlijeka i raspored dojenja dobro ustalje. To je obično barem 3-4 tjedna nakon poroda, osim ako liječnik nije drugačije preporučio.

- Temeljito operite ruke i provjerite jesu li Vaše grudi čiste.
- Provjerite je li pumpa sterilizirana i pravilno sastavljena – onako kao što je opisano u poglavljima Čišćenje i steriliziranje Lansinoh® ručne pumpe za izdajanje i Skaplanje Lansinoh® ručne pumpe za izdajanje.
- Postavite otvor pumpe tako da bradavica bude u sredini i nježno pritisnite pumpu na dojku, pazeci da bradavica bude u sredini otvora lijevka za prsa. Pritisnite ComfortFIT™ lijevjak za prsa na pumpi čvrsto na dojku, pazeci da je dobro zabrtvljeno, tako da zrak ne može izći sa strane. Dobro brtvljenje možete postići pomoćno li si drugom rukom podržavajuci dojku odозdo. Ako bradavici ne možete dobiti u sredinu otvora lijevka za prsa, tako da ne dodiruje lijevjak, najvjerovatnije Vam je potreban veći ComfortFIT™

lijevack za prsa.

4. Dok lagano stišćete ručku pumpe, u dojci ćete osjetiti usisavanje. Za stvaranje vakuuma ručku nije potrebno stisnuti do kraja; dovoljno je onoliko koliko vam odgovara.
5. Postavljanjem ručke u prvi (gornji) utjor poluge možete dobiti pritisak kao pripremu za isisavanje. Proverite pomnije li se bradavica, a stiskanjem i opuštanjem ručke odredite željeni ritam.
6. Kako biste započeli s fazom otpuštanja mlijeka, ručku utaknite u gornji utjor poluge i stišćite ručku. Mlijeko će ubrzo poteći iako u potpunosti ne koristite mogućnost stvaranja maksimalnog podtlaka koji pumpa omogućava.
7. Nakon što mlijeko poteče (1 - 2 minute) predite u fazu izdajanja. Za prebacivanje na fazu izdajanja, lagano pritisnite "PUSH" dio na vrhu ručke kako biste ručicu premjestili na drugi (donji) utjor poluge. Nastavite sa stiskanjem i otpuštanjem ručke kako biste došli do odgovarajućeg usisnog tlaka.

Ako je tijekom izdajanja usisni tlak slab, ručku stišćite do kraja. Usisni tlak mijenja se ovisno o tome koliko jako stišćete ručku. Udobnost tijekom izdajanja je važnija od jakog usisnog tlaka. Zato, molimo izdajati s usisnom tlakom koji vam najviše odgovara.

\* Da biste se iz faze izdajanja vratili u fazu otpuštanja, (1) Povucite vrh poluge prema sebi, (2) nježno stisnite ručku i postavite je na prvi (gornji) utjor.

**Pozor! Nema li rezultata, nemojte pumpati dulje od 5 minuta.** Pokušajte s izdajanjem u neko drugo doba dana. Upamtite: Postane li izdajanje neugodno ili čak bolno, tada prekinite i posavjetujte se s liječnikom.

7

## Kako čuvati izdajeno mlijeko

Izdajeno mlijeko treba spremiti u čist i zatvoren spremnik.

Izdajeno mlijeko **nemojte ostavljati u vratima** hladnjaka ili zamrzivača. To je, naime, zbog otvaranja i zatvaranja, najmanje hladan dio hladnjaka ili zamrzivača. Mlijeko koje čuvate, označite datumom i najprije koristite ono najstarije.

**Isprobajte naše Lansinoh® vrećice za čuvanje mlijeka:**

- Savršene za čuvanje i zamrzavanje izdajenog mlijeka
- S patentiranim dvostrukim zatvaračem protiv izlijevanja ili kapanja
- Najčvršće vrećice koje možete naći

### Preporuke za čuvanje izdajenog mlijeka

Gdje	Temperatura	Vrijeme
Na sobnoj temperaturi (svježe mlijeko)	19° do 26°C	4 sata (idealno) do 6 sati (prihvatljivo)**
U hladnjaku	4°C do 6°C	72 sata (idealno) do 8 dana (prihvatljivo)**
U zamrzivaču	-18° do -20°C	6 mjeseci (idealno) do 12 mjeseci (prihvatljivo)

\* Mlijeko je najbolje staviti u hladnjak ili zalediti odmah nakon izdajanja.

Izvor: La Leche League International

### Odmrzavanje

Zamrznuo mlijeko odmrznite u hladnjaku ili posudu za čuvanje stavite pod hladnu vodu iz slavine, postupno povećavajući temperaturu vode dok mlijeko ne bude potpuno odmrznuto. Odmrznuto mlijeko možete držati u hladnjaku do 24 sata. Odmrznuto mlijeko nikako nemojte ponovno zamrzavati.

Kako biste izmješali slojeve koji su se pojavili u

mlijeku, prije hranjenja nježno protresite posudu s odmrznutim mlijekom. Majčino mlijeko nije homogenizirano i "vrtnje" će se izdvojiti na vrh bočice. Boja i konzistentnost izdajenog mlijeka mogu se razlikovati ovisno o dobu dana kad je mlijeko izdajeno, o tome što ste jeli i o dobi djeteta za vrijeme izdajanja. Nemojte snažno tresiti bočicu kako biste pomiješali slojeve jer tako možete oštetiti žive sastojke Vašeg mlijeka.

Izdajeno mlijeko ne zagrijavajte u mikrovalnu pećnicu! Mikrovalna pećnica mijenja sastav mlijeka. Također, može stvoriti "vruće točke" u mlijeku pa bi se dijete moglo opečti.

Ne odmrzavajte majčino mlijeko u jako vrućoj ili kipućoj vodi.

8

## Uklanjanje problema na Lansinoh® ručnoj pumpi za izdajanje

### Pumpa ne usisava / smanjeno usisavanje

Primjetite li da se smanjila jačina usisavanja, pokušajte sljedeće:

1. Proverite jesu li svi dijelovi pumpe dobro osušeni i pravilno postavljeni.
2. Pregledajte je li bijeli ventil istrošen ili probušen. Ovaj dio je važan za postizanje odgovarajuće jačine usisavanja. Ako je potrebno, zamijenite bijeli ventil s rezervnim koji ste dobili s pumpom.
3. Proverite jesu li silikonska membrana i poluga ispravno postavljeni na tijelo pumpe i prianjaju li dobro.
4. Pobrinite se da ComfortFit™ lijevack za prsa bude čvrsto na tijelu pumpe i da savršeno prianja.
5. Ako bradavicu ne možete postaviti u sredinu otvora lijevack za prsa, tako da se ne dodiruje ruba, najvjerovatnije vam je potreban veći ComfortFit™ lijevack za prsa, koji se nalazi u pakiranju.

### Mlijeko se ne izdaja

Primjetite li da se jačina usisavanja smanjila, pokušajte sljedeće:

1. Proverite jesu li svi dijelovi pumpe dobro osušeni i pravilno postavljeni.
2. Pregledajte je li bijeli ventil istrošen ili probušen. Ovaj dio je važan za postizanje odgovarajuće jačine usisavanja. Ako je potrebno, zamijenite bijeli ventil s rezervnim koji ste dobili s pumpom.
3. Proverite jesu li silikonska membrana i poluga ispravno postavljeni na tijelo pumpe i prianjaju li dobro.
4. Pobrinite se da ComfortFit™ lijevack za prsa bude čvrsto na tijelu pumpe i da savršeno prianja.

### Boj pri izdajanju

Ako se pri likom izdajanja pojavi bol, pokušajte sljedeće:

1. Možda pumpate prejako. Ne morate nužno koristiti cijelu snagu usisavanja koji pumpa može stvoriti. Pokušajte ručku stisnuti do pola i sjediti se preporuke o predloženoj ritmu od 2-3 sekunde.
2. Možda vam je potreban veći ili manji lijevack za prsa, probajte zamijeniti s drugim uključivim u pakiranju. Posavjetujte se s liječnikom ili stručnjakom za dojenje u vezi s odgovarajućom veličinom.

9

## Hranjenje izdajenom mlijekom pomoću NaturalWave™ peristaltičke dudu

### Ova NaturalWave™ peristaltička dudu je posebno dizajnirana da:

- pomaže u održavanju uspostavljenih obrazaca dojenja,
- olakšava prijelaz s dojenja na bočicu i obrnuto,
- potiče kod djeteta pokret jezikom 'u obliku vala'.

- potiče instinktivno sisanje koje pridonosi prirodnom razvoju usne šupljine.



### 1. Prihvatanje

Usnice otvorene prema van i prinesite ih na areolu.

### 2. Peristaltički pokret jezikom

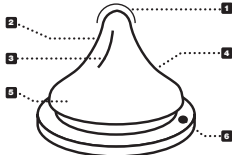
Jezik, blagim pokretima u obliku vala "stiče bradavicu i izvlači mlijeko. To potiče prirodni razvoj usne šupljine, čeljusti i lica.

**Činjenica:** Dječji jezik ponavlja peristaltičke pokrete oko 800 do 1000 puta tijekom samo jednog hranjenja.

### 3. Gutanje

Stražnji dio jezika djeteta se podiže, usmjeravajući mlijeko u jednjak.

**NaturalWave™ peristaltička dudu dizajnirana je tako da potiče prirodni obrazac dojenja, što je i klinički dokazano.**



### 1. Vrh dude

Dijete kontrolira protok mlijeka.

### 2. Mekan 100% silikon

Rasteže se i savija za optimalno stiskanje.

### 3. Unutarja okomita ojačanja

Pojačavaju strukturu dude, čine je otpornom na skupljanje.

### 4. Jedinstveni dizajn postupnog nagiba

Omogućuje nesmetano peristaltičko kretanje jezika.

### 5. Duda sa širokom osnovicom s teksturom

Za lako prihvaćanje i učinkovito sisanje.

### 6. AVS™

Smanjuje unos zraka, koji može uzrokovati kolike.

### Jednodielna, pouzdana dudu dostupna u verzijama sa sporim, srednjim i brzim protokom.

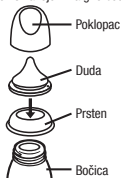
U prvih 6 mjeseci života djeteta preporučuje se isključivo dojenje. Prije uvođenja bočice i dude, dojenje i dotok majčinog mlijeka trebaju biti čvrsto uspostavljeni.

### Upute za uporabu: Napunite potrebnom količinom tekućine i zategnute prsten s navojem. Grijanje u mikrovalnoj pećnici se ne preporučuje.

Ako se odlučite za zagrijavanje hrane u mikrovalnoj pećnici, ne zatvarajte bočicu. Uklonite dudu, prsten s navojem i poklopac ako stavljate u mikrovalnu pećnicu. Protresite dudu prije uporabe i uvijek prije hranjenja djeteta proverite temperaturu. Neravnomjerno zagrijana hrana može opečti djetetova usta. Ljudsko mlijeko ne stavljajte u mikrovalnu pećnicu je njezini valovi mijenjaju sastav mlijeka. Prije vrve uporabe operite proizvod. Da biste osigurali higijenu proizvoda, dudu i bočice sa svim sastavnim dijelovima prije uporabe prokuhajte 5 minuta u vodi. Kad nosite punu bočicu, proverite je li dobro zatvorena, s poklopcem na svom mjestu, pazeci da je vrh dudu u sredini poklopca – u tom slučaju djeluje sustav "protiv prolivanja".

**Čišćenje:** Prije vrve uporabe prokuhajte proizvod u vodi 5 minuta, pustite da se ohladi i temeljito isperite sve sastavne dijelove bočice. Tako se osigurava higijena. Kasnije, bočicu je također moguće oprati na gornjoj polici perlice za posude, a može se sterilizirati (otvorena) bilo u mikrovalnoj pećnici, bilo pomoću posebnog aparata za sterilizaciju. Uvijek, neposredno nakon uporabe operite sve sastavne dijelove proizvoda. Operite toplom vodom i deterdžentom i dobro isperite. Oprati prije svake uporabe.

**Sklopajnik:** Nakon temeljitog sušenja, dudu provucite kroz gornji dio prstena s navojem. Dobro pričvrstite prsten s navojem na grlo bočice.



Postavite dudu na vrh prstena

**Mjere opreza:** Kad nije u uporabi, spremite na suhom i pokrivenom mjesto. Ovak proizvod uvijek koristite pod nadzorom odrasle osobe. Nemojte čistiti, čuvati ili dopustiti da dođe u dodir s otapalima ili agresivnim kemikalijama - moglo bi doći do oštećenja. Ne ostavljajte proizvod pod izravnim sunčevom svjetlosti ili na toplom, kao niti u dezinficijensu ("otopini za sterilizaciju") duže nego što je preporučeno. Ne zagrijavajte tekućinu postavljanjem šalice izravno na plinski plamenik ili električnu ploču, ploče za zagrijavanje, u električne pećnice i sl.

### ZAPOZORENJE za sigurnost i zdravlje Vašeg djeteta!

Uvijek koristite ovaj proizvod pod nadzorom odrasle osobe. Dudu za bočicu nikad ne koristite kao dudu varalicu. Kontinuirano i dugo trajno sisanje tekućine uzrokuje karijes. Prije hranjenja uvijek provjerite temperaturu hrane. Sve sastavne dijelove opreme koje ne koristite držite izvan dohvata djece. Ne ostavljajte dijete samo s opremom za pijenje zbog opasnosti od gušenja, do kojeg može doći zbog pada djeteta ili rastavljanja proizvoda.

**ZAPOZORENJE:** Zubni karijes može se pojaviti kod male djece čak i onda ako se koriste nezasađene tekućine. To se može dogoditi ako se djetetu dopušta koristiti bocu/šalicu umjesto dude varalice, na duže vrijeme preko dana, a osobito tijekom noći, kada je dotok sline smanjen. Ne ostavljajte proizvod pod izravnim sunčevom svjetlosti ili na toplom, kao niti u dezinficijensu ("otopini za sterilizaciju") duže nego što je preporučeno jer to može oslabiti dudu. Pregledajte prije svake uporabe. Bacite na prvi znak oštećenja ili istrošenosti. Svaki 7 tjedana zamijenite dudu zbog sigurnosti i higijenskih razloga. Za provjeravanje ispravnosti povucite dudu za bočicu u svim smjerovima.

**POZOR:** Neki sokovi mogu silikon učiniti neprozirnim. To ne mijenja bilo koje svojstvo. Ne stavljajte ljudsko mlijeko u mikrovalnu pećnicu jer mikrovalovi mijenjaju sastav mlijeka. Grijanje u mikrovalnoj pećnici može stvoriti u nekim dijelovima visoke temperature. Budite posebno oprezni prilikom grijanja u mikrovalnoj pećnici. Zagrijanu hranu uvijek dobro promiješajte kako biste toplinu ravnomjerno rasporedili i prije posluživanja provjerite temperaturu.

**ZAPOZORENJE:** Pakiranje nije dio proizvoda. Zbog sigurnosti Vašeg djeteta prije uporabe uklonite i bacite svu ambalažu, ali pročitaite upute i sačuvajte za ubuduće. Ostavite otvoreno u mikrovalnoj pećnici.



**Manufacturer: Lansinoh Laboratories  
Saglik Gereceleri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.  
Zafer SB Han. Gunduz SK. No:13 E.S.B  
Gazemir/ Izmir/ Turkiye**



**LANSINOH®  
RUČNA PUMPA ZA IZMLAZANJE UPUTSTVO ZA  
UPOTREBU**

Čestitamo na odluci da vašoj bebi pružite najbolji mogući početak života putem dojenja. Ogroman broj zdravstvenih pogodnosti i za vas i za bebicu je dobro dokumentovan. Iako je majčino mlijeko uvek najbolje, istrana deteta majčinim mlijekom, kada morate biti odsutni, nije uvek laka. To zahteva poseban napor, i možete biti ponosni na svoju rešenost da bebi pružite savršeni obrok za optimalni rast i razvoj. Naša ručna pumpa za izmlazanje je dizajnirana da bude brza i laka za korišćenje za majke koje moraju povremeno da se izmlazaju i koje shvataju pogodnosti ručne pumpe.

### Uputstvo za korišćenje:

Molimo vas da odvojite vreme i pročitate kompletno uputstvo za upotrebu pre prvog korišćenja Lansinoh® ručne pumpe za izmlazanje.

Sadržaj:

1. Upoznavanje sa Lansinoh® ručnom pumpicom za izmlazanje
2. Delovi Lansinoh® ručne pumpe za izmlazanje
3. Kako da sterilišete i čistite svoju Lansinoh® ručnu pumpicu za izmlazanje
4. Kako da sklopite svoju Lansinoh® ručnu pumpicu za izmlazanje
5. Saveti u vezi izmlazanja
6. Kako da koristite svoju Lansinoh® ručnu pumpicu za izmlazanje
7. Kako da čuvate svoje izmlazano mleko
8. Rešavanje problema sa Vašom Lansinoh® ručnom pumpicom za izmlazanje
9. Hranjenje bebe izmlazanim mlijekom NaturalWave™ peristaltičkom cecom

## 1

### Upoznavanje sa Lansinoh® ručnom pumpicom za izmlazanje

Lansinoh® ručna pumpica za izmlazanje je posebno dizajnirana prema potrebama majki koje hrane svoju decu dojenjem. Ova pumpica za izmlazanje ima dve odvojene faze: faza otpuštanja i faza izmlazanja. Možete jednostavno da pređete sa jedne faze na drugu podešavanjem pozicije ručice na dršci. ComfortFit™ podloga za grudi vrši zaptivanje i time omogućava pouzdano izmlazanje što ima za posledicu pouzdan i brz tok mlijeka. Dve bočice sa velikim otvorom su potpuno kompatibilne sa kompletnim programom Lansinoh® pumpica. U pakovanju se nalazi i NaturalWave™ cecula sporeg protoka, koja omogućava bebi da replicira prirodne pokrete sisanja koje je naučila tokom hranjenja dojenjem i prilikom hranjenja putem bočice. Pumpica je laka za sklapanje, korišćenje i pranje.

Dojenje je najbolje. Isključivo dojenje je priznato kao najbolji izbor za vašu bebicu i pruža sve hranljive sastojke koje su potrebne bebi tokom prvih šest meseci života. Dojenje pomaže da se stvori snažna veza između majke i bebe i pruža mnogobrojne dugoročne pogodnosti za oboje.

## 2

### Delovi Lansinoh® ručne pumpe za izmlazanje

(Molimo, pogledajte dodatak A)

- A** ComfortFit™ podloga za grudi
- B** Telo pumpe
- C** Silikonska dijagrama
- D** Drška
- E** Ručica
- F** Poklopac bočice i zaptivajući disk
- G** Beli ventil
- H** Stalak za bočicu

### Dvofazna tehnologija

Ova pumpica za izmlazanje ima dve posebne faze, fazu otpuštanja i fazu izmlazanja. Možete jednostavno da pređete sa jedne faze na drugu podešavanjem pozicije

ručice na dršci.

### Faza otpuštanja

Ova faza nežno stimulira dojenje. Dizajnirana je da oponaša prvu fazu dojenja (način na koji se beba hrani na početku dojenja). To je jedan od pokreta koji podstiče otpuštanje mleka i podstiče mleko da krene da teče. Možete stvoriti nežni efekat isisavanja podešavanjem ručice na prvi (gornji) zarez na dršci i brzim pulsirajućim pokretima ručice.



### Faza izmlazanja

Ova faza omogućava da izmlazate mleko iz dojke. Prelazak na ovaj režim se vrši podešavanjem ručice na drugi (donji) zarez na dršci. Da osvarite najbiji efekat isisavanja, potpuno pritisnite. Za manju snagu isisavanja, manje pritisakajte ručicu.

## 3

### Kako da sterilišete i čistite svoju Lansinoh® ručnu pumpicu za izmlazanje

Pre nego što prvi put upotrebite pumpicu, rasturite je (uklonite silikonsku dijagramu i dršku, ComfortFit™ podlogu za grudi, beli ventil i razdvojte bočicu, poklopac i zaptivajući disk).

#### Čišćenje:

Podloga za grudi, bočice, drška i stalak za bočicu može da se pere u gornjem delu mašine za pranje sudova ili ručno, toplom vodom i deterdžentom za pranje sudova. Nemojte koristiti razređivače niti abrazivna sredstva. Isperite vrelom, čistom vodom. Beli ventil, silikonska dijagrama i drška i ComfortFit™ podloga za grudi se mogu prati u mašini za pranje sudova; međutim, preporučujemo da ih perete ručno, jer ćete time sprečiti njih izgubiti i produžiti im životni vek. Postavite sve delove da se u potpunosti osuše na vazduhu, uključujući na čist peškir ili podlogu za sušenje.

**Primerba:** Prilikom čišćenja malog belog ventila, obratite posebnu pažnju. On je veoma važan za ispravno isisavanje. Nemojte koristiti preteranu silu i ne perite sa četkom za bočice, ni četkom za cecule. Blago operite toplom vodom i sapunom i isperite vrućom tekućom vodom.

#### Sterilizacija:

**Sterilizacija prokuvavanjem:** Postavite sve delove u posudu sa ključavnom vodom, pazite da nema vazduha koji je ostao u delovima, prekritje sud i kuvajte najmanje 10 minuta. Ostavite sud poklopljenim dok vam ne zatreba pumpica. Napomena: Od suštinske je važnosti da u posudi ima dovoljno vode, tako da delovi pumpe slobodno plutaju tokom prokuvavanja.

**Sterilizacija hemijskim sredstvom:** Napravite rastvor pomoću tableta ili tečnosti. Potopite sve delove u rastvor, pazite da nije ostao vazduh u delovima opreme. Ostavite delove u rastvoru najmanje 30 minuta. Nakon 24 sata, napravite svež rastvor.

**Sterilizacija vodenom parom ili u mikrotalasnoj pećnici:** Pratite uputstva proizvođača opreme za sterilizaciju. Uverite se da su svi otvori na opremi okrenuti na dole u sterilizatoru. Uverite se da ste oprali ruke pre uklanjanja opreme iz sterilizatora.

## 4

### Kako da sklopite Vašu Lansinoh® ručnu pumpicu za izmlazanje

Napomena: Pre sklapanja Lansinoh® ručne pumpe za

izmlazanje uverite se da su svi delovi oprani i sterilisani kao što je objašnjeno u delu 3 ovog uputstva. (Molimo, pogledajte dodatak B)

- 1 Temeljno operite ruke.
- 2 Ubacite ručicu u silikonsku dijafragmu.
- 3 Postavite silikonsku dijafragmu i ručicu na gornji deo tela pumpe. Uverite se da je čvrsto pričvršćena oko savršeno pritisnjenom prstima na dole da bi ste ostvarili obodno zapljivanje.\*
- 4 Nežno postavite beli ventil na pumpu odozdo uverite se da je beli ventil ravan sa telom pumpe. Nije potrebno da jako pritisakate prilikom postavljanja belog ventila. Ukoliko imate problema sa skidanjem belog ventila, onda ste ga previše ugurali u telo pumpe.
- 5 Zavijte bočicu na telo pumpe.
- 6 Poravnajte žljeb na ručici sa drškom i nežno pritisnite ručicu na dole. Gurnite dok ne čujete da je kliknulo.
- 7 Podesite ručicu i dršku tako da ručica leži u prvom zarezu drške, takozvana faza opuštanja.\*\*
- 8 Prikachite ComfortFit™ podlogu na telo pumpe.
- 9 Da bi pumpica bila u potpunosti stabilna, ubacite bočicu u stakal.
- 10 Kada je u potpunosti sklopljena, vaša pumpica bi trebala ovako da izgleda.

\*Ovi delovi bi trebalo čvrsto da nalegnu. Radi lakšeg sklapanja, okvasite oboj silikonske dijafragme vodom. \*\*Ova pumpica za izmlazanje ima dve posebne faze, fazu opuštanja i fazu izmlazanja. Možete jednostavno da pređete sa jedne faze na drugu podešavanjem pozicije ručice na dršci.

## 5

### Saveti u vezi izmlazanja

Upoznajete se sa pumpom i njenim delovima pre upotrebe.

Najvažniji deo uspešnog izmlazanja je postizanje efekta opuštanja. To je faza u kojoj mleko iz vaše dojke počinje slobodno da teče. Sledeći saveti vam mogu pomoći da se ovaj prirodni refleks ostvari: Postavljanje zagrejanog Lansinoh® Therapearl terapeutskog gela na dojku i lagani, kruti pokreti vrhovima prstiju od korena dojke ka bradavicama pre i/ili tokom rada sa pumpicom. Pokušajte da izaberete vreme za izmlazanje kada niste u žurbi i kada vas neće prekidati. Pokušajte da se opustite i razmišljajte o svojoj bebi, ili gledajte njenu sliku - ovo takođe može biti korisno tokom izmlazanja.

Sama procedura izmlazanja može potrajati od 20 minuta do pola sata, ali u suštini zavisi od vašeg tela. Zapamtite, uspešno izmlazanje je umetnost koja se uči. Početni pokušaji izmlazanja mogu trajati kraće ili duže nego što je ovde navedeno i mogu imati za rezultat malu sakupljenu količinu mleka, ali to ne znači da vaše telo ne proizvodi dovoljno mleka ili da nešto radite pogrešno. Mleko se proizvodi na bazi potrebnje, pa je izmlazanje dojkj uz redovno dojenje bez dodatna stimulacija i pomaže u održavanju kontinuiteta stvaranja mleka.

Ukoliko imate problema sa dojenjem, molimo da konsultujete lekara.

Možete izmlazati mleko iz jedne dojke, dok hranite bebu na drugoj. Ovo omogućava da izvučete maksimalnu količinu mleka koristeći refleks opuštanja koji stimuliše sisanje bebe.

Uverite se da je tunel unutar podloge za grudi blago nagnut na dole, da bi mleko prirodnim padom išlo ka bočici.

**Mere opreza kada hranite dete izmlazanim mlekom:**

1. **NEMOJTE PODGREVATI MLEKO U MIKROTALASNOJ PEČNICI!** Podgrevanje u mikrotalasnoj pećnici menja sastav mleka a takođe može da stvori i takozvane "vreme tačke" u mleku koje mogu da opaku dete.
2. Uvek proverite temperaturu bilo kakve tečnosti koju dajete detetu.
3. Ne dajte detetu da ponese flašicu sa sobom u krevet

niti ga ostavljajte da se samo hrani duži vremenski period.

4. Da bi sprečili eventualnu mogućnost gušenja, proverite čvrstocu cude tako što ćete je povući za vrh. Bacite je ukoliko se pojavio bilo kakva naprsina ili pukotina.

## 6

### Kako da koristite svoju Lansinoh® ručnu pumpicu za izmlazanje

Ukoliko je to moguće, sačekajte da vam se uestali količina mleka i raspuđe dojenja. To je obično najmanje nakon 3-4 nedelje nakon porođaja, osim ako nije drugačije savetovano od strane lekara.

1. Dobrano operite ruke i uverite se da su vam dojke čiste.
2. Uverite se da ste sterilisali i pažljivo sklopili pumpicu tačno kako je opisano u sekcijama "Kako da očistite i sterilisate svoju Lansinoh® ručnu pumpicu za izmlazanje" i "Kako da sklopite Lansinoh® ručnu pumpicu za izmlazanje".
3. Postavite otvor na pumpici preko bradavice i nežno je pritisnite na dole. Uverite se da se bradavica nalazi u centru tunela podloge za grudi. Pritisnite ComfortFit™ podlogu za grudi čvrsto uz dojkj; uverite se da je zapljiveno dobra i da ne prolazi vazduh. Možete da stvorite dobru zapljivenost tako što ćete pridržati dojkj drugom rukom odozdo. Ukoliko bradavica ne može da se postavi u centru tunela podloge za grudi bez trenja, možda vam je potrebna veća veličina ComfortFit™ podloge za grudi.
4. Laganim pritisnim na ručicu pumpe osetićete isisavanje na dojci. Uverite se da morate pritisnuti ručicu do kraja da bi ste stvorili vakuum; samo onoliko koliko vam je prijatno.
5. Možete podesiti nežno isisavanje za pripremu za izmlazanje tako što ćete postaviti ručicu u prvi (gornji) zarez na dršci. Uverite se da se vaša bradavica pokreće i pritisnjate i otpuštajte ručicu dok ne nadete željeni ritam.
6. Da započnete sa fazom opuštanja, postavite ručicu u gornji (prvi) zarez drške i pritisnite ručicu. Mleko će uskoro početi da teče čak iako ne koristite punu snagu pumpe za izmlazanje.
7. Kada mleko počete (1 - 2 minuta) predite na fazu izmlazanja. Da bi ste prešli na fazu izmlazanja, blago pritisnite "PUSH" deo na vrhu ručice da podesite ručicu na drugi (donji) zarez na ručici. Navistite da stežete i otpuštate ručicu dok ne pronađete odgovarajući pritisak isisavanja.

Ukoliko vam se čini da je pritisak isisavanja slab tokom izmlazanja, pritisnite ručicu do kraja. Pritisak isisavanja se menja u odnosu na to koliko jako stegnete ručicu. Izmlazanje kada vam je prijatno je važnije od pojačavanja jačine isisavanja. Molimo vas da vršite izmlazanje pod pritiskom isisavanja koji vam je odgovarajući.

\*Da bi ste se vratili na fazu opuštanja iz faze izmlazanja (1) povucite vrh drške ka vama, (2) blago stegnite ručicu, i podesite je na prvi (gornji) zarez.

**Upozorenje: Nemojte nastavljati sa pumpanjem duže od 5 minuta ukoliko ne postignete nikakve rezultate.** Pokušajte sa izmlazanjem u neko drugo doba dana. Molimo Vas, zapamtite: Ukoliko isisavanje postane jako bolno ili neprijatno, trebalo bi da prestanete sa korišćenjem pumpe i da se posavetujete sa stručnom osobom.

## 7

### Kako da čuvate izmlazano mleko

Izmlazano mleko bi trebalo da se čuva u čistom, zatvorenom sudu.

**Nemojte čuvati izmlazano mleko u vratima frižidera ili zamrzivača. Vrata frižidera su najtoplije deo frižidera ili zamrzivača zbog čestog otvaranja i zatvaranja. Obeležite flašice sa mlekom i uvek najpre koristite najstarije izmlazano mleko.**

**Isprobajte naše Lansinoh® vrećice za čuvanje izmlazanog mleka:**

- Idealne za čuvanje i zamrzavanje izmlazanog mleka
- Patentirani zatvarač sa dvostrukim zapljivanjem sprečava curenje ili propispanja
- Najjača vrećica na tržištu

Saveti za čuvanje izmlazanog mleka			
Gde	Temperatura	Vreme	
48h sobnoj temperaturi (sveže mleko)	19° do 26°C	4 sata (idealno) do 6 sati (prihvatljivo)*	
U frižideru	4°C do 6°C	72 sata (idealno) do 8 dana (prihvatljivo)**	
U zamrzivaču	-18° do -20°C	6 meseci (idealno) do 12 meseci (prihvatljivo)**	

\*U slučaju da mleko stavite u frižider ili zamrzivač odmah po izmlazanju.

Referenca: La Leche League International

### Odmrzavanje

Odmrznite zamrznuto izmlazano mleko u frižideru ili stavite sud ispod tekuće hladne vode, postepeno povećavajući toplotu vode dok se mleko ne odmrzne. Odmrznuto mleko može da se čuva u frižideru do 24 sata. Ne zamrzavati mleko nakon što je odmrznuto.

Laganim kružnim pokretima mešati odmrznuto mleko pre davanja detetu da bi se pomešali sluzi koji su se izdvojili. Izmlazano mleko nije homogenizovano i "kajmak" će se popeti na vrh bočice. Izmlazano mleko može da varira što se tiče boje i gustine, u zavistnosti od doba dana kada je izmlazano, od hrane koje ste konzumirali i od starosti deteta u vreme izmlazanja. Ne muckajte bočicu žustrim pokretima da izmešate slojeve jer će na taj način oštetiti "žive" komponente vašeg mleka.

Nemojte zagrevati humano mleko u mikrotalasnoj pećnici! Zagrevanje u mikrotalasnoj pećnici menja sastav izmlazanog mleka. Zagrevanje u mikrotalasnoj pećnici takođe stvara "vreme tačke" u izmlazanom mleku koje može da opeče vašu bebu.

Ne odmrzavajte izmlazano mleko u veoma vrućoj ili ključaloj vodi.

## 8

### Rešavanje problema vašom Lansinoh® ručnom pumpicom za izmlazanje

#### Manjak isisavanja / Smanjenje isisavanja

Ukoliko imate osećaj da se sila isisavanja smanjila, pokušajte sledeće:

1. Uverite se da su svi delovi pumpe suvi i pravilno sklopljeni.
2. Pregledajte da li beli ventil ima pukotine ili male rupe. Ova komponenta je kritična za postizanje pravilne sile isisavanja. Ukoliko je neophodno, zamenite beli ventil sa rezervnim ventilom koji ste dobili uz pumpicu.
3. Uverite se da je silikonska dijafragma i ručica čvrsto spojena na telo pumpe i da se stvara savršeno dhtivanje.
4. Uverite se da je ComfortFit™ podloga za grudi čvrsto spojena na telo pumpe i da se stvara savršeno dhtivanje.
5. Ukoliko vaša bradavica ne može da se postavi u centru tunela podloge za grudi bez trenja, možda vam je potrebna veća veličina ComfortFit™



podloge za груди koja se nalazi u pakovanju.

### Ne izlazi mleko iz dojke

Ukoliko imate osećaj da se sila isisavanja smanjila, pokušajte sledeće:

1. Uverite se da su svi delovi pumpe suvi i pravilno sklopljeni.
2. Pregledajte da li beli ventili ima pukotine ili male rupice. Ova komponenta je kritična za postizanje pravilne sile isisavanja. Ukoliko je neophodno, zamenite beli ventili sa rezervnim ventilom koji ste dobili uz pumpicu.
3. Uverite se da je silikonska dijafragma i ručica čvrsto spojena na telo pumpe i da se stvara savršeno dhtivanje.
4. Uverite se da je ComfortFit™ podloga za груди čvrsto spojena na telo pumpe i da se stvara savršeno dhtivanje.

### Boi prilikom pumpanja

Ukoliko se javlja bol prilikom izmlazanja mleka, pokušajte sledeće:

1. Moždna pumpate previše jako. Moždna nije potrebno da pumpate maksimalnom silom koju pumpica može da stvori. Pokušajte da puštate ručicu na pola daha i zapamtite da preporučeni ritam 2-3 sekunde.
2. Moždna vam je potrebna veća ili manja podloga za груди, pokušajte drugu veličinu podloge koju ste dobili u pakovanju. Konsultujte svoju patronažnu sestru za pomoć prilikom određivanja veličine.

9

## Hranjenje bebe izmlazanim mlekom NaturalWave™ peristaltičkim cuclom

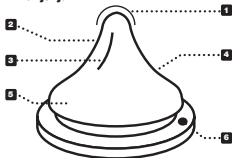
### Ova NaturalWave™ peristaltička cuclia je specijalno dizajnirana da:

- Pomogne da se održi već ustaljen režim hranjenja.
- Da se lako pređe sa dojenja na hranjenje na bočicu i natrag.
- Da se potpomogne bebin "talasasti" rad jezika.
- Da se potpomogne instinktivno aktivnost sisanja radi prirodnog razvoja usne šupljine.



1. **Hvatanje usnama**  
Usne se otvaraju na napole i hvataju areolu.
2. **Peristaltičko kretanje jezika**  
Jezik se kreće kontinuirano, "talasastim" pokretima čime pritiska bradavicu i istiskuje mleko. Ovo podstiče prirodni razvoj usne duplje, čeljusti i lica.  
**Činjenica:** Dečiji jezik ponavlja oko 800 do 1000 peristaltičkih pokreta tokom jedne seanse dojenja.
3. **Gutanje**  
Zadnji deo detetovog jezika se podiže, i time usmerava mleko u jednjak.

### NaturalWave™ peristaltička cuclia je dizajnirana i klinički dokazana da podstiče ovaj prirodni način hranjenja.



1. Vrh cuclie  
Beba kontroliše protok mleka.
2. Mekani 100% Silikon

3. Rasteže se i savija radi optimalne kompresije.
3. Unutrašnji vertikalni rubovi  
Ispravlja oblik cuclie, čime sprečava njeno "kolobiranje".
4. Jedinstven dizajn postepenog nagiba  
Omogućava kontinualne peristaltičke pokrete jezika.
5. Široka osnova cuclie sa tekstурom  
Za lako hvatanje i efektivno sisanje.
6. AVS™  
Smanjuje unos vazduha, potencijalni uzrok stomaćnih grčeva.

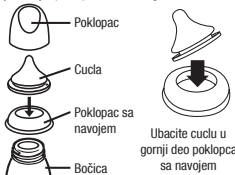
### Jednolični dizajn cuclie, za sklapanje bez muke, dostupna sa sporim, srednjim i brzim protokom.

Isključivo dojenje je preporučeno za prvih 6 meseci bebinog života. Dojenje i proizvodnja majčinog mleka bi trebalo da budu čvrsto utemeljeni pre upotrebe boce i cuclie.

**Uputstvo za korišćenje:** Napunite sa potrebnom količinom tečnosti i zategnite poklopac sa navojem. Grejanje u mikrotalasnoj pećnici nije preporučljivo. Ukoliko se odlučite na zagrevanje u mikrotalasnoj pećnici, nemojte zatvarati bočicu. Uklonite cuclu, zatvarajući poklopac kada koristite mikrotalasnu pećnicu. Dobro protresite pre upotrebe i uvek proverite temperaturu pre nego što ponudite flašicu bebi. Nejednako zagrejana hrana može da ispeče bebina usta. Nemojte zagrevati humano mleko u mikrotalasnoj pećnici jer ona menja sastav mleka. Pre upotrebe, očistite proizvod. Da bi ste bili sigurni u higijenu proizvoda, ubacite cuclu i bočicu sa svim delovima u klučalu vodu na pet minuta pre upotrebe. Kada nosite punu bocu, uverite se da je ispravno zatvorena sa poklopcem, i uverite se da je cucla za hranjenje u protiv-porisanja" biti u funkciji.

**Čišćenje:** Pre prve upotrebe, ubacite proizvod u klučalu vodu na pet minuta, sačekajte da se ohladi i dobro isperite sve delove bovice. Ovo je radi osiguranja higijenskih uslova. Takođe, bočica takođe može da se opere u gornjoj floci mašine za pranje sudova i može biti sterilisana (otvorena) u i mikrotalasnoj is korišćenjem specijalnog sterilizatora. Uvek operite sve delove proizvoda odmah nakon upotrebe. Perite u toploj vodi sa sapunom i temeljno isperite. Operite pre svake upotrebe.

**Sklapanje:** Kada je temeljno sterilisana i suva, ubacite cuclu za hranjenje kroz gornji deo poklopca koju se navija. Zavijte poklopac čvrsto na grlic bočice.



Ubacite cuclu u gornji deo poklopca sa navojem

**Mere opreza:** Kada se ne koristi, odložite na suvom i pokrivenom mestu. Uvek koristiti proizvod uz nadzor odrasle osobe. Nemojte prati, odlagati ili dozvoljavati da dođe u dodir sa razređivačima ili jakim hemikalijama. Može doći do oštećenja. Nemojte ostavljati proizvod na direktnoj sunčevoj svetlosti ili toploti, ili ga ostavljati u rastvoru tečnosti za sterilizaciju duže nego što je predviđeno. Nemojte da zagrevate tečnost stavljanjem bočice direktno na gasnu ili električnu ringlu, ploče za zagrevanje, u električnoj remi i sl.

**UPOZORENJE vezano za bezbednost i zdravlje Vašeg deteta!** Uvek koristiti proizvod uz nadzor odrasle osobe. Nikada ne koristite cuclu kao varalicu (lažu). Kontinualno ili dugotrajno konzumiranje tečnosti će uzrokovati kvarenje zuba. Uvek proverite temperaturu pre davanja bočice bebi. Držite sve delove koje ne koristite dalje od dece. Ne ostavljajte bebun samu sa

bočicom zbog mogućnosti gušenja, zbog mogućnosti da beba padne preko bočice ili da se bočica razloži.

**UPOZORENJE:** Kvarenje zuba kod male dece može da se dogodi čak i ako ne koristite zaslađene tečnosti. Ovo se dešava ukoliko se bebi dozvoli da koristi bočicu/šolju duž vremenskog perioda tokom dana, a posebno tokom noći, kada je smanjen dotok pljuvačke ili kada se koristi kao dudu (laža). Nemojte ostavljati cuclu na direktnoj sunčevoj svetlosti ili toploti, ili ga ostavljati u rastvoru tečnosti za sterilizaciju duže nego što je predviđeno. Proverite je pre svake upotrebe. Bacite je na prvi znak oštećenja ili slabosti. Zamenite cuclu svakih 7 nedelja, iz bezbednosnih i higijenskih razloga. Povucite cuclu u svim pravcima da bi izvršili pregled proizvoda.

**PAŽNJA:** Neki sokovi i rastvorci za sterilizaciju mogu da uzrokuju da cucla postane neprovidna. Ovo ne menja nikakva svojstva proizvoda. Nemojte zagrevati humano mleko u mikrotalasnoj pećnici jer ona menja sastav mleka. Zagrevanje u mikrotalasnoj pećnici može lokalno da izazove visoke temperature tečnosti. Obratite posebnu pažnju prilikom zagrevanja u mikrotalasnoj pećnici. Uvek promešajte hranu da bi ste se uverili da je temperatura ravnomerno raspoređena i proverite temperaturu pre hranjenja.

**UPOZORENJE:** Ambalaža nije delo proizvoda. Radi bezbednosti Vašeg deteta, nemojte Vas da uklonite i bacite svu ambalažu pre korišćenja ali pročitate i pažljivo uputstvo za upotrebu za kasnije čitanje. Ostavite bočicu otvorenu u mikrotalasnoj pećnici.



**Manufacturer: Lansinoh Laboratories  
Saglik Gereceleri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.  
Zafer SB Mah. Gunduz Sk. No:13 E.S.B  
Gazlemir/ Izmir/ Turkiye**



### LANSINOH™ ІНСТРУКЦІЯ КОРИСТУВАННЯ РУЧНИМ МОЛОКОВІДСМУКТУВАЧЕМ

Вітаємо Вас з рішенням дати вашій дитині найкращий старт у житті! Грудним вигодовуванням. Безліч переваг для вашого здоров'я і здоров'я вашої дитини добре обговорювані. Хоча вигодовування грудним молоком — це завжди найкраще вигодовування, втім забезпечування грудним молоком вашої дитини, коли ви масти були далеко від неї, не завжди є легкою справою. Це вимагає особливих зусиль, і ви повинні дуже пишатися своєму рішучості забезпечити вашій дитині ідеальне харчування заради її оптимального росту і розвитку. Наш ручний молоковідсмоктувач був розроблений з метою, щоб він був швидким і легким для матері, які інколи мають відсмоктувати молоко і які цінують зручність ручного молоковідсмоктувача.

### Інструкція для користувача:

Будь ласка, знайдіть час, щоб прочитати цей посібник, перш ніж вперший раз користуватиметесь ручним молоковідсмоктувачем марки Lansinoh™.

Зміст:

1. Ознайомлення з Ручним молоковідсмоктувачем марки Lansinoh™
2. Частини Ручного молоковідсмоктувача марки Lansinoh™
3. Як стерилізувати та очистити Ручний молоковідсмоктувач марки Lansinoh™
4. Як зібрати Ручний молоковідсмоктувач марки Lansinoh™
5. Поради щодо відсмокткування молока
6. Як користуватися Ручним молоковідсмоктувачем марки Lansinoh™
7. Як правильно зберігати з'джене грудне молоко
8. Пошук і усунення несправностей Ручного молоковідсмоктувача марки Lansinoh™
9. Годування грудним молоком за допомогою перистальтичної cuclie NaturalWave™

1

## Знайомство з Ручним молоковідсмоктувачем марки Lansinoh®

Ручний молоковідсмоктувач марки Lansinoh® був розроблений спеціально для урахування потреб годуючих матерів. Цей молоковідсмоктувач має два окремі режими: Let Down Phase (Самопливи) / Expression Phase (Відсмоктування). Ви можете легко обирати один з двох режимів, регулюючи положення ручки на штоку. Підручка для грудей марки ComfortFit™ створює ізоляцію, яке забезпечує надійне всмоктування, завдяки чому потік молока іде зручно і швидко. Дві пляшки з широким горлечком є взаємозамінними для всіх типів молоковідсмоктувачів марки Lansinoh®. Плаунок містить соску повільного потоку марки NaturalWave™, яка дозволяє дитині, коли вона є, зцедити молоко з пляшки, повторювати її природні дії смоктання, про які вона дізналася, коли смоктала груди. Молоковідсмоктувач легко збирається, простий у використанні і легко чиститься.

Вигодування груддю є найкращим способом. Включено курс вигодування визнане найкращим вибором для дитини і надає їй всі повні речовини, яка ваша дитина потребує протягом перших 6 місяців життя. Грудне вигодування допомагає розвинути сильний зв'язок між матір'ю і дитиною і забезпечує численні довготривалі переваги для обох сторін.

2

## Частина Ручного молоковідсмоктувача марки Lansinoh®

(Дивіться додаток А)

- A** Підручка для груді марки ComfortFit™
- B** Корпус молоковідсмоктувача
- C** Силіконова мембрана
- D** Шток
- E** Ручка
- F** Кришка пляшки і прокладка для ущільнення
- G** Білий клапан
- H** Підставка під пляшку

### 2 режими роботи

Цей молоковідсмоктувач має два окремі режими роботи: режим Let Down (Самопливи) і режим Expression (Відсмоктування). Ви можете легко перемикаєти між двома режимами, обираючи положення ручки на штоку.

### Режим Самопливи

Цей режим м'яко стимулює груди. Він призначений для імітації першого режиму годування грудьми (коли дитина харчується на початку годування). Це одна з особливостей, яка стимулює самопливи молока і сприяє тому, щоб ваше молоко почало текти. Ви можете створити легкий тиск до відсмоктування, якщо встановити ручку в першій (верхній) паз в штоку і буде робити швидкі поштовхи рукою.



### Режим Відсмоктування

Цей режим дозволяє вам відсмоктувати грудне молоко з грудей. Щоб переключитися в цей режим, встановіть ручку у другий (нижній) паз в штоку. Щоб отримати максимальне відсмоктування, натискуйте на ручку повністю. Щоб зменшити силу відсмоктування, натискайте на ручку менше.

3

## Як чистити і стерилізувати Ручний молоковідсмоктувач марки Lansinoh®

Перед першим використанням молоковідсмоктувача розберіть його (зняти силіконову мембрану і шток, подушку для груді марки ComfortFit™, білий клапан і відокремити пляшку, кришку і діас ущільнення).

### Чистка:

Подушку для груді, пляшки, ручку і підставку під пляшку можна очищати в верньором відсуті посудомийної машини або ручною мийкою з милом для миття посуду і гарячою водою. Не використовуйте розчинники або абразивні матеріали. Споліскуйте гарячою чистою водою. Білий клапан, силіконову мембрану і шток, а також подушку для груді марки ComfortFit™ можна мити в посудомийній машині, але ми рекомендуємо мити їх вручну, щоб зберегти їх пом'якшувачі і продовжити придатність. Повністю висушіть всі частини на повітрі поверх чистої рушники або у суширці.

**Примітка:** Будьте уважні, коли чистите маленький білий клапан. Це важливо для правильного відсмоктування. Не докладайте зайвих зусиль і не чистіть щітку для дитячої пляшки або щітку для соски. Обережно промітьте вручну в теплій мильній воді і споліскуйте під теплою проточною водою.

### Як стерилізувати:

**Стерилізування кінг'ятинями:** Покладіть всі частини в кастрю з киплячою водою, забезпечивши, щоб ніякого повітря не було в середині будь-якої частини, накрийте кастрю кришкою і кінг'ятині не менше 10 хвилин. Тримайте кастрю закритою кришкою, коли частини не потрібні. Примітка: Дуже важливо мати у кастрю достатньо води, щоб всі частини могли вільно плавати в ній при кінг'ятині.

**Стерилізування хімічними речовинами:** Приготуйте розчин з таблеток або рідин. Заурте всі частини в розчин так, щоб в жодній з них не було повітря. Залиште їх в розчині протягом принаймні 30 хвилин. Готуйте свіжий розчин кожні 24 години.

**Стерилізування парюю або мікрохвильовими стерилізаторами:** Дотримуйтесь інструкції виробника. Переконайтеся, що всі частини повністю отворили вниз стерилізатора. Не забувайте мити руки перед вилученням частин зі стерилізатора.

4

## Як зібрати Ручний молоковідсмоктувач марки Lansinoh®

Примітка: Перш, ніж збирати Ручний молоковідсмоктувач марки Lansinoh® переконайтеся, що всі деталі очищені і стерилізовані згідно з описками, наведеними в розділі 3 цієї інструкції.

(Дивіться додаток В)

- 1** Ретельно вийміть руки.
- 2** Вставте шток в силіконову мембрану.
- 3** Розміщуйте силіконову мембрану і шток на верху корпусу молоковідсмоктувача. Переконайтеся натисканням пальцями, що він надійно прикріплений до краю і забезпечує повну герметичність.\*
- 4** Акратно закріпіть білий клапан на насосі знизу, переконавшись, що білий клапан знаходиться на одному рівні з корпусом насоса. Не варто використовувати надмірну силу, щоб вставити білий клапан. Якщо ви помітили, що білий клапан видаляти важко, то це через те, що ви встановили його занадто далеко у корпусу молоковідсмоктувача.
- 5** Пригвинтіть пляшку на корпусу молоковідсмоктувача.
- 6** Посадіть паз в ручці зі штоком і обережно натискайте вниз на ручку. Натискайте, доки не почуєте клацання.
- 7** Відрегулюйте шток і ручку так, щоб рукою входила в перший паз штока, який відповідає режиму Let Down Phase (Самопливи).\*\*
- 8** Прикріпіть подушку для груді марки ComfortFit™ до корпусу молоковідсмоктувача.
- 9** Щоб зробити молоковідсмоктувач повністю стійким, вставте пляшки в підставку для пляшки.
- 10** Ос' так має виглядати повністю зібраний молоковідсмоктувач.

\* Ці частини мають щільно прилягати одна до одної. Щоб полегшити збирання, просто змочіть край силіконової мембрани водою.

\*\* Цей молоковідсмоктувач має два окремі режими, а саме Let Down (Самопливи) і Let Down (Відсмоктування). Ви можете легко перемикаєти з одного режиму на інший, керуючи положенням ручки на штоку.

5

## Поради щодо молоковідсмоктування

Знайоміться з молоковідсмоктувачем і його частинами перед використанням.

Найбільш важливим елементом успішного відсмоктування молока є рефлекси самопливи. Самопливи – це коли грудне молоко починає текти вільно. Відбуватися цьому природному рефлексу може допомогти наступне: накладати на груди підтримувальні плаунок гелю Therapearl Breast Therapy Gel компанії Lansinoh® (пальчатиний гель для груді типу Therapearl®) і кінчиками пальців робити легкі кругові рухи ззовні груді до соски перед / або під час процесу молоковідсмоктування.

Постарайтеся вибрати такий час для молоковідсмоктування, щоб вам не треба було кудись поїхати, і щоб ніхто не переривав цей процес. Спроба розслабитися в той час, коли ви думаєте про свою дитину або дивитися на фотографії вашої дитини, також може бути корисною при відсмоктуванні грудного молока.

Взагалі процес молоковідсмоктування може тривати близько 20-30 хвилин, але це залежить від вашого організму. Пам'ятайте, що успішне молоковідсмоктування – це мистецтво, якому слід навчитися. Перші тренування можуть бути коротше або довше, ніж зазначено тут, і може призвести до відсмоктування невеликої кількості грудного молока, але це не означає, що ваш організм не виробляє достатньо молока або, що ви робите щось не так. Молоко виробляється згідно попиту і вимогам, і регуляція відсмоктування молока з ваших грудей на додаток для догляду вашої дитини стимулює і підтримує надходження молока з ваших грудей.

Якщо виникнуть якісь проблеми вигодування грудьми, проконсультуйтеся з вашим лікарем.

Ви можете відсмоктувати молоко з однієї груді під час годування дитини з іншої. Це дозволяє максимізувати ефективність молоковідсмоктування, користуючись рефлексом самопливи, який стимулюється смоктанням вашої дитини.

Переконайтеся, що прохід подушки для груді трохи нахилений вниз, щоб грудне молоко без перешкод текло у пляшку.

### Заходи безпеки при годуванні зцідним молоком:

- 1. НЕ ГРИЙТЕ ГРУДНЕ МОЛОКО В МІКРОХВИЛЬОВІЙ ПІЧЦІ!** Мікрохвілі змінюють склад молока і, крім того, можуть створити в молоці "гарячі плями", які можуть облікти немовля.
- 2.** Завжди перевіряйте температуру будь-якої рідини перед тим, як годувати дитину.
- 3.** Не дозволяйте дитині брати пляшку в ліжко або самостійно годувати протягом тривалого часу.
- 4.** Для запобігання можливості ризику захудіти перевіряйте місткість соски, потягнувши на себе частину з грушою. Примітьте користування молоковідсмоктувачем, якщо з'явиться будь-який розрив або тріщина.

6

## Як використовувати Lansinoh® Ручний молоковідсмоктувач

Якщо можливо, почекайте, щоб надходження вашого грудного молока і розклад вигодування грудьми добре співпадали. Як правило, на це потрібно не менше 3-4 тижнів після пологів, якщо ваш лікар не рекомендує інше.

- 1.** Ретельно вийміть руки і переконайтеся, що ваші груди чисті.

- Переконатися, що ви ретельно стерилізували і збирали молоковідсмоктувач саме так, як описано в розділі "Як чистити і стерилізувати Ручний молоковідсмоктувач марки Lansinoh™" і "Як збирати Ручний молоковідсмоктувач марки Lansinoh™".
- Розмістіть отвір молоковідсмоктувача в центрі над соском і обережно притисніть його до груді, подібно до того, що вам потрібно натиснути на ручку повністю, щоб створити вакуум, а натискате так, щоб вам було зручно.
- Розмістіть отвір молоковідсмоктувача в центрі над соском і обережно притисніть його до груді, подібно до того, що вам потрібно натиснути на ручку повністю, щоб створити вакуум, а натискате так, щоб вам було зручно.

Якщо ваш сосок не може бути розсічений всередині проходу підшкірки для грудей без натирання, то вам може знадобитися більший розмір подушки для грудей марки ComfortFit™.

- Якщо ви акуратно натискатимете на ручку молоковідсмоктувача, ви будете відчувати відсмоктування з груді. Вам не потрібно натискати на ручку повністю, щоб створити вакуум, а натискате так, щоб вам було зручно.
- Ви можете створити легкий тиск відсмоктування коли готується до відсмоктування, установивши ручку в першій (верхній) па шток. Переконайтеся, що ваш сосок рухається, та натискайте і відпускайте ручку, доки не знайдете потрібний темп.
- Щоб почати з режиму Let Down Phase (Самопливи), встановіть шток у верхній (перший) па ручки і стисніть ручку. Ваше грудне молоко скоро почне надходити, навіть якщо ви не можете використовувати все відсмоктування, яке може створити цей молоковідсмоктувач.
- Як тільки грудне молоко потече (через 1 - 2 хвилини), переключіть у режим Expression Phase (Відсмоктування). Щоб переключитися у режим Expression Phase (Відсмоктування), м'яко натисніть на частину "PUSH" (Штокахи) на кілочку ручку, щоб встановити ручку на другий (нижній) па шток. Продовжуйте стискати і відпускати ручку, щоб знайти підходящий тиск відсмоктування.

Якщо тиск відсмоктування відчувався слабким при відсмоктуванні грудного молока, натисніть на ручку постійно. Тиск відсмоктування змінюється залежно від того, як сильно ви нахвисте на ручку. Відсмоктування в комфорті більш важливе, ніж створення сильного тиску відсмоктування. Будь ласка, відсмоктуйте молоко під таким тиском відсмоктування, який ви відчуваєте підходящим для вас.

\* Щоб повернутися у режим Let Down Phase (Самопливи), (1) Потягніть кілочок штока на себе, (2) Злегка стисніть ручку, і вставте її в перший (верхній) паб.

**Попередження: Не продовжуйте відсмоктування більш п'яти хвилин за один раз, якщо не досягнути ніякого результату.** Спробуйте виконати відсмоктування в інший час протягом того ж дня. Будь ласка, пам'ятайте: Якщо відсмоктування стало дуже болісним або незручним, то вам необхідно припинити користуватися молоковідсмоктувачем і проконсультуватися з вашим лікарем

## 7

### Як правильно зберігати зціджене грудне молоко

Грудне молоко необхідно зберігати в чистій герметично закритій посудині.

Не зберігайте грудне молоко на дверцях холодильника або морозильника. Ці дверці є, як правило, найтеплішою частиною холодильника або морозильника через те, що їх відкривають і закривають.

**Спробуйте наш сумки для зберігання грудного молока марки Lansinoh™:**

- Центральні підходять для зберігання і заморожування грудного молока
- Патентована ущільнювача застібка-блискавка подвійного клапанна запобігає витоків або розливу
- Можна отримати найміцніший сумки

Правила зберігання грудного молока		
Діє	Температура	Час
При кімнатній температурі (Свіже молоко)	Від 19° С до 26° С	4 години (ідеально), до 6 години (прийнятно)*
У холодильнику	Від 4° С до 6° С	72 години (ідеально), до 8 днів (прийнятно)**
У морозильнику	Від -18° С до -20° С	6 місяців (ідеально), до 12 місяців (прийнятно)

\* Краще всього заморожувати або охолоджувати молоко відразу після відсмоктування.

Посилання: La Leche League International

#### Розморожування

Розморожуйте грудне молоко в холодильнику або ставте посудину під прохолодну проточну воду, поступово підвищують температуру води, поки молоко не розморозиться. Тале молоко може зберігати в холодильнику не довше 24 годин. Не заморожуйте грудне молоко зразу ж після того, як воно розтануло.

Акуратно покрутіть посудину з талим грудним молоком перед годуванням дитини, щоб змішати всі відокремлені шари. Грудне молоко не гомогенізується і "вершки" піднімаються до верхньої частини пляшки. Грудне молоко може змінюватися за кольором і консистенцією залежно від часу доби, коли молоко було відсмоктувано, залежно від того, що ви їли, та віку дитини під час відсмоктування. Не стурбуйте занадто енергійно пляшку, щоб змішувати шари, бо це може пошкодити інші компоненти вашого грудного молока.

Не користуйтеся мікрохвильовою піччою для грудного молока! Мікрохвильовий склад молока. Мікрохвилі також можуть створити «гарячі точки» в грудному молоці, які можуть обпекти дитину.

Не розтоплюйте грудне молоко в дуже гарячій або киплячій воді.

## 8

### Пошук і усунення несправностей Ручного молоковідсмоктувача марки Lansinoh™

Якщо ви відчуваєте, що відсмоктування зменшилося, спробуйте наступне:

- Переконатися, що всі частини молоковідсмоктувача були належним чином висушені і правильно зібрані.
- Отпільте білий клапан на наявність розриву або дуже маленького отвору. Цей компонент має вирішальне значення для забезпечення належного відсмоктування. При необхідності замініть білий клапан запасним клапаном, який надано у комплекті з молоковідсмоктувачем.
- Переконатися, що силіконова мембрана і шток надійно прикріплені до корпусу молоковідсмоктувача і що ущільнення досконале.
- Переконатися, що подушка для грудей марки ComfortFit™ надійно прикріплена до корпусу молоковідсмоктувача і що ущільнення досконале.
- Якщо ваш сосок не може бути всередині проходу з фланця без натирання, то вам може знадобитися подушка для грудей марки ComfortFit™ більшого розміру, яка є в пакунку.

#### Грудне молоко не відсмоктується

Якщо ви відчуваєте, як відсмоктування зменшилося, спробуйте наступне:

- Переконатися, що всі частини молоковідсмоктувача були належним чином висушені і правильно зібрані.
- Отпільте білий клапан на наявність розриву або дуже маленького отвору. Цей компонент має вирішальне значення для забезпечення належного відсмоктування. При необхідності замініть білий клапан запасним клапаном, який надано у комплекті з молоковідсмоктувачем.
- Переконатися, що силіконова мембрана і шток надійно прикріплені до корпусу молоковідсмоктувача і що ущільнення досконале.
- Переконатися, що подушка для грудей марки ComfortFit™ надійно прикріплена до корпусу молоковідсмоктувача і що

ущільнення досконале.

#### Біль при відсмоктуванні молока

Якщо ви відчуваєте біль, коли відсмоктуєте грудне молоко, спробуйте наступне:

- Можливо ви відсмоктуєте молоко дуже енергійно. Немає необхідності використовувати всю силу відсмоктування, яку молоковідсмоктувач може надавати. Спробуйте натискати на ручку наполовину шлюку і дотримуйтеся 2-3 секундного ритму.
- Вам може знадобитися більша або менша подушка для грудей, спробуйте іншу подушку для грудей, яка є в цьому пакунку. Проконсультуйтеся з вашим лікарем щодо якості і розмірів.

## 9

### Годування грудним молоком з перистальтичної соски марки NaturalWave™

Ця перистальтична соска марки NaturalWave™ розроблена спеціально такою, яка:

- Допомагає підтримувати установлені схеми годування груддю.
- З легкістю перемикається від грудей до пляшки і назад.
- Заохочує дитину до "хвилеподібного" відсмоктування.
- Забезпечує вплив інстинктивного відсмоктування на природний розвиток рота.



#### 1. Скоплення

Губи відкриваються назовні і фіксуються на навколососковому кружку.



#### 2. Перистальтичні рухи язика

Язик рухається гладким "хвилеподібним" рухом, щоб стиснути соску і вилучити молоко. Це стимулює природний розвиток рота, щелеп і ліця.

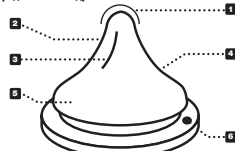


Цент: зяик немовля повторює перистальтичні рухи всього приблизно від 800 до 1000 разів за один сеанс годування дитини грудьми.

#### 3. Ковтання

Слинка язика дитини піднімається, відправляючи молоко в стравохід.

Перистальтична соска марки NaturalWave™ була розроблена і клінічно випробувана для підтримки цієї природної схеми годування.



- Порада щодо соски  
Потоком молока керує дитина.
- М'який 100%-ний силікон  
Розтягується і згинається для оптимального стиснення.
- Вертикальні ребристі складки  
Зміцнюють структуру соски, щоб робити її стійкою від руйнування.
- Унікальний дизайн з поступовим нахилом  
Забезпечує плавні перистальтичні рухи язика.
- Широка, текстурна основа соски  
Для легкого скоплення та ефективного відсмоктування.
- AVS™  
Зменшує скоплення повітря, потенційну причину коликів.

Одна частина, а саме сосок дуже простого дизайну існує для повільних, середніх та швидких потоків молока.

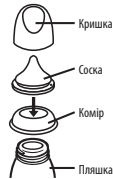
Рекомендується виключно день виготовлення прогном перших 6 місяців життя дитини. Перед тим, як почати використовувати пляшечку або соску, необхідно достатній

час годувати дитину грудю, аби грудне молоко регулярно вивільняло в достатній кількості.

**Інструкція до асистувачки:** Заміть необхідну кількість рідини і закріпіть ґвинтову кришку. Підігрівати в мікрохвильовій печі не рекомендується. Якщо ви вирішили підігріти їжу в мікрохвильовій печі, то не закривайте горілку пляшки. Відчай соку, комір і кришку при користуванні мікрохвильовою печю. Перед вживанням добре збовтайте молоко і завжди перевіряйте температуру, перш ніж давати цю їжу дитині. Не нагрівайте грудне молоко у мікрохвильовій печі, тому що мікрохвильовий зміниє склад молока. Перед першим використанням поміньте склад молока. Перед забезпеченням гігієни виробу, покладіть соку і пляшку з усіма її компонентами в киплячу воду на 5 хвилин перше використання. Перш, ніж переносити наповнену пляшку, переконайтеся, що вона закрита і що її кришка знаходиться на місці, коли намагатиметесь розстатувати сосок в центрі кришки, активуйте функцію "захисту від розкопсування" в цьому виробі. Відчайте соку, комір і кришку при користуванні мікрохвильовою печю. Перед вживанням добре збовтайте молоко і завжди перевіряйте температуру, перш ніж давати цю їжу дитині. Не нагрівайте грудне молоко у мікрохвильовій печі, тому що мікрохвильовий зміє склад молока. Перед першим використанням почистіть цей виріб. Щоб забезпечити гігієну виробу, кладіть соку і пляшку з усіма її компонентами в киплячу воду на 5 хвилин перше використання. Перш, ніж переносити наповнену пляшку, переконайтеся, що вона закрита і що її кришка знаходиться на місці, коли намагатиметесь розстатувати сосок в центрі кришки, активуйте функцію "захисту від розкопсування" в цьому виробі.

**Чистка:** Перед першим використанням, покладіть цей виріб в киплячу воду на 5 хвилин, дайте охолонути і ретельно промийте всі компоненти пляшки. Це необхідно для забезпечення гігієни. Згодом пляшку можна бачити на верхній полиці посудомийної машини і можна бачити стерилізувати (відкритою) як у мікрохвильовій печі, так і за допомогою спеціальної стерилізувальної машини. Завжди мийте всі компоненти цього виробу мильною водою і старанно прополаскуйте. Чистіть цей виріб перед кожним використанням.

**Збирання:** Після повного виснаження вставте соку для годування через верх комір кришки, яка загвинчується. Надійно прикріпіть комір кришки, яка загвинчується, на горілку пляшки.



Вставте цю соку у верх коміра

**Застереження:** Коли ви користуєтесь цим виробом, зберігайте його в сухому жаркому місці. Ніколи не давайте користуватися цим виробом без нагляду дорослих. Не очищайте, не зберігайте і не допускайте контакт цього виробу з розчинниками або агресивними хімікатами. Це може призвести до його пошкодження. Не залишайте цей виріб під прямими сонячними променями або під впливом тепла, та не залишайте його в дезінфікуючому розчині ("методи стерилізації") довше, ніж рекомендовано. Не розпавляйте рідину, поміщаючи чашку безпечною на газу або електричну конфорку, нагріваючи пляту, в електричну піч і т.д.

**ПЕРЕПРЕДЖЕННЯ стосовно безпеки і здоров'я та безпеки і здоров'я вашої дитини!** Ніколи не давайте користуватися цим виробом без нагляду дорослих. Ніколи не використовуйте соски для годування у якості соски-пустушки. Безперервне і тривале відсмоктування рідини може призвести до карієсу. Завжди перевіряйте температуру їжі перед годуванням. Зберігайте всі компоненти, якими ви користуєтесь, в недоступній для дітей місці. Не залишайте дитину наодинці з лийним обладнанням через ризик задиху, падіння дитини або якщо цей виріб розібраний.

**ПОПЕРЕДЖЕННЯ:** Карієс у дітей раннього віку може мати місце навіть при споживанні несолюдики рідини. Це може статися, якщо дитині дозволяється користуватися пляшкою і чашкою протягом тривалого часу навіть і особливо вночі, коли слиновиділення зменшується, або коли цей виріб використовується як пустушка.

Не залишайте соку під прямими сонячними променями або під впливом тепла, та не залишайте її в дезінфікуючому розчині ("методи стерилізації") довше, ніж рекомендовано, оскільки це може її пошкодити. Оглядайте її перед кожним використанням. Виконайте її при перших ознаках пошкодження або послаблення. Заміняйте соку кожні 7 тижнів з міркувань безпеки та гігієни. Потітайте соку для годування у всіх напрямках, щоб перевірити цей виріб.

**УВАГА:** Деякі соки з стерильними і розчинні можуть зробити сосок непрозорим. Це зросім не змінює його властивостей. Не користуйтеся мікрохвильовою печю для підігріву грудного молока, бо мікрохвильовою печю змінює склад молока. Підігрів в мікрохвильовій печі може створити локалізовані високі температури. Будьте особливо обережні при нагріванні мікрохвилями. Завжди перемішуйте підігріту їжу, щоб забезпечити рівномірний розподіл тепла, і перевіряйте її температуру перед тим, як давати малюкам.

**УВАГА:** Пакувальні матеріали не є частіною цього виробу. Від безпеки Вашої дитини, будь ласка, змініть і викиньте всі пакувальні матеріали перед використанням цього виробу, але читайте і зберігайте інструкції для подальшого використання. Слате в мікрохвильову піч всі предмети відкритими.



**Manufacturer: Lansinoh Laboratoires  
Saglik Gereceleri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.  
Zafer SB Mah. Gunduz Sk. No:13 E.S.B  
Gazizemir/ Izmir/ Turkiye**

**(RUS)**

### ЛАНСІНОН® ІНСТРУКЦІЯ ПО ПРИМЕНЕНІЮ РУЧНОГО МОЛОКОТОСОСА

Поздравляем Вас с решением дать вашему ребенку лучший старт в жизни грудным вскармливанием. Множество преимуществ для вашего здоровья и здоровья вашего ребенка хорошо изложены в печатных материалах. Хотя кормление грудью - это всегда наилучшее вскармливание, и вы должны гордиться своим решением предоставить Вашему ребенку идеальное питание для здорового роста и развития. Наш ручной молокоотсос был разработан таким образом, чтобы им быстро и легко могли пользоваться как те матери, которые лишь иногда вынуждены отсасывать молоко, так и те, которые ценят удобство ручного молокоотсоса.

#### Інструкція по применению:

Прежде чем в первый раз воспользоваться ручным молокоотсосом марки Lansinoh®, найдите время ознакомиться с данным руководством.

#### Содержание:

1. Ознакомление с ручным молокоотсосом марки Lansinoh®
2. Части ручного молокоотсоса марки Lansinoh®
3. Как стерилизовать и чистить ручной молокоотсос марки Lansinoh®
4. Как собрать ручной молокоотсос марки Lansinoh®
5. Советы по сцеживанию молока
6. Как пользоваться ручным молокоотсосом марки Lansinoh®
7. Как правильно хранить сцеженное грудное молоко
8. Устранение неисправностей ручного молокоотсоса марки Lansinoh®
9. Поддача грудного молока с помощью перистальтической соски NaturalWave™

**1**

### Знакомство с ручным молокоотсосом марки Lansinoh®

Ручной молокоотсос марки Lansinoh® был специально разработан с учетом потребностей кормящих матерей. Этот молокоотсос имеет два отдельных режима: Let Down Phase (СМОТТЕ) и Expression Phase (ОТДЕЛТЕ). Вы можете легко выбрать один из двух режимов, регулируя положение ручки на штоке. Подушка для груди марки ComfortFit™ создает уплотнение, которое обеспечивает надежное

всасывание, благодаря чему молоко течет удобно и быстро. Две бутылки с широким горлышком марки Lansinoh®. Комплект содержит соку медленного потока марки NaturalWave™, которая позволяет ребенку, когда он вьет сцеженное молоко из бутылки, повторить те естественные сосущие движения, которые он выучил, когда сосал грудь. Молокоотсос легко собирается, прост в использовании и легко чистится.

Грудное вскармливание является наилучшим. Исключительно грудное вскармливание признано лучшим выбором для ребенка и дает все питательные вещества, в которых Ваш ребенок нуждается в течение первых 6 месяцев жизни. Грудное вскармливание помогает развивать сильную связь между матерью и ребенком и обеспечивает обим многочисленным длительным преимуществам.

**2**

### Части Ручного молокоотсоса марки Lansinoh®

(Смотрите приложение А)

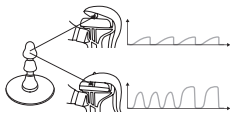
- A Подушка для груди марки ComfortFit™
- B Корпус молокоотсоса
- C Силиконовая диафрагма
- D Шток
- E Ручка
- F Крышка бутылки и прокладка для уплотнения
- G Белый клапан
- H Подставка под бутылку

#### 2 Режим работы

Этот молокоотсос имеет два отдельных режима работы: режим Let Down (СМОТТЕ) и режим Expression (ОТДЕЛТЕ). Вы можете легко переключать между двумя режимами, меняя положение ручки на штоке.

#### Режим самотек

В данном режиме грудь нежно стимулируется. Он предназначен для имитации первой фазы кормления грудью (когда ребенок стимулируется в начале кормления). Это одна из особенностей, которая стимулирует самотек молока и способствует тому, чтобы Ваше молоко начало течь. Вы можете создавать легкое давление отсоса если установите ручку в верхней (верхний) паз в штоке и будете делать быстрые толчки ручкой.



#### Режим отсос

Этот режим позволяет отсасывать грудное молоко из груди. Чтобы переключиться в этот режим, установите ручку в другой (нижний) паз в штоке. Чтобы получить самое сильное отсасывание, нажмите на ручку полностью. Чтобы уменьшить силу отсоса, нажмите на ручку с меньшей силой.

**3**

### Как чистить и стерилизовать ручной молокоотсос марки Lansinoh®

Перед первым использованием молокоотсоса разберите его (снимите силиконовую мембрану и шток, подушку для груди марки ComfortFit™, белый клапан и отделите бутылку, крышку и диск уплотнителя).

#### Чистка:

Подушку для груди, бутылку, ручку и подставку под бутылку можно мыть в верхнем отсеке посудомоечной машины или вручную со средством для мытья посуды в горячей воде. Не используйте растворители или абразивные материалы. Споласкивайте горничей чистой водой. Белый клапан, силиконовую мембрану и шток, а также подушку для груди марки ComfortFit™ можно мыть в посудомоечной машине, но мы рекомендуем мыть их вручную, чтобы предотвратить их поломку и продлить срок службы. Полностью высушите все части на чистом полотенце или в сушилке.

**Внимание:** Будьте осторожны во время чистки маленького белого клапана. Это важно для правильного отсасывания.

Не прилагайте лишних усилий, и не используйте щетку для мытья бутылки или щетку для мойки детских сосок. Осторожно промойте вручную в теплой мыльной воде и ополосните под теплой проточной водой.

#### Как стерилизовать:

**Стерилизация кипячением:** Поместите все части отсоса в кастрюлю с кипящей водой, проверьте, чтобы из них вышел весь воздух, закройте кастрюлю крышкой и кипятите не менее 10 минут. Не открывайте кастрюлю, пока вам снова не понадобятся части молокоотсоса. Примечание: очень важно налить в кастрюлю достаточно воды, чтобы все части могли свободно плавать в ней при кипячении.

**Стерилизация химическими средствами:** Приготовьте раствор из таблеток или жидкости. Прочтите все детали в растворе и убедитесь, что в них не осталось воздуха. Оставьте их в растворе в течение не менее 30 минут. Готовые свежий раствор каждые 24 часа.

**Стерилизация паром или микроволновыми стерилизаторами:** Прочтите инструкции производителя. Убедитесь, что все части повернуты в стерилизатор винта горлышком. Не забывайте мыть руки перед извлечением частей из стерилизатора.

4

### Сборка ручного молокоотсоса Lansinoh®

Примечание: перед тем, как собирать ручной молокоотсос марки Lansinoh®, убедитесь, что все детали очищены и стерилизованы согласно указаниям, приведенным в разделе 3 данного руководства.

(Смодите приложение B)

- 1 Тщательно помойте руки.
- 2 Вставьте шток в силиконовую диафрагму.
- 3 Разместите силиконовую диафрагму и шток наверху корпуса молокоотсоса. Убедитесь, насколько пальцами, что он надежно прикреплен к краю и обеспечивает полную герметичность.\*
- 4 Аккуратно закрепите белый клапан на насосе снизу, убедившись, что белый клапан находится на одном уровне с корпусом насоса. Не стоит использовать чрезмерную силу, чтобы вставить белый клапан. Если вы заметили, что белый клапан удалить трудно, то это потому, что вы втолкнули его слишком далеко в корпус молокоотсоса.
- 5 Прикрутите бутылку на корпус молокоотсоса.
- 6 Выровняйте паз в ручке со штоком и осторожно нажмите винт ручки. Нажмите до щелчка.
- 7 Отрегулируйте шток и ручку так, чтобы ручка входила в первый паз штока, который соответствует режиму Let Down Phase (Самотек).\*\*
- 8 Прикройте подушку для груди марки ComfortFit™ к корпусу молокоотсоса.
- 9 Чтобы сделать молокоотсос полностью устойчивым, вставьте бутылку в подставку для бутылки.
- 10 Вот так должен выглядеть полностью собранный молокоотсос.

\*Эти части должны плотно прилегать друг к другу. Чтобы облегчить сборку, просто смочите край силиконовой диафрагмы водой.

\*\*Этот молокоотсос имеет два отдельных режима, а именно Let Down (Стимуляция) и Expression Phase (Глубокое сцеживание). Вы можете легко переключаться между двумя режимами, меняя выбрав положение ручки на штоке.

5

### Советы по сцеживанию молока

Ознакомьтесь с молокоотсосом и его частями перед использованием.

Наиболее важным элементом успешного сцеживания молока является рефлекс самотек. Самотек - это процесс свободного стекания грудного молока. Помочь этому естественному рефлексу может следующее: наложите на грудь подогретый пакет геля Therapeat Breast Therapy Gel компании Lansinoh®

(терапевтический гель типа Therapeat® для груди) и кончиками пальцев делайте легкие круговые движения извне груди к соску перед сцеживанием/или во время него.

Постарайтесь выбирать такое время для сцеживания, чтобы вам не надо было куда-то спешить, и чтобы никто не прерывал этот процесс. Попробуйте расслабиться в то время, когда вы думаете о своем ребенке или смотрите на фотографии вашего ребенка, также может быть полезной при сцеживании грудного молока.

Вообще процесс сцеживания может длиться около 20-30 минут, но это зависит от вашего организма. Помните, что успешное сцеживание - это искусство, которому нужно научиться. Первые попытки могут длиться меньше или больше, чем указано выше, и могут привести к сцеживанию небольшого количества грудного молока, но это не означает, что Ваш организм не производит достаточно молока или что вы делаете что-то не так. Молоко вырабатывается согласно спросу и предложению, и регулярное сцеживание молока из вашей груди в дополнение к вскармливанию грудью стимулирует и поддерживает поступление молока из вашей груди. При возникновении проблем с грудным вскармливанием обратитесь к своему врачу.

Вы можете сцеживать молоко из одной груди во время кормления ребенка другой. Это позволяет максимально увеличить эффективность сцеживания, пользуясь рефлексом стимуляции с помощью кормления вашего ребенка грудью.

Убедитесь, что проход подушки для груди чуть наклонен вниз, чтобы грудное молоко беспрепятственно текло в бутылку.

#### Меры безопасности при кормлении сцеженным молоком:

1. НЕ НАГРЕВАЙТЕ ГРУДНОЕ МОЛОКО В МИКРОВОЛНОВОЙ ПЕЧИ! Микроволны изменяют состав молока, а также могут создавать в молоке "горячие фракции", которые могут обжечь младенца.
2. Всегда проверяйте температуру любой жидкости перед тем, как кормить ребенка.
3. Не позволяйте ребенку брать бутылку в кровать или кушать самому в течение длительного времени.
4. Для предотвращения возможного риска удущья проверьте прочность соска, чтобы соска была часть с грушей. Прекратите использование молокоотсоса в случае разрыва или трещины.

6

### Как пользоваться Ручным молокоотсосом марки Lansinoh®

Если возможно, подождите, чтобы поступление вашего грудного молока и режим грудного вскармливания наладились. Как правило, на это уходит около 3-4 недель после родов, если Ваш врач не посоветовал другое.

1. Тщательно вымойте руки и убедитесь, что ваши груди чистые.
2. Убедитесь, что вы тщательно стерилизовали и собрали молокоотсос именно так, как описано в разделе "Как чистить и стерилизовать ручной молокоотсос марки Lansinoh®" и "Как собрать ручной молокоотсос марки Lansinoh®".
3. Намотайте отверстие молокоотсоса в центре над соском и осторожно прижмите его к груди, следя за тем, чтобы Ваш сосок находился в середине прохода подушки для груди. Плотно прижмите подушку для груди марки ComfortFit™ к груди, убедившись, что уплотнение предотвращает выход воздуха. Вы можете создать хорошее уплотнение с помощью другой руки, которая будет поддерживать Вашу грудь снизу. Если Ваш сосок невозможно расположить внутри прохода подушки для груди без натирания, то вам может потребоваться больший размер подушки для груди марки ComfortFit™.
4. Если вы аккуратно нажмете на ручку молокоотсоса, вы почувствуете отсасывание из груди. Вам не нужно нажимать на ручку полностью, чтобы создать вакуум. Нажимайте так, чтобы вам было удобно.
5. Вы можете создать легкое давление всасывания когда готовитесь к сцеживанию, установив ручку в первой

(верхней) паз штока. Убедитесь, что Ваш сосок движется, и нажимайте и удерживайте ручку, пока не найдете нужный тип.

6. Чтобы начать с режима Let Down Phase (Стимуляция), установите шток в верхний (первый) паз ручки и сожмите ручку. Ваше грудное молоко скоро начнет поступать, даже если вы не будете использовать всю мощность этого молокоотсоса.
7. Как только грудное молоко потечет (через 1-2 минуты), перейдите в режим Expression Phase (Глубокое сцеживание). Чтобы переключиться в режим Expression Phase (Глубокое сцеживание), мягко нажмите на часть "PUSH" (Полкаты) на кончике ручки, чтобы установить ручку на второй (нижний) паз штока. Продолжайте сжимать и отпускать ручку, чтобы найти подходящий давление отсоса.

Если при сцеживании вы чувствуете, что давление слабое, нажимайте на ручку постоянно. Давление сцеживания изменится в зависимости от того, как сильно вы нажимаете на ручку. Комфортное сцеживание более важно, чем создание сильного давления отсоса. Сцеживайте молоко под таким давлением, которое подходит вам.

\* Для возврата в режим Let Down Phase (Стимуляция), (1) Подтяните кончик штока на себя, (2) Слегка сожмите ручку, и вставьте ее в первый (верхний) паз.

**Предупреждение: Не продолжайте сцеживание более пяти минут за один раз, если не достигнуто никакого результата.** Попробуйте сесть или лежать в другое время в течение того же дня. Помните: если сцеживание стало очень болезненным или неудобным, то вам необходимо прекратить пользование молокоотсосом и проконсультироваться с врачом.

7

### Как правильно хранить сцеженное грудное молоко

Грудное молоко необходимо хранить в чистом герметически закрытом сосуде.

Не храните грудное молоко в дверцах холодильника или морозильника. Как правило, эти дверки являются самой теплой частью холодильника или морозильника из-за постоянного открывания и закрывания. Ставьте дату на всем грудном молоке, которое хранится, и в первую очередь используйте старое грудное молоко.

#### Попробуйте наши сумки для хранения грудного молока марки Lansinoh®:

- Идеально подходят для хранения и замораживания грудного молока
- Патентованная уплотняющая застегивающаяся двойного щелчка предотвращает утечку или разлив
- Можно получить самые прочные сумки

#### Правила хранения грудного молока

Где	Температура	Время
При комнатной температуре (свежее молоко)	0т 19° до 26°С	4 часа (идеально) до 6 часов (приемлемо)*
В холодильнике	0т 4° до 6°С	72 часа (идеально) до 8 дней (приемлемо)**
В морозильнике	-18° до -20°С	6 месяцев (идеально) до 12 месяцев (приемлемо)

\* Лучшее всего замораживать или охлаждать молоко сразу после сцеживания.

Ссылка: La Leche League International

#### Размораживание

Размораживайте грудное молоко в холодильнике или поставьте сосуд под прохладную проточную воду, постепенно повышая температуру воды, пока молоко не разморозится. Размораженное молоко можно хранить в холодильнике не более 24 часов. Не замораживайте грудное молоко снова после того, как оно было разморожено.

Аккуратно покормите сосуд с тальным грудным молоком перед кормлением, чтобы перемешать его. Грудное молоко не гомогенизируется, и «сливки» поднимаются к верхней части бутылки. Грудное молоко может вырваться по цвету и консистенции в зависимости от времени суток, когда молоко было сцежено, в зависимости от того, что вы ели и возраста ребенка во время сцеживания. Не трясите слишком энергично бутылку, чтобы смешать слои, так как это может повредить живые компоненты вашего грудного молока.

Не нагревайте грудное молоко в микроволноволновой печи! Микроволны изменяют состав молока. Микроволны также могут создать «горячие точки» в грудном молоке, которые могут обжечь ребенка.

Не расплаивайте грудное молоко в очень горячей или кипящей воде.

8

## Αντιμετώπιση προβλημάτων σχετικά με το χειροκίνητο θηλάσιο Lansinoh®

### Отсутствие сцеживания / Сниженная мощность работы молокоотсоса

Если вы чувствуете, что сцеживание уменьшилось, попробуйте следующее:

1. Убедитесь, что все части молокоотсоса высушены и собраны надлежащим образом.
2. Осмотрите белый клапан на наличие разрыва или появления маленького отверстия. Этот компонент имеет решающее значение для обеспечения надлежащего отсасывания. При необходимости замените белый клапан запасным, который находится в комплекте с молокоотсосом.
3. Убедитесь, что силиконовая диафрагма и шток надежно прикреплены к корпусу молокоотсоса, а также проверьте герметичность.
4. Убедитесь, что подушка для груди марки ComfortFit™ надежно присоединена к корпусу молокоотсоса, а также проверьте герметичность.
5. Если Ваш сосок невозможно расположить внутри прохода подушки для груди без натирания, то вам может потребоваться больший размер подушки марки ComfortFit™ для груди, который вложен в комплект.

### Молоко не сцеживается

Если вы чувствуете, что сцеживание уменьшилось, попробуйте следующее:

1. Убедитесь, что все части молокоотсоса высушены и собраны надлежащим образом.
2. Осмотрите белый клапан на наличие разрыва или маленького отверстия. Этот компонент имеет решающее значение для обеспечения надлежащего отсасывания. При необходимости замените белый клапан запасным, который находится в комплекте с молокоотсосом.
3. Убедитесь, что силиконовая диафрагма и шток надежно прикреплены к корпусу молокоотсоса, а также проверьте герметичность.
4. Убедитесь, что подушка марки ComfortFit™ для груди надежно присоединена к корпусу молокоотсоса, а также проверьте герметичность.

### Боль во время сцеживания

Если вы чувствуете боль во время сцеживания, попробуйте следующее:

1. Возможно, вы отсасываете молоко очень энергично. Нет необходимости использовать всю возможную мощность отсасывания, которую молокоотсос может производить. Попробуйте нажать ручку наполовину и придерживайтесь 2-3 секунды ритма.
2. Вам может понадобиться большая или меньшая подушка для груди. Попробуйте другую подушку для груди, которая есть в этом комплекте. Проконсультируйтесь с врачом относительно качества и размеров.

9

## Γрудное вскармливание с помощью перистальтической соски NaturalWave™

Эта перистальтическая соска марки NaturalWave™

### специально разработана, чтобы:

- Помочь поддерживать устойчивые схемы кормления грудью.
- С легкостью переключаться от груди к бутылочке и обратно.
- Помогать ребенку к «волнообразному» движению языка.
- Обеспечивать инстинктивное движение отсасывания молока для правильного развития прикуса.



### 1. Свистывание

Губы открываются наружу и фиксируются на окословном круге.

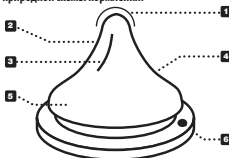
### 2. Перистальтические движения языка

Язык движется гладким «волнообразным» движением, чтобы сосать сосок и извлекать молоко. Это способствует правильному развитию прикуса, челюстей и лица.

### 3. Проглатывание

Верх языка младенца поднимается, направляя молоко в пищевод.

Перистальтическая соска марки NaturalWave™ была разработана и клинически испытана для поддержания этой природной схемы кормления.



1. Совет относительно соски: Поток молока управляет рефлексом.
2. Мягкий 100% силикон: Растягивается и изгибается для оптимальной фиксации.
3. Внутренние вертикальные складки: Укрепляют структуру соски, делая ее устойчивой к разрушению.
4. Уникальный дизайн с постепенным наклоном: Обеспечивает плавные перистальтические движения языка.
5. Широкая текстурированная основа соски: Для легкого свистывания и «эффективного» сосания.
6. AVS™: Уменьшает подсос воздуха, который является возможной причиной колики.

Одна часть, а именно соска, имеет очень простой дизайн, и существует для медленных, средних и быстрых потоков молока.

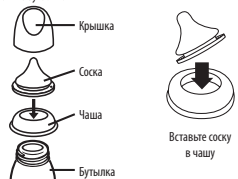
Исключительно грудное вскармливание рекомендуется в течение первых 6 месяцев жизни ребенка. Грудное вскармливание и сцеживание грудного молока должно быть хорошо освоено, прежде чем переходить к использованию бутылочки и соски.

**Инструкция к применению:** Залейте необходимое количество жидкости и закройте закручивающуюся крышку. Подогрев в микроволновой печи не советуется. Если вы решите подогреть еду в микроволновой печи, не закрывайте бутылку крышкой. При использовании микроволновой печи снимите соску, воронник и крышку. Перед использованием хорошо взбалтывайте молоко и всегда проверяйте температуру молока перед тем, как давать его ребенку. Нервномерно подогретое молоко может обжечь рот ребенка. Не разогревайте грудное молоко в микроволновой печи, так как микроволны изменяют состав молока. Перед первым использованием почистите изделие. Чтобы обеспечить гигиену изделия, перед использованием положите соску и бутылку со всеми ее компонентами в кипящую воду на 5 минут. Прежде, чем переносить наполненную бутылку, убедитесь, что она закрыта и ее крышка находится на месте. Попытайтесь расположить сосок в центре крышки, чтобы задействовать функцию «защиты от протечек» в этом изделии.

Чистка: Перед первым использованием положите соску и бутылку в кипящую воду на 5 минут, охладите и тщательно ополосните все части бутылочки. Это необходимо для гарантии

гигиены. Соответственно, бутылочку можно мыть в верхнем отделении посудомоечной машины и стерилизовать (открытой) как в микроволновой печи, так и с помощью специального стерилизатора. Всегда мойте все части бутылочки сразу после каждого использования. Мойте изделие в теплой мыльной воде и тщательно ополаскивайте. Мойте изделие в каждом использовании.

**Сборка:** Тщательно высушите, вставьте каждый сосок через верх навинчивающейся чаши. Надежно закрепите чашу на горлышке бутылки.



**Меры предосторожности:** Когда вы не пользуетесь изделием, храните его в сухом темном месте. Всегда используйте это продукт под наблюдением взрослых. Не очищайте, не храните и не допускайте контакт этого изделия с растворителями или агрессивными химикатами. Это может привести к его повреждению. Не оставляйте это изделие под прямыми солнечными лучами или под влиянием тепла, и не оставляйте его в дезинфицирующем растворе («методы стерилизации») дольше, чем рекомендуется. Не разогревайте жидкость, помещая чашку непосредственно на газовой или электрической конфорку, нагревательную плиту, в электрическую печь и т.д.

**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ для безопасности и здоровья вашего ребенка!** Всегда используйте это продукт под наблюдением взрослых. Никогда не используйте соски для кормления в качестве соски-пустышки. Непрерывное и длительное сосание жидкостей может привести к развитию кариса. Всегда проверяйте температуру пищи перед кормлением. Храните все компоненты, которыми вы не пользуетесь, в недоступном для детей месте. Не оставляйте ребенка наедине с питьевым оборудованием из-за риска удушья, падение ребенка или если изделие разорвано.

**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Карис у детей раннего возраста может возникать даже при потреблении несладких напитков. Это может произойти, если ребенку разрешается пользоваться бутылкой / чашкой в течение длительного времени днем и особенно ночью, когда спонтогенное уменьшается, или когда изделие используется как пустышка. Не оставляйте соску под прямыми солнечными лучами или под воздействием тепла, и не оставляйте ее в дезинфицирующем растворе («методы стерилизации») дольше, чем рекомендуется, поскольку это может ее повредить. Осматривайте ее перед каждым использованием. Выберите ее при первых признаках повреждения или ослабления.

Заменяйте соску каждые 7 недель из соображений безопасности и гигиены. Выберите ее при первых признаках повреждения или ослабления. Для проверки соски растяните ее в разных направлениях.

**ВНИМАНИЕ:** Некоторые соски стерильные, и растворы могут создать силикон непригодным. Это соски не меняют его свойств. Не разогревайте грудное молоко в микроволновой печи, так как микроволны изменяют состав молока. Подогрев в микроволновом методе создаст локализованные высокие температуры. Будьте особенно осторожны при использовании микроволновой печи, чтобы обеспечить равномерное распределение тепла, и проверяйте ее температуру перед тем, как давать детям.

**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Упаковочные материалы не являются частью данного продукта. Для безопасности вашего ребенка снимите и выбросьте все упаковочные материалы перед использованием этого изделия, но читайте и храните инструкции для последующего использования. В микроволновой печи оставлять открытым.



**Manufacturer: Lansinoh Laboratories**  
**Saglik Gereceleri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.**  
**Zafer SB Mah. Gunduz Sok. No:13 E.S.B**  
**Gazlemir/ Izmir/ Turkiye**

ننظف على قرارك بأن تمحي طفلك الرضیع أفضل بداية ممكنة في الحياة الطبيعية. حيث تؤكد الأدلة الكثيرة المثبتة المرابا المعبودة للرضاعة لإرضاع طفلك الأم والطفل الرضيع رقم أن **نم** هو الأفضل دائماً لكن إرضاع طفلك الأم، ووجود الحالب خارج أماً سهلاً باستمرار. إذ يتطلب ذلك نمجاً خالصاً. وينبغي أن تكوني فخوراً بالترامج بتوفيق التقنية الطبيعية لطفلك التي يحظى بنمو وطور مثالي. لقد صُممت مضخة الثدي اليدوية لكي تستعملها بسرعة وسهولة الأمهات اللاتي يمتحن لطفك اللين من حين لآخر واللاتي يفضلن استخدام المضخة اليدوية.

## إرشادات الاستخدام:

يرجى التأني في قراءة هذا الدليل قبل استخدام المضخة الثدي اليدوية

لـ Lansinoh® للمرأة الأولى.

## المحتويات:

1. التعرف مضخة الثدي اليدوية Lansinoh®
2. أجزاء مضخة الثدي اليدوية Lansinoh®
3. كيفية تعقيم وتنظيف مضخة الثدي اليدوية Lansinoh®
4. كيفية تركيب مضخة الثدي اليدوية Lansinoh®
5. نصائح حول حفظ اللبن Lansinoh®
6. كيفية استخدام مضخة الثدي اليدوية Lansinoh®
7. كيفية تخزين اللبن المجمد في الثلاجة
8. إصلاح ممتلكات مضخة الثدي اليدوية Lansinoh®
9. الرضاعة الطبيعية باستخدام صمغـ NaturalWave®

## 1

## التعريف بمضخة الثدي اليدوية Lansinoh®

صممت مضخة الثدي اليدوية Lansinoh® خصيصاً لتلبية احتياجات الأموات المرضعات. تتكون هذه المضخة من مرحلتين: مرحلة التنزير ومرحلة الضغط. ويمكن التبديل بين المنطين بضبط موضع التنزير على عمود المضخة. يوفر مسند الثدي ComfortFit® تثبيتاً محكم لضمان الضغط والتدفق السريع والريح اللين. يمكن تبديل زوايا المنطق الواسعتين في تشكيلته مضخات Lansinoh® بالكامل. تشتمل العبوة على حزمة الضغط الطبيعي، NaturalWave® التي تساعد طفلك على استخدام مكرات الضغط الطبيعي التي تصلها عند الرضاعة من الثدي عند إرضاعه إلى نم. من خلال رضاعة. وعززت المضخة بسهولة تركيبها واستخدامها وفقاً إلى نم.

الرضاعة الطبيعية هي الأفضل. الرضاعة الطبيعية هي الخيار الأفضل وتوفر لطفلك كل العناصر الغذائية التي يحتاجها الطفل في الشهور السنة الأولى. وتتساعد الرضاعة الطبيعية على تكوين علة قوية بين الأم ورضاعتها، وتحقق مزايا عديدة لكليهما على المدى الطويل.

## 2

## أجزاء مضخة الثدي اليدوية Lansinoh®

(يرجى الرجوع إلى ملحق ألف)

1 مسند الثدي ComfortFit®

ب جسم المضخة

ج حازم من السليكون

د العمود

هـ المقبض

و غطاء الرضاعة وقرص الإغلاق

ز صمام إبيض

ح حامل الرضاعة

## مضخة تعمل بمرحلتين

تعمل مضخة الثدي بمرحلتين: الأولى هي مرحلة التنزير والثانية هي مرحلة الضغط. تتكون هذه المضخة من مرحلتين: مرحلة التنزير ومرحلة الضغط. ويمكن التبديل بين المنطين بضبط موضع المقبض على عمود المضخة.

## التنزير

من هذه المرحلة تقوم المضخة بتحفيز الثدي. صُممت هذه المرحلة لتقليد المرحلة الأولى من الرضاعة الطبيعية (بالرأس الذي يبدأ فيه الطفل من حين لآخر للرضاعة). وهي من إحدى المرابا التي تمت على نزل اللبن وتجعل الحالب يتدفق من الثدي. يمكنك الضغط برفق لضغط اللبن من خلال وضع المقبض في الشق الأول (العلوي) من العمود واستخدام نبضات سريعة بالقبض.



## مرحلة الضغط

تساعد هذه المرحلة على ضخ اللبن من الثدي. انتظري إلى هذا الوضع بوضع المقبض في الشق الثاني (السفلي) من العمود للحصول على أقصى قوة ضغط. اضغطي على المقبض حتى نهاية. لتقليل قوة سحب اللبن، قللي الضغط على المقبض.

## 3

## كيفية تعقيم وتنظيف مضخة الثدي اليدوية

## Lansinoh®

قبل استخدام المضخة للمرة الأولى، يرجى فكها إزالة حازم السليكون والعمود، ومسند الثدي ComfortFit® والصمام الأبيض والرضاعة المنطجة وقرص الإحكام.

## التنظيف:

يمكن تنظيف مسند الثدي والرضاعات والمقبض وحامل الرضاعة في الدرج العلوي من غسالة الأطباق أو غسلها يدوياً بصابون الأطباق بدرجة الساخن. يرجى عدم استخدام أي سوائل تنظيف أو وسائل كطبخ. يرجى الضغط باستخدام الماء الفاتر النظيف. يمكن غسل الصمام الأبيض وغشاء السليكون والعمود ومسند الثدي ComfortFit® في غسالة الأطباق، ولكننا نوصي بغسلها باليدين للحفاظ عليها وإطالة عمرها. يرجى الأجزاء كلها لكي تجف على منشفة نظيفة ور ف تجفيف.

ملاحظة: تحلى بالحرص عند تنظيف الصمام الأبيض الصغير. فهو مهم للغاية للحصول على ضغط سليم لن الرضاعة. لا تدبلي قوة فرفطة ولا تنظفي الصمام باستخدام فرفطة رضاعة الأطفال أو باستخدام فرفشة الثدي. اغسلي الصمام برفق في ماء ساخن وصابون واشطفي تمام ماء ساخن جاري.

لتنظيف **مياه المغلي**: ضعي كل الأجزاء في وعاء من الماء المغلي. مع التأكد من عدم احتباس الهواء في أي جزء وغطاي الوعاء بغطاء، ويغلي لمدة 10 دقائق على الأقل. انظري على الوعاء ليحمى الماء الجاهز إلى مكونات المضخة. ملاحظة: من الأسهل استخدام مياه كافية بحيث تغطى كل الأجزاء بمرءة الماء المغلي.

لتنظيف **بالمواد الكيماوية**: كوني محطول التعقيم باستخدام أقراص أو سوائل. اغسري كل الأجزاء في المحلول مع ضمان عدم احتباس الهواء في أي أجزاء. اغسلي الأجزاء في المحلول لمدة 30 دقيقة على الأقل. وينبغي أن تجف يدوياً محلوياً جيداً كل 24 ساعة.

لتنظيف **بمستخدم البخار أو مقلبات الميكروويف**: انظري إرشادات جهات التصنيع. تأكدى أن كل الأجزاء متجهة للأعلى في المعقم. احرصي على غسل يدك قبل إزالة المكونات من المعقم.

## 4

## كيفية تركيب مضخة الثدي اليدوية Lansinoh®

ملاحظة: قبل تركيب مضخة الثدي اليدوية Lansinoh® يرجى التأكد من تنظيف وتعقيم كل الأجزاء، على النحو الموضح في القسم 3 من هذا الدليل.

## الخطوة (ب)

1 اغسلي يدك جيداً وتأكدى من نظافة الثدي.

2 احرصي على تعقيم المضخة وتركيبها بعناية بتغطية صمغها مثلاً أوصحنا في القسمين "كيفية تنظيف ومضخة مضخة الثدي اليدوية

لـ Lansinoh®" و"كيفية تركيب وتجميع مضخة الثدي اليدوية Lansinoh®".

3 ضعي حزمة الثدي في منتصف فوهة المضخة، واضغطي برفق على

ثديك مع ضمان وجود الحلمة في منتصف صمغ مسند الثدي.

4 اضغطي على مسند الثدي ComfortFit® بثبات على ثديك مع

الحرص على إحكام التثبيت حتى لا تسرب الهواء. يمكنك إحكام

التثبيت باستخدام يدك الأخرى لدعم ثديك من الأسفل.

5 إذا كانت حزمة الثدي غير ملائمة لتصبح في منتصف التجويف في

وسادة الثدي دون فرط، فأنت بحاجة إلى حجم أكبر من مسند

لـ الرضاعة على جسم المضخة.

6 قمى بمحاذاة التعرجات في المقبض مع العمود واضغطي برفق

على المقبض لأعلى. اضغطي حتى تستمعي صوت نكث.

7 اضغطي العمود والمقبض بحيث يلائم المقبض الشق الأول في

المرحلة المعروفة باسم العملية المعروفة باسم مرحلة التنزير. "

8 اربطي مسند الثدي ComfortFit® بجسم المضخة.

9 لكي تجعلي المضخة مستقرة تماماً، أدخل الرضاعة في حامل

الرضاعة.

10 بعد الانتهاء من تركيبها، ينبغي أن تبدو المضخة بالشكل التالي.

صممت هذه الأجزاء لكي تتلاءم مع بعضها البعض بمرح. سهولة التركيب بللي حافة حازم السليكون ببعض الماء.

\*\*\*مضخة الثدي من مرحلتين: الأولى هي مرحلة التنزير والثانية هي مرحلة الضغط. ويمكن التبديل بين المرحتين بتحديد موضع المقبض على عمود المضخة.

## 5

## نصائح حول حفظ اللبن

تعري على المضخة والأجزاء قبل الاستعمال.

يمكن الجزء المهم للغاية للضغط الناجح في مرحلة التنزير. وذلك عندما يبدأ اللبن ينساب بحرية من ثديك. يساعدك ما يلي على حدوث استجابة طبيعية: ضعي طفلك مع جل علاج الثدي Lansinoh® Breast Therapy Gel الذي ودلي بحركات خفيفة دائرية بأطراف أصابعك من خارج الضغط. وانجابه الحلمة قبل وأثناء مرحلة الضغ.

حالي اختيار وقت مناسب لضغ اللبن لا تكوني فيه متعبة ولا يتم مقاطعة. حاولي الاسترخاء. ويمكن التفكير في طفلك أو التفكير إلى صورة له لتستريحه ومساعدتك عند ضخ اللبن.

تستمر لضغ اللبن بضعة عامة من 20 إلى 30 دقيقة ولكن ذلك يعتمد على طبيعة الثدي. تأكدى أن الضغ الناجح فن مكسب. جلسات التنزير الأولى قد تكون أقصر أو أطول مما أوصحنا. وقد تؤدي إلى ضغط كمية صغيرة من اللبن ولكن هذا لا يعني أن حردك لا ينتج اللبن الكافي كما نعتقن، هي. حطاً يتم إنتاج اللبن حسب الطلب والعرض، وسيحفز ضم اللبن من ثديك باستمرار بالإضافة إلى إرضاع كمية كافية اللبن التي يحتاجها.

إذا حدثت مشكلات في الرضاعة، ينبغي استشارة الطبيب المختص.

يمكنك ضم اللبن من ثدي واحد وتضعي طفلك من الثدي الأخر. وهذا يتيح لك تعقيم فعالية الضغ باستخدام عملية التنزير التي يفرضها النظام منطجة لتبني.

تأكدى من ميل تجويف مسند الثدي للأسفل قليلاً حتى ينساب اللبن بصورة طبيعية تجاه الرضاعة.

الإحباطات عند ضغط **مياه المغلي**:

1 لا تسخني اللبن البشري في الميكروويف. يرجى التسخين في الميكروويف

تكون اللبن دافئاً، وربما يؤدي إلى إيجاد "نقاط ساخنة" في اللبن ثدي

إلى سطح طفلك.

2 اغسري درجدة دائماً من أي سائل قبل إعطام طفلك.

3 لا تترك طفلك يتام رضاعة الرضاعة أو يرضع نفسه لفترات طويلة.

4 عند الاحتفاظ بالمختمل، اختري قولة العطفة في نم. فلا حسب

الجزء المنفوخ. توظني من الاستخدام عند ظهور أي تفرقات أو شقوق.

## 6

## كيفية استخدام مضخة الثدي اليدوية Lansinoh®

بفدر الإمكان، انتظري حتى يتدفق اللبن وحتى استوعب مواعيد الرضاعة. وهذا يستغرق من 3 إلى أربع أسابيع بعد الولادة ما م يتصح بفرق ذلك من الطبيب المختص.

1 اغسلي يدك جيداً وتأكدى من نظافة الثدي.

2 احرصي على تعقيم المضخة وتركيبها بعناية بتغطية صمغها مثلاً أوصحنا

في القسمين "كيفية تنظيف ومضخة مضخة الثدي اليدوية

لـ Lansinoh®" و"كيفية تركيب وتجميع مضخة الثدي اليدوية Lansinoh®".

3 ضعي حزمة الثدي في منتصف فوهة المضخة، واضغطي برفق على

ثديك مع ضمان وجود الحلمة في منتصف صمغ مسند الثدي.

4 اضغطي على مسند الثدي ComfortFit® بثبات على ثديك مع

الحرص على إحكام التثبيت حتى لا تسرب الهواء. يمكنك إحكام

التثبيت باستخدام يدك الأخرى لدعم ثديك من الأسفل.

5 إذا كانت حزمة الثدي غير ملائمة لتصبح في منتصف التجويف في

وسادة الثدي دون فرط، فأنت بحاجة إلى حجم أكبر من مسند

لـ الرضاعة على جسم المضخة.

6 قمى بمحاذاة التعرجات في المقبض مع العمود واضغطي برفق

على المقبض لأعلى. اضغطي حتى تستمعي صوت نكث.

7 اضغطي العمود والمقبض بحيث يلائم المقبض الشق الأول في

المرحلة المعروفة باسم العملية المعروفة باسم مرحلة التنزير. "

8 اربطي مسند الثدي ComfortFit® بجسم المضخة.

9 لكي تجعلي المضخة مستقرة تماماً، أدخل الرضاعة في حامل

الرضاعة.

6. لمدة مرحلة التبريد. حدي العمود على الشق الأول (الغوي) من المقضف أو المضطفي على المقيس. سيبدأ التدفق في الانسياب حتى لو تم تشغيل كل قوة الشفط التي تستطيع المضخة لوظيفها.

7. إذا تفادى اللبن الريدية (أو قوتيتان) نظف على عمليه الشفط. يراقب مريح أكثر أهمية من الضغط بقوة المضطف على "PUSH" حتى طرف الموضع ليعرض المقضف على الشق الثاني السفلي من المقيس. واضف المضطف على المقيس وإفلاته حتى يمكنك تحديد ضغط الرضاعة المناسب.

إذا كان ضغط السحب ضعيفاً أثناء فتح اللبن المضطفي على المقيس حتى النهاية، سيغير ضغط السحب بناء على قوة الضغط على المقيس. ضغط اللبن يراقب مريح أكثر أهمية من الضغط بقوة المضطف على المضطف. يراقب حتى اللبن يتوقف تماماً ملائمة لك.

لتعودوا إلى مرحلة التبريد من مرحلة الضغط (1) اسحب طرف العمود. تجاهلكه (2) اضبط على المقيس برفق وضغطه إلى أعلى.

تعزيز: لا تواصل الضخ لأكثر من خمس دقائق في المرة الواحدة إذا تم تحصيل نتيجة فعالة. حاول ضغط اللبن في وقت آخر خلال اليوم. يرجى تذكر ما يلي: إذا أصبح الضخ غير مريحاً أو مؤلماً، ينبغي أن تتوقف عن استخدام المضخة وتستشير طبيبك المختص.

## 7

### كيفية تخزين اللبن المشفوط من الثدي

ينبغي تخزين لبن الأم في وعاء نظيف محكم الإغلاق. لا تقومي بتخزين اللبن في باب التلاجة أو المجمد. إن الباب عادة ما يكون المزمع الأكثر دفئاً من التلاجة أو المجمد بسبب البعث والرائحة المتكررة. سجل تاريخ سحب كل وعاء من اللبن واستخدمي الأقدم أولاً.

جرب آكياس Lansinoh تخزين اللبن:

- مثالية لتخزين لبن الثدي وتجميده
- طريقة متكررة وسهلة للضغط المحكم أثناء التسرب أو الانسكاب
- أقوى آكياس متاحة

إرشادات تخزين لبن الثدي	
المكان	درجة الحرارة
في درجة حرارة الغرفة (التلاجة)	19 درجة إلى 26 درجة
في البراد أو التلاجة	4 درجات إلى 6 درجات
في المجمد	18 درجة إلى 20 درجة

لا يضمن تجميد أو تبريد اللبن بعد شفطه مباشرة.

المراجع: La Leche League International

إذابة لبن الأم:

أذبن لبن الأم للمجمد في التلاجة أو وضع الحاوية تحت ماء بارد مع تسخين الماء تدريجياً حتى يذوب اللبن. يمكن حفظ اللبن المذاب في التلاجة لمدة تصل إلى 24 ساعة. لا تعيدي تجميد لبن الأم بعد إذابته.

التركيب: إذا وعاء لبن الأم المذاب برقى قبل إطعام الطفل ليعطى طبقات حتى ينصلت من بعضها أثناء التجميد والارتدادية. إن لبن ليس جافاً حسب الضغط القسدة إلى أعلى الزرابة. قد يختلف لبن الأم في اللون والقوام وتوسع وقت التدفق الذي ضغط فيه وعلى الطعام الذي تناولته الأم وعلى عمر الطفل، أثناء فتح اللبن. إن توهي الزرابة يعكس ضغط طبقات اللبن لأن ذلك سيؤدي إلى تلف المكونات الحية في لبن الأم.

لا تسخني اللبن البشري في الميكرويف. يغير الميكرويف لبن الأم. إن اللبن الذي يذوي التسخين في الميكرويف إلى إيجاد "نقاط ساخنة" في لبن الأم قد تلتصق طفلك الرضيع.

لا تدفني لبن الأم في ماء شديد السخونة أو مغلي.

## 8

### إصلاح مشكلات مضخة الثدي اليدوية Lansinoh

1. يوجد ضغط ضعيف قوة الشفط إذا شعرت بتناقض قوة الشفط. يرجى تجربة الخطوات التالية:
  1. تأكد من أن تحفيظ كل أجزاء المضخة وظيفتها بشكل سليم
  2. فحص الصمام الأبيض للتأكد من عدم وجود أي ترقق أو تقوس. جزء الصمام الأبيض في غاية الأهمية للحصول على قوة شفط مناسبة. يرجى تغيير الصمام الأبيض إذا ترقق الأمر بالصمام الإرجاعي المقدم مع المضخة.

3. يرجى التأكد من ملاءمة حازير السليكون والعمود بإحكام الجسم المضخة ومن إزالتها بإحكام.
4. يرجى التأكد من ملاءمة مسند الثدي ComfortFit بإحكام الجسم المضخة ومن إزالتها بإحكام.
5. اجسم المضخة والشفط في منتصف تصريف الفوهة دون ثبات، فراقاً بجانب إلى حجم أكبر من مسند الثدي ComfortFit من ضغط على العمود.

- لا يتخطى أي من
- إذا شعرت بتناقض قوة الشفط. يرجى تجربة الخطوات التالية:
1. تأكد من تحفيظ كل أجزاء المضخة وظيفتها بشكل سليم.
  2. فحص الصمام الأبيض للتأكد من عدم وجود أي ترقق أو تقوس. جزء الصمام الأبيض في غاية الأهمية للحصول على قوة شفط مناسبة. يرجى تغيير الصمام الأبيض إذا ترقق الأمر بالصمام الإرجاعي المقدم مع المضخة.
  3. يرجى التأكد من ملاءمة حازير السليكون والعمود بإحكام الجسم المضخة ومن إزالتها بإحكام.
  4. يرجى التأكد من ملاءمة مسند الثدي ComfortFit بإحكام الجسم المضخة ومن إزالتها بإحكام.

## أما ثم ضغط اللبن

- إذا شعرت بأنك أنتاء ضغط اللبن، فجرب الخطوات التالية:
1. رعا تشفيظ اللبن ليقود ليس من العمود إلى ضغط كل قوة الشفط التي تستطيع للمضخة لإيصال جري الضغط على المقيس لتصف المسافة وتذكري الإزاحة المتروحة لمدة 2-3 ثانية.
  2. رعا نتاجين استخدام مسند أكبر أو أصغر للثدي. لذلك يرجى استخدام مسند الثدي الأقدم مع العمود. استشر طبيبك للتقييم والمباراة.

## 9

### الرضاعة الطبيعية باستخدام حلمة NaturalWave

- صممت هذه الحلمة NaturalWave خصيصاً لكي:
- تساعد في الحفاظ على إطمأ ثابته للرضاعة الطبيعية.
  - تبديل الرضاعة بين الثدي والزرابة.
  - تسخر مع حركة لسان الطفل المنحنية كأولاً جري.
  - تحمي من لمس الغض الطبيعي الغريزي للطفل من أجل المساعدة على نومه بسهولة طبيعية.

1. تنفتح الشفتان للخارج وتفتحن هالة الحلمة اللدنة في الثدي.
  2. حركة دائرية المنحنية.
- يتحرك اللسان بطريقة ناعمة وسلسة تشبه الأمواج لتفصر الحلمة وتوسعها اللبن. وهذه الحركة تساعد على توجيه الوجه والفك والفرق بصورة طبيعية. حقيقة: لسان الطفل يكرر الحركة المنحنية من 1000 إلى 1000 مرة في جلسة الرضاعة الواحدة.

3. البلع
- يرتفع الجزء الخلفي من لسان الطفل موجياً اللبن إلى العمود.

صممت حلمة NaturalWave خصيصاً وبشكل مثبت عيادياً للتحاط على الثدي الطبيعي في الرضاعة.



1. طرف الحلمة يتحكم بالرضع في تدفق اللبن.
2. سليكون ناعم 100% يذوب ويتينن من أجل الوصول إلى ضغط مثالي.
3. الجوف الرضية الداخلية تقوي هيكل الحلمة ويجعلها مقاومة للثبي.
4. تصميم فريد متدرج الانحدارات للحفاظ على حركة اللسان الطبيعية.
5. قاعدة عملة واسعة مساحة لتسهيل الانزلاق والشفط الفعال.
6. AVS: أفضل مقدار اللون الذي يسبب التدفق الغض الطبيعي للطفل.

توفر حلمة بصلصم من قطعة واحدة خال من التعقيد للشفط الطبيعي، والمتوسط والبريق.

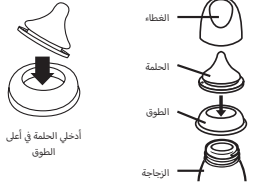
ينصح باستخدام الرضاعة الطبيعية فقط طوال الشهور الستة الأولى من حياة

الطفل الرضيع. ينبغي أن تكون الرضاعة الطبيعية وإنتاج اللبن مستمراً قبل استخدام زرابة وامله.

إرشادات للتصالح: املئي بالقدار المطلوب من السوائل مع إحكام الغطاء. الطرزي: لا يصح باستخدام التسخين في الميكرويف. إذا اخترت تسخين الرضعة في الميكرويف فلا تغلقي الزرابة. الرضعة الحارة الضخامة والغلاء عند استخدام الميكرويف. رجم الزرابة جيداً قبل استخدامها والغضبي درجة الحرارة قبل تقديمها للطفل. الرضعة غير المتجانسة في درجة الحرارة قد تسبب في الضغط. لا تضعي اللبن البشري في الميكرويف لأن الميكرويف يدمر تكوين اللبن. قبل الاستخدام الأول مرل قومي بتطهير المنتج لغضمان سلامة المنتجات. ضخم الحلمة والزرابة بكل المكونات في ماء مقلي لمدة 5 دقائق قبل استخدامها. بعد حمل الزرابة ممتلئة كراتي من إزالتها استخدم من العرض على وضع حلمة الرضاعة في منتصف الغطاء لغضمان الاستفادة من مزيد من استخدام الانسكاب.

التطهير: بعد استخدام المنتج أول مرة، ضخم في الماء المغلي لمدة 5 دقائق وإتركه حتى يبرد ثم اغسلي كل مكونات الزرابة جيداً. وذلك لغضمان النظافة الكاملة. يمكنك غسل الزرابة بعد ذلك في الماء الجلي من لعائل الألبان. ولكن تعقيمها (مقترحة) في الميكرويف واستخدم آلة التعقيم الخاصة. اغسلي كل مكونات المنتج فوراً بعد كل استعمال. اغسلي المنتج في ماء دافئ مع استخدام الماء والشفط بشكل شامل. نظفي المنتج قبل كل استعمال.

التهيئة: ضخم حلمة الرضاعة بعد تعقيمها وتطهيرها جيداً في أعلى طوق الغطاء. الطرزي: احمكي تثبيت طوق الغطاء الطرزي على عنق الزرابة.



الاحتياطات: بعد الانتهاء من استخدام المنتج، يرجى وضعه في مكان جاف ومظلم. استخدمه دائماً تحت إشراف شخص بالغ. لا تطغلي هذا المنتج أو تخزنيه ببولاد المذوية أو المواد الكيميائية الصارئة أو تجعله يابسها. فقد يؤدي ذلك إلى تآكل المنتج. لا تترك المنتج في ضوء الشمس أو الحرارة المباشرة، أو تتركه في مقع "محمول مقع" أطول من 60 دقيقة يوض به. لا تدفني السائل بوضع الكوب مباشرة على شعلات الغاز أو الكهرواء أو على ألواح تدفئة أو في مواقف تجميد وكرة فريز ذلك.

لسلامة وصحة طفلك: تعديروا استخدامي هذا المنتج دائماً تحت إشراف شخص بالغ. لا تستخدم طبقات الرضاعة كوسيلة لتسكين لضعف الفصص السوائل المستعمل أو لفقدان معدنية يواذي في تسوس الأسنان. فحصي دائماً حرارة الرضعة قبل تقديمها للطفل. إبعدي كل المكونات غير المستعملة عن متناول الأطفال. لا تترك طفلي وحده مع معدات الشرب فقد يتعرض لعطش الاحتراق أو خطر السقوط أو احتمال تفكيك المنتج.

تعديرو: قد يحدث تسوس الأسنان في الأطفال حتى في حالة استخدام سواثل فري حلاقة. فقد يحدث ذلك إذا تراك الظفر يرضع من الرضاعة أو الكوب لفترات طويلة على مدار اليوم خاصة أثناء الليل عندما يقل الطيباب و عندما تستخدم كوسيلة للإسكات. لا تترك الحلمة في ضوء الشمس أو الحرارة المباشرة أو تتركها في مقع "محمول مقع" أطول من 60 دقيقة يوض به. فقد يؤدي ذلك إلى ترقيق الحلمة. الغضبي الحلمة قبل كل استعمال. تخصي من الحلمة عند أداء عملة على لثتها أو ترقيقها. فبري الحلمة كل 7 أسابيع لفرض الصحة والسلامة. اسحب حلمة الرضاعة في كل الاتجاها لفحصها.

تنبه: بعض العناصر المصنعة وبعض الحوامل قد تجعل السليكون شفافاً وان يذوب ذلك إلى تعديرو أي من العناصر. لا تضعي اللبن البشري في الميكرويف لأن الميكرويف يغير تكوين اللبن. فقد يؤدي التسخين في الميكرويف إلى درجات حرارة عالية للغاية. يرجى التحلي بالصبر الشديد عند التسخين في الميكرويف. رجم الرضعة الساخنة برفق لغضمان توزيع الحرارة والغضبي درجة الحرارة قبل إرضاع الطفل.

تعديرو: بعد التوعية والتطهير ليست جزءاً من المنتج. من أجل سلامة طفلك، يرجى إزالة مواد التطهير والتبعية والغضبي منها قبل الاستخدام في فرة الإرشادات والتعليمات والاحتفاظ بها للرجوع إليها مستقبلاً. المنتج مقنوساً في الميكرويف.





**Lansinoh.**

**Lansinoh Laboratories Inc.**  
Jason House, Kerry Hill  
Leeds, LS18 4JR, UK  
[www.lansinoh.co.uk](http://www.lansinoh.co.uk)

**Lansinoh Laboratories Inc.**  
Niederlassung Deutschland  
Bayerischer Platz 1  
10779 Berlin  
[www.lansinoh.de](http://www.lansinoh.de)  
MN50555/50552/50558IF0616

**Lansinoh® is a registered trademark  
of Lansinoh Laboratories, Inc.**  
©2016 Lansinoh Laboratories, Inc.  
All Rights Reserved

Manufacturer: Lansinoh Laboratories Saglik Gerecleri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.  
Zafer SB Mah. Gunduz Sk. No:13 E.S.B Gaziemir/Izmir/Turkiye

304-017-02