

LANSINOH MANUAALNE RINNAPUMP
KASUTUSJUHEND
EESTI KEELES

Õnnitleme Teid otsuse eest, et annate imikule parima võimaliku alguse elule, rinnaga imetades. Nii Teie kui imiku tervisele on palju kasu garanteeritud. Kuigi rinnapiim on alati parim variant, siis rinnapiima pakkumine ei ole nii kerge, kui Te peate olema lapsest eemal. See nõuab erilisi pingutusi ja Te peaksite olema uhke oma pühendumuse üle, et pakute lapsele täiuslikku toitu kasvamiseks ja arenemiseks. Meie manuaalne rinnapump on loodud selleks, et emadele, kes peavad aeg-ajalt pumpama, oleks see kiire ja lihtne.

Sisukord:

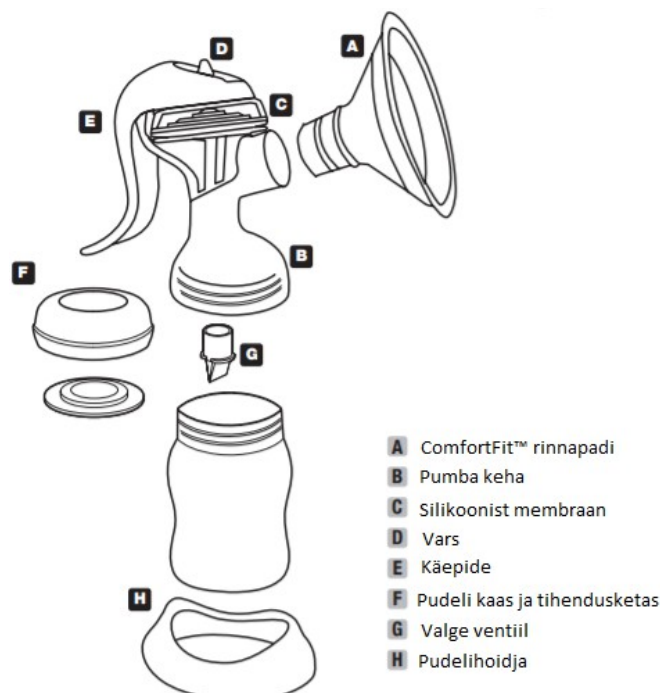
1. Lansinoh manuaalse rinnapumba tutvustamine
2. Lansinoh manuaalse rinnapumba osad
3. Kuidas steriliseerida ja puhastada Lansinoh manuaalset rinnapumpa
4. Kuidas koostada Lansinoh manuaalset rinnapumpa
5. Pumpamise näpunäited
6. Lansinoh manuaalse rinnapumba kasutamine
7. Rinnapiima säilitamise juhend
8. Vigade otsimine
9. Rinnapiima tootmine NaturalWave™ Peristaltilise lutiga

1. Lansinoh manuaalse rinnapumba tutvustamine

Lansinoh® manuaalne rinnapump on spetsiaalselt loodud rinnaga toitvatele emadele, nende vajaduste järgi. Sellel pumbal on kaks eraldi faasi: laskuv faas ja ekspressioonifaas, kahe režiimi vahel saab hõlpsalt vahetada, reguleerides varrel asetsevat käepidemet. ComfortFit™ rinnapadi loob tihendi, mis tagab usaldusväärse imemise, mille tulemuseks on mugav ja kiire piimavool. Laia kaelaga pudelid on vahetatavad Lansinoh® pumpade valikus. Pakk sisaldab aeglase vooluga NaturalWave™ lutti, mis võimaldab imikul piima juues pudelist imiteerida loomulikku imemist, mis sai õpitud rinnaga imetamisel. Pumpa on lihtne koostada, seda on lihtne kasutada ja puhastada.

Rinnaga imetamine on parim. Rinnaga toitmine on parim valik Teie lapsele, mis pakub kõiki toitaineid, mida Teie laps vajab esimesel 6 kuul. Imetamine aitab arendada tugevat sidet ema ja lapse vahel ning pakub arvukalt pikaajalisi eeliseid mõlemale.

2. Lansinoh manuaalse rinnapumba osad

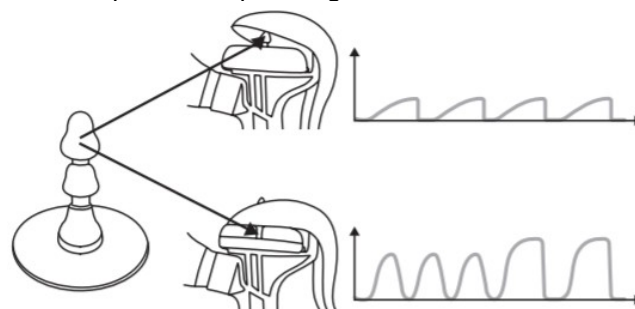


2-faasiline tehnoloogia

Sellel pumbal on kaks eraldi faasi: laskuv faas ja ekspressioonifaas, kahe režiimi vahel saab hõlpsalt vahetada, reguleerides varrel asetsevat käepidemet.

Laskuv faas

See faas stimuleerib õrnal rinda. Selle eesmärk on jälgendada rinnaga imetamise esimest faasi (viis, kuidas laps toitumise ajal alguses sööb). See on üks funktsioonidest, mis soodustab piima laskumist ja selle voolamise alustamist. Te saate õrna imemise survet luua asetades käepideme esimesse (ülemisse) astmesse varrel ja teostades kiireid impulsse käepidemega.



Ekspressioonifaas

See faas võimaldab Teil väljutada rinnapiima rinnast. Sellesse režiimi vahetades peate käepideme varre teise (alumisse) astmesse asetama varrel. Et saada tugevaim imemistase, suruge käepide täielikult alla. Väiksemaks imemise tugevuse saavutamiseks suruge käepidet vähem.

3. Kuidas steriliseerida ja puhastada Lansinoh manuaalset rinnapumpa

Enne pumba esmakordset kasutamist võtke pump koost lahti (eemaldage silikoonist membraan, vars, ComfortFit™ rinnapadi, valge ventiil ja eraldage pudel, kork ja sulgemisketas).

Puhastamine:

Rinnapatja, pudeleid, käepidet ja pudelihoidjat võite pesta nõudepesumasina ülemisel korrusel või käsitsi seebiveega ja kuuma veega. Ärge kasutage lahusteid või abrasiive. Loputage kuuma ja puhta veega. Valget ventiili, silikoonist membraani ja pudelivart ja ComfortFit™ rinnapatja võib pesta nõudepesumasinas, kuid me soovime pesta käsitsi, et vältida toote kahjustumist ja pikendada toote eluiga. Kuivatage kõik osad täielikult õhu käes puhtal rätikul või kuivatusrestil.

Märkus: väikese valge ventiili puhastamisel olge ettevaatlik. Oluline on õige imemine. Ärge kasutage liigset jõudu ja ärge puhastage seda imiku lutipudeli või luti harjaga. Õrnalt peske käsitsi kuumas seebivees ja loputage korralikult kuuma voolava vee all.

Steriliseerimine:

Keetmisega steriliseerimine: Asetage kõik toote osad keeva veega potti, veendudes, et ühegi osa sisse ei jäänud õhku, katke pott kaanega ja keetke vähemalt 10 minutit. Hoidke pott kaetud kuni seadet vajate. Märkus: oluline on, et kasutaksite piisavalt vett, et osad saaksid vabalt ujuda keevas vees.

Kemikaalidega steriliseerimine: Tablettide ja vedelikku abil moodustage lahus. Pange kõik osad lahusesse, tagades, et ühegi osa sisse ei jäänud õhku. Jätke lahusesse vähemalt 30 minutiks. Tehke uus lahus iga 24 tunni järel.

Auru või mikrolaineahjuga steriliseerimine: Järgige tootja juhiseid. Veenduge, et kõik avad oleksid steriliseerijas allapoole suunatud. Veenduge, et pesete käsi enne esemete eemaldamist steriliseerijast.

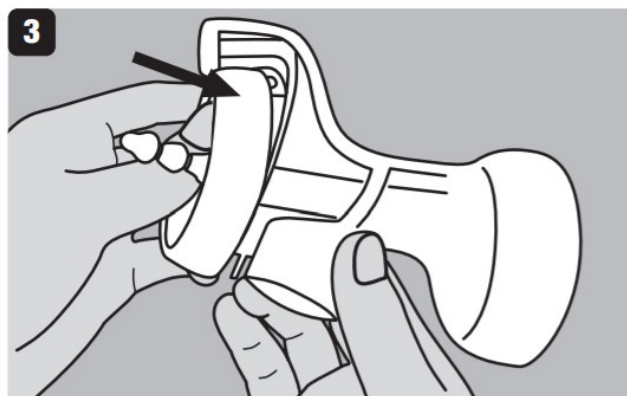
4.Kuidas koostada Lansinoh manuaalset rinnapumpa

Märkus: Enne Lansinoh® manuaalse pumba koostamist veenduge, et kõik osad on puhastatud ja steriliseeritud nagu kirjeldati jaotises 3.

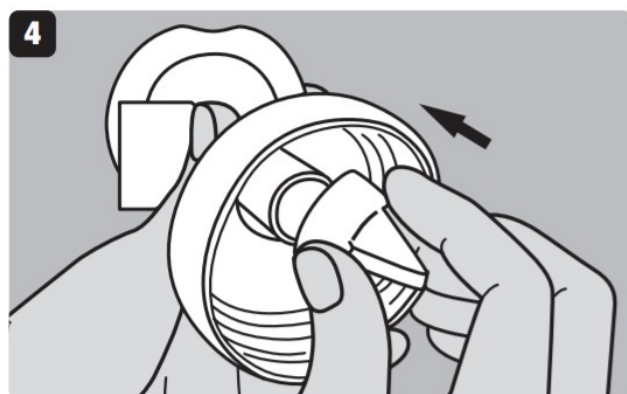
1 Peske käed korralikult.



Sisestage vars silikoonist membraani külge.



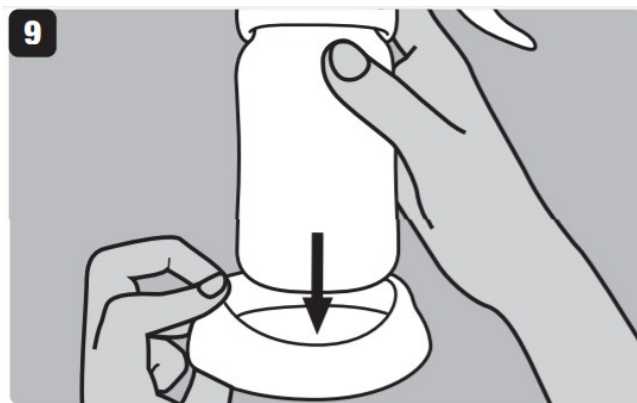
Asetage silikoonmembraan ja vars pumba korpuse külge. Veenduge, et see sobib kindlalt velje ümber, vajutades seda sõrmedega alla, et täiuslik tihend tekitada.



Ettevaatlikult kinnitage valge ventiil pumba külge altpoolt, veendudes, et valge ventiil oleks samal tasemel pumba korpusega. Pole vaja rakendada liigset jõudu valge ventiili kinnitamisel. Kui leiate, et valget ventiili on raske eemaldada, siis olete selle liiga kaugele korpuse külge lükanud.



5 Kruvige pudel pumba korpuse külge.



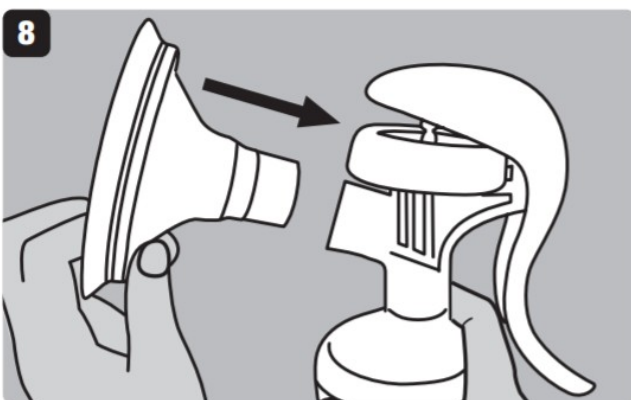
9 Pumba stabiilseks muutmiseks asetage pudel pudelihoidjasse.



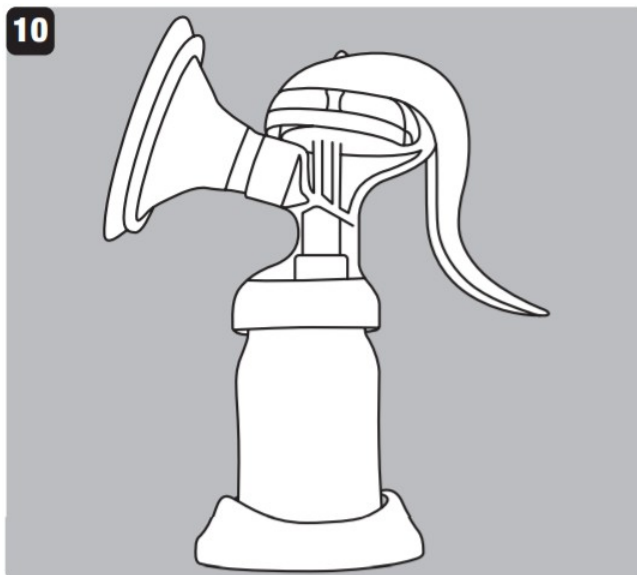
6 joondage käepideme soon varrega ja vajutage käepidet õrnalt alla. Lükake, kuni kuulete klõpsatust.*



7 Reguleerige vars ja käepide nii, et käepide sobiks selle esimese sälguga varrel, tundub kui laskuv faas.**



8 Kinnitage ComfortFit™ rinnapadi pumba korpuse külge.



10 Täielikult kokkupanduna peaks pump välja nägema selline.

* Need osad on konstrueeritud tihedalt sobivaks üksteisega, hõlpsamaks pumba koostamiseks niisutage silikoon membraani veega.

**Sellel rinnapumbal on kaks eraldi faasi: laskuv ja ekspressioonifaas. Kahe faasi vahel saate hõlpsalt vahetada reguleerides pumba käepidet.

5.Pumpamise näpunäited

Enne kasutamist tutvuge pumba ja selle osadega.

Kõige olulisem osa edukaks pumpamiseks on oskus vallandada piima voolamise refleksi. See on siis kui piim hakkab vabalt voolama. Soojad ja märjad kompressid rindadel (nt Lansinoh® Therapearl rinnakompress) ja õrnad, ringikujulised massaaži liigutused rindadel (väljastpoolt nibu poole liikudes) enne pumpamist ja selle ajal võivad aidata selle refleksi vallandumisele kaasa.

Proovige pumpamiseks valida aeg, kui Teil pole kiire ja Teid ei segataks. Mõeldes oma lapsele või vaadates tema pilti ning lõõgastudes, kui Te ei ole sellel hetkel koos, võib samuti abiks olla.

Üldiselt võtab pumpamissessioon aega umbes 20-30minutit, kuid see sõltub Teie kehast. Pidage meeles, et edukas pumpamine on õpitud kunst. Varase praktika korral võivad sessioonid olla lühemad või pikemad ja tulemuseks võib olla väiksem rinnapiima kogus, kuid see ei tähenda, et Te teete midagi valesti või Teie keha ei tooda piisavalt piima. Rinnapiima valmistatakse nõudluse ja pakkumise järgi. Regulaarne rinnapiima pumpamine stimuleerib Teie keha ja aitab säilitada Teie rinnapiima varu.

Kui Teil on mingeid imetamise või rinnapumbaga seotud küsimusi, pidage nõu ämmaemandaga või muu tervishoiutöötajaga. Samal ajal võite imetada last ja pumbata teist rinda. See võimaldab Teil pumpamise efektiivsust maksimeerida, kasutades beebi imemist, et vallandada piima voolamise refleksi. Veenduge, et rinnapadja tunnel oleks veidi kallutatud allapoole, et piim saaks pudelisse voolata.

Ettevaatusabinõud väljutatud rinnapiimaga toitmisel:

- 1.ÄRGE SOOJENDAGE RINNAPIIMA MIKROLAINEAHJUS! Mikrolaineahi muudab rinnapiima koostist ja võib tekitada piimas "kuumaid kohtasid", mis võivad põletada imikut.
2. Alati enne toitmist kontrollige vedeliku temperatuuri.
- 3.Ärge lubage lapsel võtta pudelit voodisse kaasa või lapsel ise süüa ilma järelevalvetta.
- 4.Et vältida võimalikku lämbumisohtu, kontrollige nibu tugevust, tõmmates selle otsa. Kui rebend või pragu tekib, katkestage kasutamine.

6.Lansinoh manuaalse rinnapumba kasutamine

Võimalusel oodake kuni Teie rinnapiima tootmisel ja rinnaga toitmisel on väljakujunenud ajakava. Tavaliselt on see vähemalt 3-4 nädalat pärast sündi, kui Teie tervishoiutöötaja ei soovita teisiti.

1. Peske käsi hoolikalt ja veenduge, et Teie rinnad oleksid puhtad.
2. Veenduge, et olete pumba hoolikalt koostanud ja steriliseerinud, nagu on kirjeldatud jaotises "Kuidas steriliseerida ja puhastada Lansinoh manuaalset rinnapumpa" ja "Kuidas koostada Lansinoh manuaalset rinnapumpa".
3. Tsentreerige pumba ava rinnanibu kohale ja õrnalt suruge vastu rinda, tagades, et Teie nibu on rinnapadja tunneli keskel. Vajutage ComfortFit™ rinnapadi tihedalt vastu oma rinda; kindlustage, et tihend on kinnitatud kindlalt ja õhku ei pääseks välja. Hea suletuse saate luua kasutades

teist kätt, toetades see rinda altpoolt. Kui Teil ei õnnestu nibu viia rinnapadja tunneli keskele ilma hõõrdumiseta, võite vajada teist suurust ComfortFit™ rinnapatja.

4. Kui Te surute õrnalt käepidet allapoole, tunnete Te imemist rinnal. Te ei pea vaakumi tekitamiseks vajutama käepidet täielikult alla; ainult nii palju, et oleks mugav.
5. Õrna imemise tugevuse saavutate siis, kui õrnalt vajutate käepideme esimesse (ülemisse) astmesse. Veenduge, et nibu liigub ning pigistage ja vabastage käepidet nii kaua kuni leiate soovitud tempo.
6. Alustamaks laskuva faasiga, seadke vars esimesse (ülemisse) astmesse käepidemel ja pigistage käepidet. Teie rinnapiim hakkab varsti voolama, isegi kui Te ei vajuta pumba maksimaalse imemistugevusega.
7. Kui rinnapiima vool on alanud (1-2minutit), liikuge edasi ekspressioonfaasi. Sinna faasi üleminekuks õrnalt vajutage käepieme ülemises osas asuvad "lükka(push)" nuppu, misjärel seatakse käepide teise (alumisse) astmesse varrel. Jätkake pigistamise ja vabastamisega, et leida enda jaoks sobiv imemisrõhk.

Kui imemise rõhk tundub rinnapiima väljutamise ajal Teie jaoks nõrk, pigistage käepidet suurema survega. Imemiserõhk muutub vastavalt sellele, kui tugevalt Te pigistate käepidet. Piima väljutamise puhul on tähtsam mugavus kui tugev imemistugevus. Palun väljutage piima imemiserõhul, mis Teile sobib.

*Laskuvasse faasi naasmiseks ekspressioonfaasist, (1) tõmmake vart enda poole, (2) õrnalt pigistage käepidet ja asetage see esimesse (ülemisse) astmesse.

Hoiatus: Ärge pumbake rohkem kui 5 minutit korraga, kui Te ei ole saavutanud tulemust. Proovige pumbata mõnel muul ajal päeva jooksul.

Pidage meeles: Kui pumpamine muutub Teie jaoks väga valusaks ja ebamugavaks, siis peaksite lõpetama pumpamise ja konsulteerige oma tervishoiutöötajaga.

7.Rinnapiima säilitamise juhend

Rinnapiima tuleks hoida puhtas suletud anumask.

ÄRGE hoidke rinnapiima sügavkülmiku ukse juures. Sügavkülmiku uks kipub olema kõige soojem osa sügavkülmikust, selle sulemise/avamise tõttu. Alati pange mahutile peale kuupäev, mil piima väljutasite. Alati kasutage vanimat rinnapiima esimesena.

Proovige meie Lansinoh® rinnapiima säilituskotte:

- Ideaalne rinnapiima säilitamiseks & külmutamiseks.
- Patenteeritud topeklõpsuga tõmblukk hoiab ära lekkeid ja maha pillamist.
- Tugevaim kott saadaval.

Kus	Temperatuur	Aeg
Toatemperatuur (värske piim)	19-26°C	4h (ideaalne) kuni 6h (vastuvõetav)*
Külmkapp	4-6°C	72h (ideaalne) kuni 8 päeva (vastuvõetav)**
Sügavkülmik	-18°C kuni -20°C	6 kuud (ideaalne) kuni 12 kuud (vastuvõetav)

*Eelistatud on piima jahutamine või külmutamine koheselt peale väljutamist

Viide: La Leche League International

Sulatamine

Sulatage külmutatud piim külmkapis või asetage anum jaheda voolava vee alla, soojendades seda järk-järgult kuni piim on sulanud. Üles sulatatud piima võib hoida külmkapis kuni 24h. ÄRGE külmutage juba varasemalt sulatatud piim.

Enne söömist keerutage sulanud piima õrnalt, et üksteisest eraldunud kihid seguneksid taas. Rinnapiim ei ole homogeniseeritud ja "koor" tõuseb ülemistesse kihtidesse. Rinnapiima värvus ja konsistent võib varieeruda vastavalt sellele, mida sa varasemalt söönud oled, kui vana on laps pumpamise ajal ning päevast, mil piim väljutati. Ärge raputage pudelit tugevasti, et kihte omavahel segada, sest see võib kahjustada Teie rinnapiima komponente.

ÄRGE SOOJENDAGE RINNAPIIMA MIKROLAINEAHJUS! Mikrolaineahjus piima soojendamine muudab piima koostist. Mikrolaineahi võib tekitada piimas "kuumasid kohtasid", mis võivad põletada imikut.

ÄRGE sulatage rinnapiima kuumas või keevas vees.

8.Vigade otsimine

Suurenenud/vähenenud imemine

Kui Te tunnete, et imemine on vähenenud, proovige järgmist:

1. Veenduge, et kõik pumba osad on korralikult kuivatatud ja koostatud.
2. Kontrolli, et valgel ventiilil ei oleks rebendeid ega torkejälgi. See osa on oluline, et saavutada vajalik imemistase. Vajadusel asendage ventiil varuosades, tootega kaasas oleva, ventiiliga.
3. Veenduge, et silikoonist membraan ja vars on pumba külge korralikult kinnitatud ja täiuslik tihend on saavutatud.
4. Veenduge, et ComfortFit™ rinnapadi on kindlalt pumba korpuse külge kinnitatud.
5. Kui Teil ei õnnestu nibu viia rinnapadja tunneli keskele ilma hõõrdumiseta, võite vajada teist suurust ComfortFit™ rinnapatja.

Kui rinnapiima ei tule välja

Kui Teile tundub, et imemine on vähenenud, proovige järgmist:

1. Veenduge, et kõik pumba osad on korralikult kuivatatud ja koostatud.
2. Kontrolli, et valgel ventiilil ei oleks rebendeid ega torkejälgi. See osa on oluline, et saavutada vajalik imemistase. Vajadusel asendage ventiil varuosades, tootega kaasas oleva, ventiiliga.
3. Veenduge, et silikoonist membraan ja vars on pumba külge korralikult kinnitatud ja täiuslik tihend on saavutatud.
4. Veenduge, et ComfortFit™ rinnapadi on kindlalt pumba korpuse külge kinnitatud ja täiuslik tihend on saavutatud.

Valu pumpamise ajal

Kui Te tunnete valu pumpamise ajal, proovige järgmist:

1. Võib-olla pumpate Te liiga tugevasti. Võib juhtuda, et Te ei pea maksimaalselt vajutama. Proovige käepidet vajutada pooleldi alla ja pidage meeles soovitatud 2-3 sekundi rütmi.
2. Võimalik, et vajate suuremat või väiksemat rinnapatja, proovige teist rinnapatja, mis sisaldub pakendis. Võtke ühendust oma tervishoiutöötajaga, et leida õiges suuruses rinnapadi.

9.Rinnapiima toitmine NaturalWave™ Peristaltilise lutiga

NaturalWave™ Peristaltiline lutt on spetsiaalselt loodud selleks, et:

- Aitab säilitada kindlaks kujunenud imetamismustreid.
- Võimaldab lapsel hõlpsalt liikuda rinnalt pudelile ja tagasi.
- Stimuleerib lapse "lainetaolisi" keele liigutusi.
- Soodustab loomulikku imemisevõimet, et saaks toimuda suu, näo ja lõua areng.



Kinni haaramine: imiku huuled avanevad väljapoole ja kinnituvad areolale

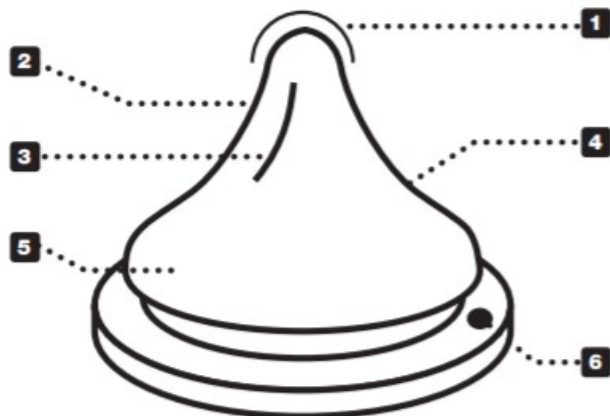


Peristaltiline "lainetaoline" keele liikumine: keel liigub sujuvalt "lainetaoliste" liigutusega, et suruda nibu kokku ja väljutada piima. See stimuleerib loomulikku suu, lõua ja näo arengut



Neelamine: lapse keele tagaosa tõuseb, suunates piima söögitorusse

See on kliiniliselt tõestatud, et NaturalWave™ Peristaltilise luti kasutamisel säilivad kindlaks kujunenud imetamismustrid.



1. luti tipp- imik kontrollib piima voolu
2. Eriti pehme, elastne silikoon- kohaneb imiku suulaega ja stimuleerib loomulikku keele liikumist
3. sisemised vertikaalsed servad- muudavad selle tugevaks ja ei lase kokku vajuda lutil
4. Ainulaadne järkjärguline kallak, mis võimaldab sujuvat peristaltilist keele liikumist
5. Lai ja tekstuuri luti alus- lihtsaks haaramiseks ja tõhusaks imemiseks
6. AVS™-vähendab õhu sissevõtmist, mis on üks võimalik põhjust koolikuteks (anti-colic).

Ühes tükis, probleemivaba disainiga lutt, saadaval aeglase, keskmise ja kiire vooluga.

Rinnaga toitmine on soovitatud 6 esimest kuud imiku elus. Rinnaga imetamist ja rinnapiima peaks lapsele tutvustama enne pudeli ja luti kasutuselevõttu.

Kasutusjuhend: Täitke pudel vajaliku koguse vedelikuga ja keerake kork kinni. Kuumutamine mikrolaineahjus ei ole soovitatav. Kui Te otsustate toitu soojendada mikrolaineahjus, siis ärge sulgege pudelit. Eemaldage lutt, krae ja kork. Loksutage korralikult enne kasutamist ja alati kontrollige temperatuuri enne lapsele pakkumist. Ebaühtlaselt kuumutatud toit võib põletada lapse suud. Ärge kuumutage rinnapiima mikrolaineahjus, sest see muudab piima koostist. Enne esimest kasutamist puhastage toode. Toote hügieeni tagamiseks, pange lutt ja pudel koos kõigi osadega keevasse vette 5 minutiks enne kasutamist. Kui Te kannate kaasas täis pudelit, veenduge, et kork oleks suletud, hoolitsedes selle eest, et lutt oleks korgi keskel, et aktiveerida "pitsimevaba" funktsiooni pudelil.

Puhastamine: Enne esmast kasutamist asetage toote osad keevasse vette 5 minutiks, laske jahtuda ja loputage hoolikalt kõik pudeli osad. Selle eesmärk on tagada hügieen. Hiljem võite pesta pudelit nõudepesumasina ülemisel korrusel ja steriliseerida saab nii mikrolaineahjus kui spetsiaalses steriliseerimise masinas. Alati peske kõik osad koheselt peale kasutamist. Peske osad sooja seebiveega ja loputage korralikult. Puhastage enne igat kasutuskorda.

Koostamine: Kui osad on täielikult kuivanud, sisestage söömise lutt läbi korgi krae ülemise osa. Kinnitage keeratava korgi krae kindlalt pudelikaelale.



Ettevaatusabinõud: Kui Te ei kasuta toodet, hoidke seda kuivas ja kaetud kohas. Alati kasutage seda toodet täiskasvanu järelevalve all. Ärge puhastage, hoidistage ega lubage kontakti saada lahustitega või karmide kemikaalidega. Selle tagajärjeks võib olla toote kahjustumine. Ärge jätke toodet otsese päikesevalguse või kuumuse kätte- Ärge jätke toodet steriliseerivasse lahusesse rohkem kui soovitatud. Ärge

soojendage vedelikku, asetades pudelit otse gaasi või elektriplaadile, soojendusplaadile, ahju jne.

HOIATUS oma lapse ohutuse ja tervise tagamiseks! Alati kasutage toodet täiskasvanu järelevalve all. Ärge kunagi kasutage toitmislutti tavalise lutina. Pidev ja pikaajaline vedeliku imemine võib põhjustada hammaste lagunemist. Alati kontrollige toidu temperatuuri enne toitmist. Hoidke toote osasid, mida ei kasuta, lastele kättesaamatus kohas. Ärge jätke last üksi joogivarustusega, et vältida lämbumisohtu kui imik kukub või toode on koost lahti võetud.

HOIATUS! Väikestel lastel võivad hambad laguneda ka siis kui kasutatakse magusaid vedelikke. See võib ilmneda siis, kui lapsel on lubatud kasutada pudelit/tassi pikemal perioodil päeval ja eriti öösel, kui süljevool on vähenenud või kui seda pudelit kasutatakse lutina. Ärge jätke luttu otsese päikesevalguse või kuumuse kätte, ärge jätke ka steriliseerivatesse lahustesse soovitatavast kauemaks, kuna see võib luttu nõrgestada. Kontrollige luti kvaliteeti enne igat kasutuskorda. Kui märkate luti kahjustumist või nõrgenemist, visake lutt minema. Ohutuse ja hügieeni huvides soovime vahetada luttu iga 7 nädala järel. Toote kontrollimiseks tõmmake toitmislutti igas suunas.

TÄHELEPANU! Mõned mahlad on steriilsed ja lahused võivad muuta silikooni läbipaistmatuks. See muuda ühtegi omadust. Ärge kuumutage rinnapiima mikrolaineahjus, see muudab piima koostist. Mikrolaineahjus kuumutamine võib tekitada liialt kõrget temperatuuri. Mikrolaineahjus kuumutamisel olge eriti ettevaatlik. Alati segage kuumutatud toitu, et olla kindel toidu ühtlases soojusjaotuvuses ja alati testige enne serveerimist temperatuuri.

HOIATUS: Pakkematerjalid ei ole osa tootest. Lapse turvalisuse tagamiseks eemaldage ja

visake ära kõik pakkematerjalid enne kasutamist ja säilitage kasutusjuhendit edaspidiseks kasutamiseks.

Manufacturer: Lansinoh Laboratories

Turustaja.: Relaxmom OÜ :

Liivalaia 28-60 Tallinn Estonia

www.relaxmom.ee

Info: Tel. +372 555 23 260