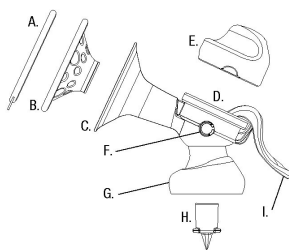


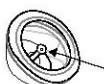
## РЪЧНА ПОМПА ЗА КЪРМА: РЪКОВОДСТВО С ИНСТРУКЦИИ



### Представяне на частите на помпата за кърма Comfort™

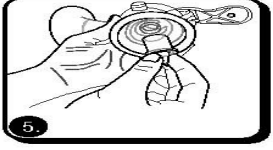
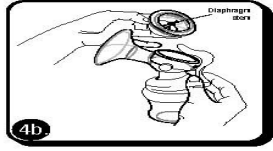
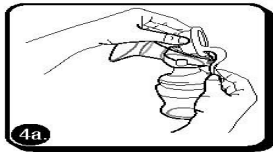
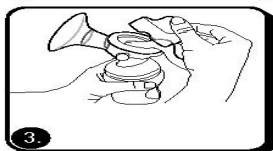
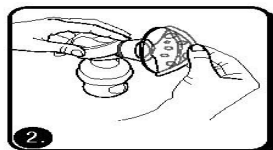
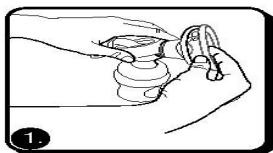
- A. Предпазен капак
- B. Силиконова вложка
- C. Comfort™ фуния
- D. Вакуумна мембрана
- E. Кожух на помпа
- F. Регулируем вакуумен клапан
- G. Корпус на помпа
- H. Клапан за поток

I. Лост на помпа



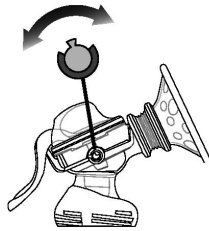
ствол на диафрагма

### Инструкции за разглобяване



1. Започнете като свалите предпазния капак от фунията на Comfort™.
2. Отстранете силиконовата вложка™ от фунията Comfort™, като дръпнете страната на вложката над ръба на фунията.
3. Повдигнете кожуха на помпата, като го дръпнете и наклоните.
4. а+в. Отстранете вакуумната мембрана от помпата за кърма, като дръпнете нагоре и плъзнете ствола на диафрагмата през нареза в ръчката на помпата.
5. Отстранете клапана за поток, като дръпнете клапана надолу и извън цилиндъра.

Преди да започнете се препоръчва да поставите чиста кърпа върху равна работна повърхност. Целта е да поставите разглобените части върху кърпата, за да не ги загубите.



Персонализирайте помпата за кърма Comfort™ чрез регулируемия вакуумен клапан. Помпата за кърма Nuby™ Comfort™ предоставя повече гъвкавост и удобство, когато става въпрос за кърмене. Можете да повишите или понижите налягането на всмукване, като просто завъртите регулируемия вакуумен клапан! Забележка: Тъй като регулируемият вакуумен клапан може да бъде свален, той не трябва да се почиства, но помпата няма да работи, ако той бъде загубен. Регулирайте налягането на всмукване в съответствие с индивидуалния комфорт.

## **Помпа за кърма Comfort™**

### **ПОЧИСТВАНЕ И СТЕРИЛИЗАЦИЯ НА ПОМПАТА ЗА КЪРМА Nuby™ Comfort™**

Започнете чрез разглобяването на всички части, след това ги измийте в съдомиялна машина като ги поставите в най-горното отделение (поставете малките части в кошницата на съдомиялната, за да не ги загубите). Или измийте със сапунена вода и изплакнете с чиста вода. Стерилизирайте помпата за кърма Comfort™ в парен стерилизатор за микровълнова фурна Nuby™ или изварете във вода в продължение на 5 минути.

### **СГЛОБЯВАНЕ НА ПОМПАТА ПРЕДИ УПОТРЕБА**

1. Измийте добре ръцете си. Поставете клапана за поток върху цилиндъра намиращ се в (гърловидната) част на помпата. Уверете се, че той е закрепен добре и е върху цилиндъра.
2. Навийте 5oz./150 ml силиконовото шише Nurser™ в основата на помпата за кърма Nuby™.
3. Поставете вакуумната мембрана в горната част на помпата и плъзнете ствола на диафрагмата в нареза в предната част на лоста на помпата. Натиснете надолу и прекарайте пръста си около външния ръб, за да фиксирате уплътнението.
4. Поставете кожуха на помпата върху вакуумната мембрана и натиснете надолу.
5. Монтирайте силиконовата вложка във фунията Comfort™ и дръпнете ръбовете над ръба на фунията.

Сега помпата за кърма Nuby™ Comfort™ е готова за употреба или ако ще пътувате, просто поставете капака върху фунията на помпата и тя ще се запази чиста и стерилно докато бъдете готови да я използвате.

### **КОГА ДА ИЗПОЛЗВАТЕ ПОМПАТА ЗА КЪРМА Nuby™.**

1. Две до четири седмици след раждането трябва да имате достатъчно кърма и графикът ви за хранене трябва да бъде установен. Това е най-подходящото време за запознаване с работата на вашата нова помпа.
2. Можете да започнете по-рано или са приложими изключения, ако:
  - a. Трябва да осигурите кърма на бебето докато сте в болницата.
  - b. Гърдите ви са пълни (болезнени и отекли), като изцеждането на малко кърма преди или между храненията на бебето може да облекчи дискомфорта и да помогне на детето да се храни.
  - c. Разделени сте с бебето, но желаете да продължите да го кърмите, когато бъдете заедно. Регулярното изцеждане на кърма ще стимулира нейното производство.
3. Намерете удобно за вас време, през което да изцедите кърма, например:
  - a. рано сутринта, когато гърдите ви са пълни или малко преди или след първото хранене на бебето, или
  - b. след хранене, ако бебето не е изпило кърмата и от двете гърди, или
  - c. между храненията, или по време на почивка, ако сте се върнали на работа.

### **ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ**

1. Ще ви бъде необходима практика, докато започнете да използвате помпата за кърма Nuby™ с пълния ѝ потенциал – може да са необходими няколко опита, преди да успеете.
2. Нека бебето или негова снимка бъде с вас, за да се окуражи „освобождаването“.
3. Поставете затоплена торбичка с гел Nuby™ Breast Aid™ или топла кърпа на гърдите в продължение на няколко минути, преди да започнете да се цедите. Това може да подпомогне потока на кърмата и да облекчи болките в гърдите.
4. Упражнявайте се. Открийте техника, която е най-подходяща за вас. Не се обезкуражавайте, ако веднага не потече кърма. Починете си и продължете. Започнете само с няколко минути работа с всяка гърда. Ако процесът стане болезнен СПРЕТЕ и потърсете съвет от специалист по кърмене.

### **КАК ДА ИЗПОЛЗВАТЕ ПОМПАТА ЗА КЪРМА Nuby™.**

1. Измийте добре ръцете си.
2. Уверете се, че сте стерилизирали и внимателно сглобили помпата, както е указано
3. Прегледайте отново раздела ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ.

4. Седнете удобно на стол или диван. Поставете в близост до вас чаша вода или друга напитка. Наклонете се леко напред, за да поставите помпата на гърдата си.
5. Притиснете фунията и силиконовата вложка на помпата плътно към гърдата си, като се уверите, че не може да излезе въздух, за да осигурите засмукване.
6. Натиснете надолу лоста на помпата и ще започнете да усещате засмукване. За създаването на вакуум не е необходимо изпълнението на пълен ход на лоста – само докато се чувствате комфортно (регулируемият вакуумен клапан ще ви позволи да повишите или понижите засмукването. Можете да персонализирате заданието в съответствие с вашето удобство).
7. След няколко напомявания, кърмата ще започне да тече. Задръжте вакуума в продължение на 2-3 секунди и **ВИНАГИ ПОЗВОЛЯВАЙТЕ НА ЛОСТА НА ПОМПАТА ДА СЕ ВЪРНЕ В ИЗХОДНА ПОЗИЦИЯ СЛЕД ВСЕКИ ХОД.** Това няма да позволи натрупване на кърма в тялото на помпата. **НАЙ-ВАЖЕН Е ВАШИЯТ КОМФОРТ, А НЕ МАКСИМАЛНОТО ЗАСМУКВАНЕ. ВАШАТА ПОМПА ЗА КЪРМА Nûby™ ЩЕ ГЕНЕРИРА ДОСТАТЪЧНО ЗАСМУКВАНЕ, БЕЗ ИЗВЪРШВАНЕТО НА ПЪЛЕН ХОД. ОСВЕН АКО НЕ ПОЧУВСТВАТЕ НЕОБХОДИМОСТ ОТ ДОПЪЛНИТЕЛНА СТИМУЛАЦИЯ, НЕ Е НЕОБХОДИМО ДА ПРОДЪЛЖАВАТЕ ДА ПОМПАТА. ВСМУКВАНЕТО, А НЕ ПОМПЕНЕТО ЩЕ ИЗЦЕДИ КЪРМАТА. 2 ДО 3 СЕКУНДНИЯ ЦИКЪЛ, ОПИСАН ПО-ГОРЕ ИМИТИРА ЕСТЕСТВЕНИЯ РИТЪМ НА ЗАСМУКВАНЕ/ОСВОБОЖДАВАНЕ НА ВАШЕТО БЕБЕ.**
8. Въпреки, че някои жени могат да предпочитат използването на помпата без силиконовата вложка, изследванията са показали, че масажираният ефект на силиконовата вложка на Nûby™ стимулира ареолата и процесът на „потичане“ започва по-бързо.
9. За изцеждането на около 60/120ml. или 2 до 4 ozs. кърма ще бъдат необходими средно 10 минути, но това време е само ориентировъчно и може да бъде различно при различните жени.

#### СЪХРАНЕНИЕ И ИЗПОЛЗВАНЕ НА ИЗЦЕДЕНАТА КЪРМА.

1. Без поставяне в хладилника, кърмата не се разваля в продължение на до 6 – 8 часа. След това, тя трябва да се използва. Не я съхранявайте повече.
2. В хладилник, кърмата може да бъде съхранявана в продължение на до 3 дни (+/- 4°C, не на вратата на хладилника).  
Във фризер, при температура от -18°C, кърмата може да се съхранява до 3-4 месеца. В отделен фризер, при температура от -18°C, кърмата може да бъде съхранена до 6 месеца. Когато транспортирате охладената или замразена кърма, процесът на охлаждане не трябва да бъде прекъсван.
3. Незабавно поставете в хладилника или фризера кърмата, която трябва да бъде съхранена.
4. Кърмата може да се съхранява в затворени шишенца Nûby™ Nûbys, като се използват капачки за съхранение на Nûby™. Запишете ясно датата на годност на всяко шишенце.
5. Не пълнете шишенцата изцяло. Ако те ще бъдат замразявани, оставете пространство, в което кърмата да се разшири по време на процеса на замразяване.
6. Кърмата може да се затопля по същия начин, като другите храни в бутилка. (но никога в микровълнова фурна, тъй като вълните могат да разрушат ценни хранителни елементи и антитела).
7. Замразената кърма може да се размрази в хладилник в продължение на една нощ или да бъде загрявана постепенно в топла вода.
8. НИКОГА НЕ потапяйте замразена бутилка във вряща вода, тъй като това може да доведе до спукване на бутилката или счупване.
9. След размразяване, използвайте в рамките на 24 часа.
10. НИКОГА НЕ трябва да замразявате повторно кърмата.
11. Останалата затоплена кърма трябва да бъде изхвърлена.
12. НЕ добавяйте прясна кърма към вече замразена или поставена в хладилника кърма за съхранение.
13. Когато сте изцедили кърма в рамките на 24 часа, тогава кърмата, ако е охладена, може да бъде смесена с друга охладена кърма.
14. По време на съхранение на кърмата е възможно да се получи воднист пласт с мазен филм най-отгоре. Чрез внимателно разбъркване, кърмата трябва да възстанови гъстотата си. Също така, докато я замразявате е възможно кърмата леко да промени своя цвят. Всичко това, обаче не влияе върху качествата на кърмата.
15. Ако кърмата се съхранява в бутилка за хранене на детето, се уверете, че използвате прясно стерилизиран биберон.

Забележка: Начините за съхранение и използване на кърма, които се споменават в тази брошура са само насоки и не трябва да бъдат възприемани като строго определени правила. Консултирайте се с вашия лекар или специалист по кърмене за допълнителна информация за правилните методи на съхранение и употреба.