

Guia dos pais para utilizar uma bomba de extração de leite elétrica e limpar os kits de recolha de leite



Extração do leite materno

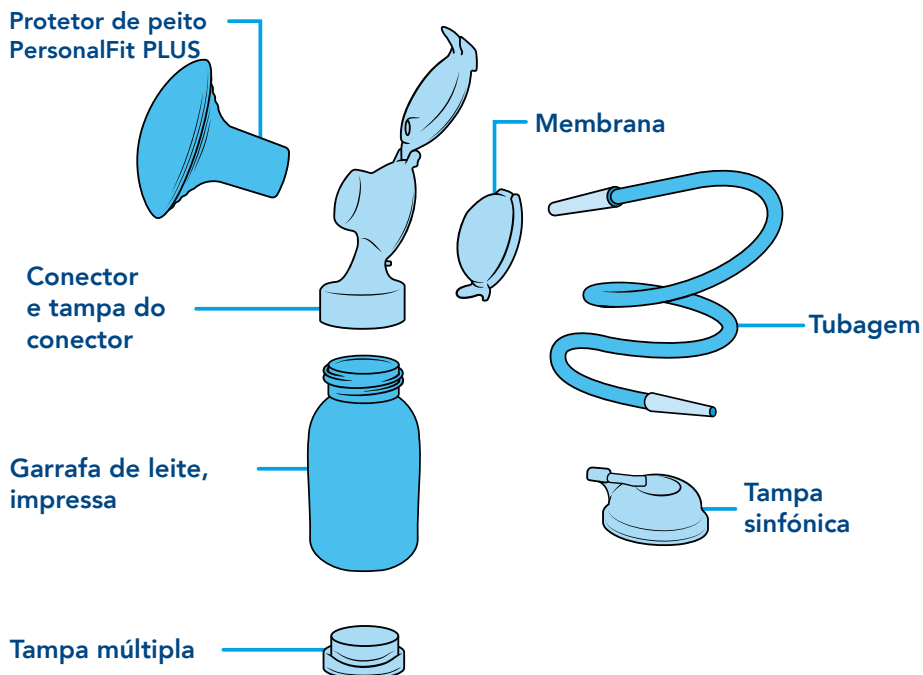
O objetivo é começar a extrair o mais cedo, frequente e eficazmente possível para estimular e manter um bom fornecimento de leite.

- Quanto mais cedo começar a extrair e quanto mais frequentemente o fizer, mais leite produzirá para o seu bebé. Tente extrair o leite o mais cedo possível após o parto, idealmente dentro de 2 horas.
- O folheto “Off to a Good Start” explica-lhe como extrair o seu leite à mão. Os funcionários também a podem ensinar. Utilize os códigos QR para aceder a um vídeo útil.
- A extração manual é mais fácil para a introdução do colostro nos primeiros dias. Combinando isto com a bomba tira leite desde o início, irá melhorar o seu fornecimento de leite.
- A massagem aos seios antes da extração pode ajudar a aumentar os níveis hormonais que produzem e entregam o leite.
- A relação pele a pele e a proximidade com o seu bebé ajudam-na a relaxar e podem auxiliar na produção de leite.
- A expressão pode ser um desafio, por isso o objetivo é expressar 8-10 vezes em 24 horas, incluindo uma vez durante a noite.
- A bombagem dupla aumentará o seu fornecimento de leite e poupará tempo.
- É importante que o funil para o peito se adapte bem para a extração ser confortável e possa também ajudar a aumentar a quantidade de leite.
- Consulte os funcionários que poderão avaliar o ajuste do funil e o fornecimento de leite.



Higiene - Geral e Equipamento

Limpar as superfícies da cozinha e lavar bem as mãos antes de tocar em qualquer equipamento e utilizar papel de cozinha para secar as superfícies e as mãos.



- A tubagem e a tampa Symphony não precisam de ser lavadas, basta limpar com toalhetes com detergente antes de utilizar.
- Limpar as outras partes imediatamente após a utilização para evitar que os resíduos de leite sequem e para evitar o desenvolvimento de bactérias.
- Separar todas as peças do kit de bomba que devem ser lavadas antes da limpeza.
- Enxaguar o protetor do peito e o conector em água limpa antes de o lavar cuidadosamente com água morna e sabão.

Utilize espuma com um bastão para limpar o leite e depois enxaguar as peças em água limpa. Recomendamos o uso de detergente para lavar loiça.

- Secar as peças do kit de bomba com papel cozinha novo.
- Guardar as partes (ainda separadas) num recipiente limpo com tampa e forrado com uma toalha de papel limpa.
- Limpe a bomba propriamente dita com toalhetes de detergente ou toalhas de papel e detergente doméstico antes e depois de cada utilização.
- São fornecidos biberões esterilizados para os bebés na Unidade Neonatal e deve extrair o leite diretamente para um ou mais biberões esterilizados novos de cada vez.
- Para os bebés em casa, os biberões podem ser reutilizados após uma lavagem cuidadosa seguindo as instruções acima.
- Todo o leite deve ser rotulado com a data, a hora em que foi extraído, o nome do bebé e o número do hospital e depois guardado no frigorífico.
- Não encher demasiado as garrafas, pois o leite expande-se quando congelado, o que pode levar ao desperdício.

Armazenamento do leite materno

O seu frigorífico deve ser mantido muito limpo e é aconselhável manter um termómetro de frigorífico para verificar a temperatura.

- Após ter extraído, este deve ser imediatamente colocado no frigorífico.
- Em casa, conserve o seu leite na parte de trás do frigorífico entre 2 e 4 °C. Transporte o leite num saco frio para a unidade neonatal no prazo de 24 horas após a extração.
- Se houver um atraso na visita ao bebé, o leite deve ser congelado e levado rapidamente para o hospital num saco fresco com blocos de congelação ou embalado em gelo.
- Na unidade neonatal, o leite materno extraído deve ser armazenado no frigorífico designado entre 2-4 °C e utilizado no prazo de 48 horas. Se não for utilizado, deve ser congelado num congelador a -20°C ou mais frio.
- Para bebés saudáveis em casa, o leite fresco pode ser armazenado no frigorífico para cima, durante 5 dias.
- O leite pode ser armazenado durante um máximo de 6 meses num congelador a -20 °C, mas de preferência durante menos de 3 meses, uma vez que a qualidade dos anticorpos e da gordura será melhor.

Descongelar o leite materno

A descongelação do leite para utilização nas unidades neonatais é efetuada de forma ligeiramente diferente. A equipa lhe mostrará como fazer isso.

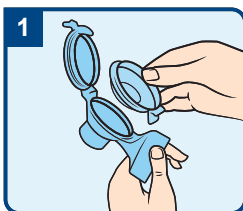
Quando o seu bebé estiver bem e em casa, o leite pode ser deixado a descongelar durante 24 horas no frigorífico. O leite pode ser descongelado em água morna, sem deixar entrar água no biberão.

Uma vez descongelado, o leite deve ser utilizado no prazo de 24 horas se for guardado no frigorífico. Após o aquecer para dar ao seu bebé, deve utilizá-lo imediatamente e deitar fora o leite que o bebé não tomar. Não volte a congelar.

Montando a bomba

Montagem conjunto da bombapump set

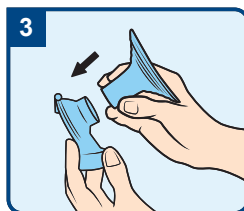
Importante: assegurar que os componentes do kit de recolha PersonalFit plus estão completamente secos antes da montagem.



Colocar cuidadosamente a membrana no conector com a aba abertura do conector. Certifique-se de que a membrana forma uma vedação à volta do bordo do conector.



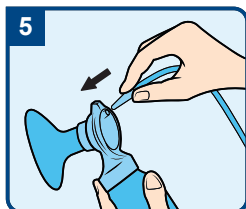
Fechar a tampa do conector até ouvir um estalido.



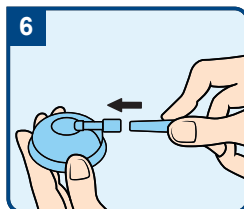
Empurrar cuidadosamente o protetor do peito para o conector.



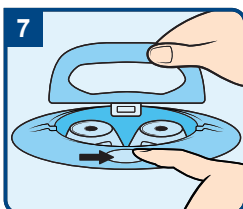
Enroscar o conector na garrafa.



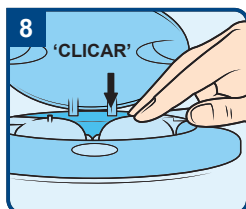
Inserir o adaptador de tubos na abertura correspondente tampa do conector.



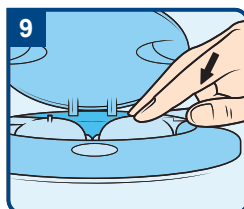
Inserir o adaptador de tubagem na abertura da tampa Symphony.



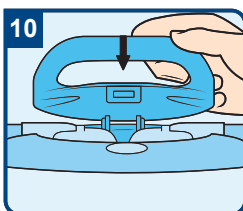
Abrir a tampa da bomba para extrair leite: aperte o botão oval na parte superior da bomba Symphony e levante a pega.



Coloque a tampa da bomba Symphony firmemente na membrana da bomba para extrair leite para formar uma vedação.



Centre o conector da tubagem no encaixe do corpo da bomba.



Fechar a tampa.

→ Certifique-se de que a tampa Symphony está encaixada e nivelada com superfície.



DIGITALIZE
-ME!



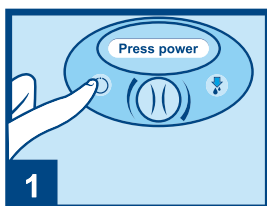
Symphony® Controlos que iniciam o programa

Ao ligar pela primeira vez, utilize a definição Iniciar programa. Este é um programa pré-definido que decorre durante 15 minutos, com um sinal sonoro no final para indicar que está concluído.

Este programa foi concebido para estimular o seu fornecimento de leite para as semanas e meses seguintes. No início, poderá produzir somente pequenas quantidades de leite, mas isso é completamente normal. Ao longo do Na primeira semana, a sua quantidade aumentará e quando atingir 20 ml no total entre ambos os seios, pode mudar para o Programa Manter.

Para mais instruções, ver abaixo.

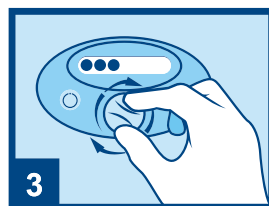
Estes símbolos no ecrã indicam que o programa está a ser executado:



1
Aperte o botão
Ligar



2
Aperte o botão
"Liberar"
para utilizar
o programa
INICIAR



3
Definir vácuo



NOTA: O programa
para automaticamente



Atualizar o programa

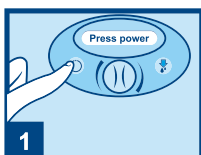
O programa de manutenção deve ser utilizado para o resto da expressão.

Após 2 minutos, a bomba passa automaticamente da fase de estimulação para a fase de bombagem. Se o leite começar a fluir antes 2 minutos, pode utilizar o botão "Let-down" para passar à fase de bombagem.

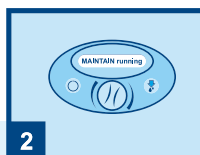
Pode então continuar a bombear até que o fluxo de leite comece a diminuir, mas isso não deve demorar mais de 15 minutos.

Para mais instruções, ver abaixo.

Estes símbolos no ecrã indicam que o programa está a ser executado:



Aperteo botão Ligar

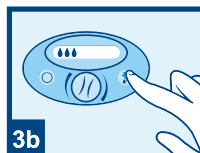


Após 10 segundos, a indicação **CONTINUE** início do programa

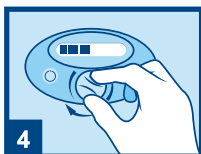


Definir o vácuo.
Após 2 minutos, o sistema passa automaticamente para a fase de bombagem (4)

— no —



Se o leite começar a sair antes de decorridos dois minutos, prima o botão "Liberar" para passar diretamente para o modo de bombagem. (4).



Re-set vacuum



NOTA: O programa não **não** terminar automaticamente

! IMPORTANTE! REGULAR CORRECTAMENTE O VÁCUO E VERIFICAR/AJUSTAR SE NECESSÁRIO

Utilizar sempre o nível de vácuo mais confortável. Isto ajuda a produzir um ótimo fluxo de leite e torna a bombagem mais eficaz.



Banco de Leite da Escócia

O leite materno é particularmente importante para os bebés prematuros e doentes, mas por vezes as mães não conseguem fornecer o seu próprio leite materno, especialmente nos primeiros dias. Também pode ajudar a apoiar as mães nos primeiros dias se o seu fornecimento for um pouco mais lento.

Se estiver interessado em saber mais sobre como se tornar uma doadora, o Milk Bank Scotland ficará feliz em falar sobre processo de seleção e responder a quaisquer perguntas que possa ter.

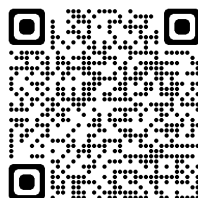
Para mais informações:

@ Donor.MilkBank@ggc.scot.nhs.uk

🐦 @milkbankscot

📘 @milkbankscotland

📷 @scotmilkbank



Outros contactos úteis

Amigos da amamentação da NCT

Os nossos voluntários prestam apoio gratuito à amamentação às famílias do NHS GGC, tanto online como pessoalmente.

Envie uma mensagem de texto **FEED** com o seu nome e código postal para 📱 **66777** para obter uma ligação de registo.

Linha Nacional de Apoio ao Aleitamento Materno

☎ **0300 100 0212** aberto das 9:30am às 21:30 diariamente.

Clube de pais da Escócia 🌐 www.parentclub.scot

Oferece orientações atualizadas sobre a sua saúde e o bem-estar do seu filho. Oferece dicas e sugestões de outros pais e encarregados de educação que já passaram por isso.

Notas

[illegible]

Notas

[illegible]

