Romanian

NHS
Greater Glasgow and Clyde

Ghidul Părinților pentru Utilizarea unei Pompe de Sân Electrice și Curățarea Seturilor de Colectare a Laptelui





Extragerea Laptelui Matern

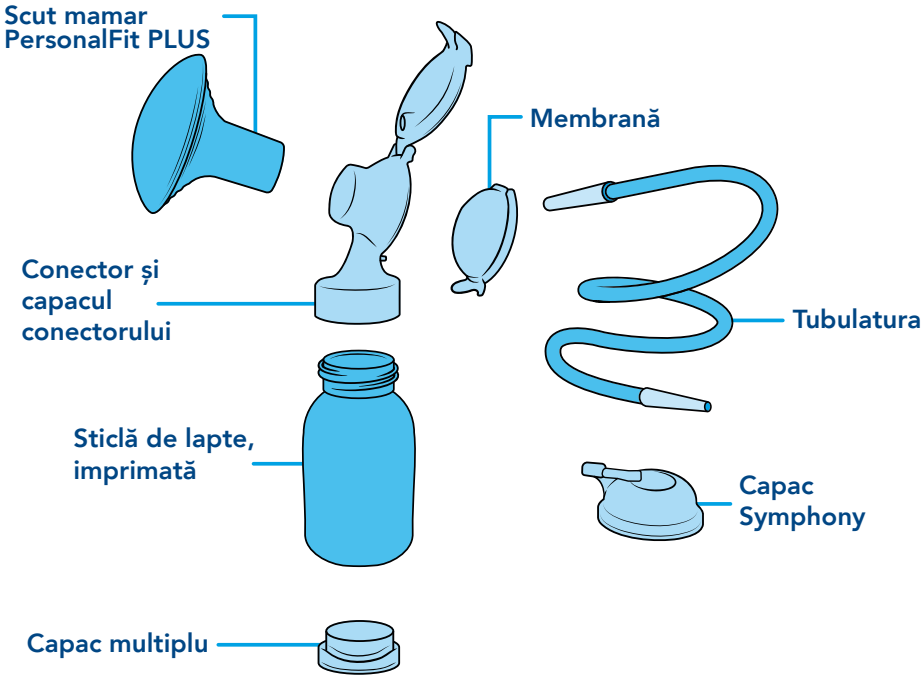
Scopul este de a începe extragerea laptelui cât mai devreme, cât mai frecvent și cât mai eficient posibil pentru a stimula și a menține o cantitate bună de lapte.

- Cu cât începeți să extrageți mai devreme și cu cât extrageți mai des, cu atât veți produce mai mult lapte pentru bebelușul dumneavoastră. Încercați să extrageți cât mai curând posibil după naștere, în mod ideal în termen de 2 ore.
- Broșura dvs. „Un Început Bun" explică cum să vă extrageți laptele manual. Personalul vă poate, de asemenea, învăța. Utilizați codurile QR pentru a vă conecta la un videoclip util.
- Extragerea manuală este mai ușoară pentru obținerea colostrului în primele zile. Combinarea acestui lucru cu pompa de sân de la început vă va îmbunătăți cantitatea de lapte.
- Masajul sânilor înainte de extracție poate ajuta la creșterea nivelului de hormoni care produc și distribuie lapte.
- Contactul piele pe piele și apropierea de bebelușul dumneavoastră vă vor ajuta să vă relaxați și poate contribui la producția de lapte.
- Extragerea laptelui poate fi o provocare, așadar încercați să extrageți de 8-10 ori în decurs de 24 de ore, inclusiv o dată pe parcursul nopții.
- Pomparea dublă vă va crește cantitatea de lapte și va economisi timp.
- Este important ca pâlnia pentru sân să se potrivească bine, astfel încât extragerea să fie confortabilă și să contribuie la menținerea unei bune producții de lapte.
- Consultați personalul care vă poate evalua potrivirea pâlniei și cantitatea de lapte.



Igiena - General și Echipament

Curățați suprafețele bucătăriei și spălați-vă bine pe mâini înainte de a atinge orice echipament și folosiți prosop de bucătărie pentru a usca suprafețele și mâinile.



- Tubulatura, precum și capacul Symphony nu trebuie spălate, pur și simplu ștergeți cu șervețele umede cu detergent înainte de utilizare.
- Curățați celelalte părți imediat după utilizare pentru a evita uscarea reziduurilor de lapte și pentru a preveni dezvoltarea bacteriilor.
- Separați toate piesele setului de pompe care trebuie spălate înainte de curățare.
- Clătiți scutul mamar și conectorul în apă curată înainte de spălarea completă cu apă caldă și săpun. Folosiți o perie cu burete pentru biberoane pentru a curăța laptele și apoi

clătiți piesele în apă curată. Vă recomandăm detergent pentru vase.

- Uscați piesele setului de pompă cu un prosop de bucătărie proaspăt.
- Păstrați piesele (încă separate) într-un recipient curat cu capac și căptușit cu un prosop de bucătărie curat.
- Ștergeți pompa propriu-zisă cu șervețele umede cu detergent sau cu un prosop de bucătărie și detergent de uz casnic, înainte și după fiecare utilizare.
- Biberoane sterile sunt furnizate pentru bebeluși în Secția de Neonatologie, iar dumneavoastră ar trebui să extrageți direct în biberoane sterile noi de fiecare dată.
- Pentru bebelușii aflați acasă, biberoanele pot fi reutilizate după ce au fost spălate temeinic, urmând instrucțiunile de mai sus.
- Tot laptele trebuie etichetat cu data, ora extragerii, numele bebelușului și numărul spitalului, apoi se păstrează în frigider.
- Nu umpleți prea mult sticlele, deoarece laptele se dilată atunci când este congelat și acest lucru poate duce la risipă

Păstrarea Laptelui Matern

Frigiderul dumneavoastră trebuie să fie menținut foarte curat și este recomandat să păstrați în interior un termometru de frigider pentru a verifica temperatura.

- După ce a fost extras, laptele trebuie pus imediat în frigider.
- Acasă, păstrați laptele în partea din spate a frigiderului, la o temperatură cuprinsă între 2–4°C. Transportați laptele într-un recipient izoterm către Secția de Neonatologie în decurs de 24 de ore de la exprimare.
- Dacă există o întârziere în vizitarea bebelușului, laptele trebuie congelat și transportat rapid la spital într-o geantă frigorifică cu blocuri de gheață sau ambalat în gheață.
- În cadrul secției de neonatologie, laptele matern extras trebuie păstrat în frigiderul desemnat, la o temperatură între 2–4°C și utilizat în termen de 48 de ore. Dacă nu este utilizat, acesta trebuie congelat la -20°C sau mai rece.
- Pentru bebeluși sănătoși acasă, laptele proaspăt poate fi păstrat în frigider timp de până la 5 zile.
- Laptele poate fi păstrat pentru un maximum de 6 luni într-un congelator la -20°C, dar este recomandat să nu depășească 3 luni, deoarece calitatea anticorpilor și a grăsimii va fi mai bună.

Decongelarea Laptelui Matern

Decongelarea laptelui matern pentru utilizarea în secția de neonatologie se face ușor diferit. Personalul vă vor arăta cum.

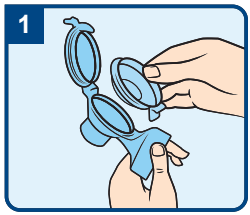
Când bebelușul este sănătos și acasă, laptele dumneavoastră poate fi lăsat să se decongeleze timp de 24 de ore în frigider. Laptele poate fi decongelat în apă caldă, asigurându-vă că nu intră apă în biberon.

Odată decongelat, laptele trebuie utilizat în termen de 24 de ore dacă este păstrat în frigider. Odată ce l-ați încălzit pentru a-l da bebelușului, trebuie să-l folosiți imediat și să aruncați orice lapte pe care bebelușul nu îl consumă. Nu recongelați.

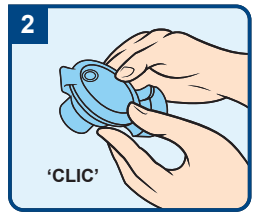
Asamblarea Pompei

Asamblarea setului de pompă

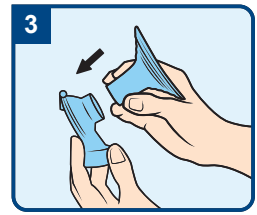
Important: asigurați-vă că componentele trusei de colectare PersonalFit Plus sunt complet uscate înainte de asamblare.



Plasați cu grijă membrana în conector, având clapeta orientată către deschiderea conectorului. Asigurați-vă că membrana formează o etanșare în jurul marginii conectorului.



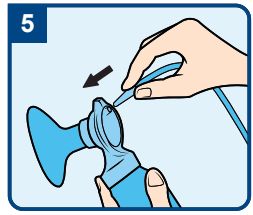
Închideți capacul conectorului până când se aude un clic.



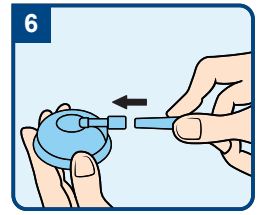
Împingeți cu atenție scutul mamar pe conector.



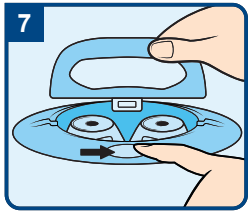
Înșurubați conectorul pe biberon.



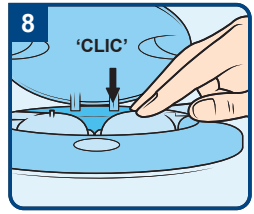
Introduceți adaptorul pentru tubulatură în orificiul corespunzător din capacul conectorului.



Introduceți adaptorul pentru tubulatură în orificiul din capacul Symphony.

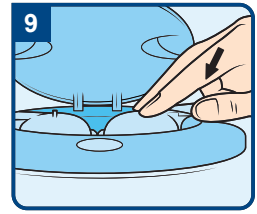


Deschideți capacul pompei de sân: Apăsați butonul oval de pe partea superioară a Pompei Symphony și ridicați mânerul.

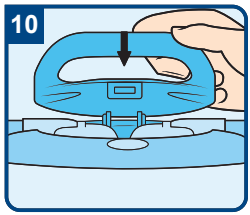


Poziționați ferm capacul pompei Symphony pe membrana pompei de sân pentru a forma o etanșare.

→ Asigurați-vă că capacul Symphony se fixează corect și este perfect aliniat cu suprafața.



Centrați conectorul tubului în locașul din carcasa pompei.



Închideți capacul.

ASAMBLARE

SCANEAZĂ-MĂ

Comenzile Symphony® – Programul de Inițiere

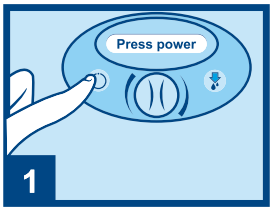
La prima extragere, utilizați setarea Programului de Inițiere. Acesta este un program prestabilit care rulează timp de 15 minute, cu un bip sonor la sfârșit pentru a vă anunța că este finalizat.

Acest program este conceput pentru a vă stimula producția de lapte pentru săptămânile și lunile următoare. Pentru început, este posibil să produceți doar cantități mici de lapte, dar acest lucru este complet normal. Pe parcursul primei săptămâni, cantitatea de lapte va crește și, odată ce ajungeți la 20 ml în total între ambii sâni, puteți trece la Programul de Menținere.

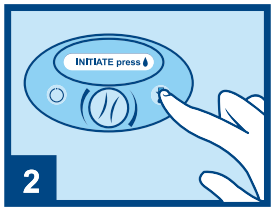
A se vedea mai jos pentru instrucțiuni suplimentare.

Vă puteți da seama că acest program este activat după următoarele simboluri afișate pe ecran:

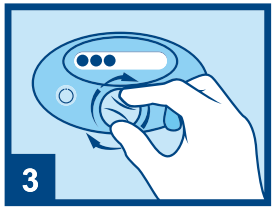




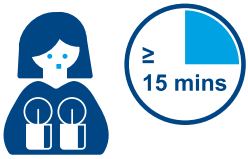
Apăsați butonul de pornire



Apăsați butonul „Let-down” pentru a utiliza programul de INIȚIERE



Setați vidul



OBSERVAȚIE: Programul se încheie automat

PROGRAM DE INIȚIERE

SCANEAZĂ-MĂ

Program de Menținere

Programul de menținere ar trebui să fie utilizat pentru restul călătoriei dumneavoastră de extragere.

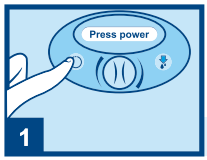
După 2 minute, pompa va trece automat de la faza de stimulare la faza de pompare. Dacă laptele începe să curgă înainte de cele 2 minute, puteți utiliza butonul „Let-down” pentru a trece în faza de pompare.

Apoi, puteți rămâne la pompă până când fluxul de lapte începe să încetinească, dar acest lucru nu ar trebui să dureze mai mult de 15 minute.

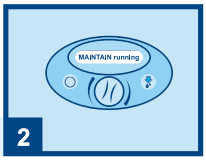
A se vedea mai jos pentru instrucțiuni suplimentare.

Vă puteți da seama că acest program este activat după următoarele simboluri afișate pe ecran:





Apăsați butonul de pornire

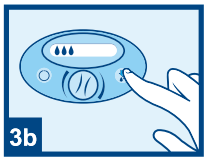


După 10 secunde, programul **MAINTAIN** începe

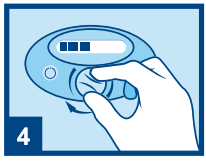


Setați un vid. După 2 minute, sistemul trece automat la faza de pompare (4)

— sau —



Dacă laptele începe să curgă înainte de a trece cele două minute, apăsați butonul „Let-down” pentru a trece direct în modul de pompare. (4).



Resetați vidul





OBSERVAȚIE: Programul **nu** se încheie automat

ATENȚIE! SETAȚI CORECT VIDUL ȘI VERIFICAȚI/AJUSTAȚI DACĂ ESTE NECESAR

Întotdeauna utilizați nivelul minim de vid confortabil. Acest lucru ajută la producerea unui flux optim de lapte și face pomparea mai eficientă.

SCANEAZĂ-MĂ
PROGRAM DE MENȚINERE

Banca de Lapte din Scoția

Laptele matern este deosebit de important pentru bebelușii prematuri și bolnavi, dar uneori mamele nu sunt în măsură să își ofere propriul lapte matern, în special în primele zile. De asemenea, poate ajuta la sprijinirea mamelor în primele câteva zile, dacă producția lor de lapte întârzie puțin să apară.

Dacă sunteți interesat să aflați mai multe despre cum să deveniți donator, Banca de Lapte din Scoția va fi bucuroasă să vă vorbească despre procesul de selecție și să vă răspundă la orice întrebare pe care o puteți avea.

Pentru mai multe informații:

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

@milkbankscot

@milkbankscotland

@scotmilkbank

Alte contacte utile

NCT Breastfeeding Buddies (Prietenii alăptării)

Voluntarii noștri oferă suport gratuit pentru alăptare familiilor din NHS GGC, atât online, cât și în persoană.

Trimiteți mesajul **FEED** cu numele și codul poștal la **66777** pentru a primi un link de înregistrare.

Linia Națională de Asistență pentru Alăptare

☎ **0300 100 0212** deschis de la 9:30 la 21:30 în fiecare zi.

Clubul părinților Scoția **www.parentclub.scot**

Oferă ghiduri actualizate privind sănătatea și bunăstarea dumneavoastră și a copilului dumneavoastră. Oferă sfaturi și sugestii de la alți părinți și îngrijitori care au trecut prin aceleași experiențe.

Observații

Observații