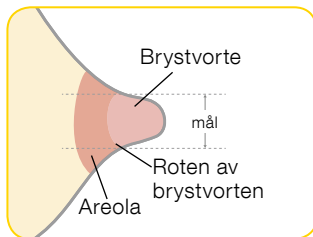


# Velge PersonalFit™ brysttrakt med riktig størrelse

Pass på at du bruker riktig størrelse på brysttrakten. Dette er en viktig del av effektiv pumping, og bidrar til optimal melkestrøm.

## Forstå de ulike størrelsene til Medela PersonalFit™

Pumping skal ikke gjøre vondt. Medela tilbyr brysttrakter i fem størrelser for maksimal komfort og pumpeeffekt. Denne veiledningen er et utgangspunkt for å finne optimal størrelse for deg basert på brystvortenes diameter.



Måle brystvortens diameter

PersonalFit-størrelse



### Trinn 1

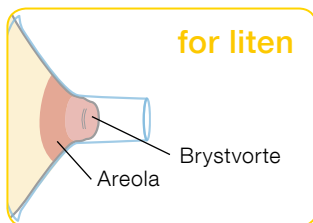
Bruk en linjal eller et målebånd til å måle brystvortens diameter ved roten (på midten) i millimeter (mm). **Ikke ta med areola (området rundt brystvorten).**

### Trinn 2

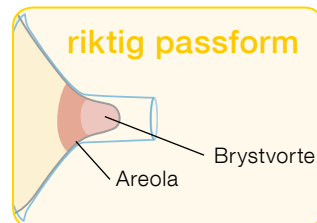
Finn riktig størrelse på PersonalFit brysttrakt ut fra målingen. Eksempel: Hvis brystvorten er 16 mm i diameter, anbefales PersonalFit brysttrakt med 21 mm størrelse.

## Teste størrelsen på brysttrakten

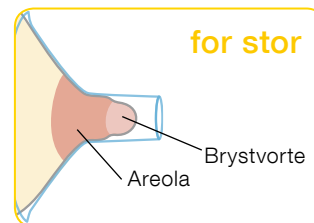
- I Begynn med trakten på 24 mm som fulgte med pumpen, eller den størrelsen du finner ved å måle.
- I Plasser brysttrakten varsomt mot brystet med brystvorten midt i trakten.
- I Still inn Maximum Comfort Vacuum™ for å finne optimal sugestyrke.
- I Se på bildene nedenfor mens du pumper i utpumpingsfasen (etter stimuleringsfasen).



- I Brystvorten gnis langs sidene av trakten.
- I Prøv en større størrelse.



- I Brystvorten er midtstilt og beveger seg fritt.



- I Brystvorten og for mye areola trekkes inn i tunnelen.
- I Prøv en mindre størrelse.

## Visste du dette?

- I Det kan være at du trenger ulike størrelser på hvert bryst.
- I Brysttraktens størrelse avhenger av brystvevet og hudens elastisitet.
- I Riktig størrelse på brysttrakten kan endres i løpet av tiden du bruker pumpen.
- I Brystvortens størrelse kan endres når du setter på vakuüm.
- I Hvis du presser brysttrakten for hardt inn, kan melkekanalene bli blokkert.

## Årsaker til å prøve en annen størrelse

- I Gnist brystvortene mot innsiden av trakten på en ubehagelig måte?
- I Trekkes for mye av areola (området rundt brystvorten) inn i trakten?
- I Oppstår det rødhet?
- I Blir brystvorten eller området rundt den hvit?
- I Føler du at det er melk igjen i brystet etter pumping?

Hvis du svarte «JA» på noen av disse spørsmålene, bør du overveie å prøve en annen størrelse ved å følge måleinstruksjonene over. Rådfør deg med helsepersonell eller en ammespesialist hvis du fortsatt er usikker på om du har valgt riktig størrelse.