

# A helyes méretű PersonalFit™ szívófej kiválasztása

A megfelelő méretű szívófej nélkülözhetetlen a hatékony fejéshez, segíti optimalizálni a tejáramlást.

## A Medela PersonalFit™ szívófej méreteiről

A fejésnek nem szabad fájdalmasnak lennie. A maximális kényelem és hatékonyság érdekében a Medela öt különböző méretű szívófejet fejlesztett ki. Használja ezt a tájékoztatót kiindulási pontként az optimális méret megtalálásához a mellbimbó átmérője alapján.



### 1. lépés

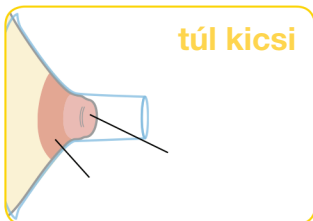
Egy vonalzó vagy mérőszalag segítségével mérje le a mellbimbó átmérőjét a tövétől milliméterekben. **A bimbóudvart ne számítsa bele.**

### 2. lépés

A mért adatok alapján határozza meg, milyen PersonalFit szívófejre van szüksége. Például: Ha a mellbimbó átmérője 16 mm, a 21 mm-es szívófej használata ajánlott.

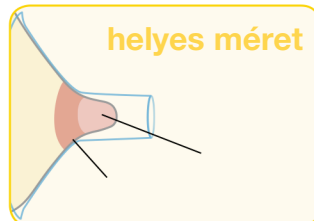
## A szívófej illeszkedésének ellenőrzése

- | Kezdje a mellszívóhoz kapott 24 mm-es szívófejjel vagy azzal a mérettel, ami a lemerült adatok alapján illeszkedni fog.
- | Helyezze a szívófejet a mellére úgy, hogy a mellbimbó pontosan a csatorna közepén helyezkedjen el.
- | Igazítsa meg, hogy a Maximum Comfort vákuum™ a legoptimálisabb szívóerősségen működjön.
- | Tanulmányozza az alábbi ábrákat a stimulációs fázist követő fejéskor.



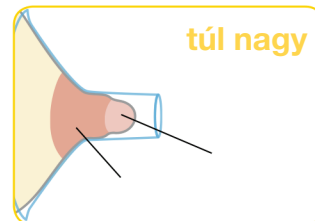
túl kicsi

- | A mellbimbó hozzádörzsölődik a csatorna széléhez.
- | Próbáljon ki egy nagyobb méretet.



helyes méret

- | A mellbimbó közepén helyezkedik el és szabad a mozgása.



túl nagy

- | A mellbimbó és bimbóudvar túlságosan behúzódott a szívófej csatornájába.
- | Próbáljon ki egy kisebb méretet.

## Tudta?

- | Elképzelhető, hogy mellenként eltérő méretű szívófejre van szüksége.
- | A szívófej mérete függ a mellszövettől és a bőr rugalmasságától.
- | A szívónyomás hatására megváltozhat a mellbimbó mérete.
- | Ha túl erősen nyomja a szívófejet, eldugulhatnak a tejcsatornák.

## Mikor indokolt másik méret használata

- | A mellbimbó kényelmetlenül hozzádörzsölődik a mellbimbója a szívófej csatornájának széléhez?
- | Túl sok bimbóudvar húzódott bele a szívófej csatornájába?
- | Tapasztal kivörösödést?
- | Érzékeli a mellbimbó és a bimbóudvar elfehéredését?
- | Fejéskor nem ürül ki megfelelően a melle?

Ha a fenti kérdések bármelyikére **IGEN**-nel válaszolt, érdemes kipróbálnia egy másik méretű szívófejet.

Ha még ezek után sem biztos benne, hogy a megfelelő méretet választotta, keressen fel egy laktációs szakértőt vagy egy szoptatási tanácsadót.