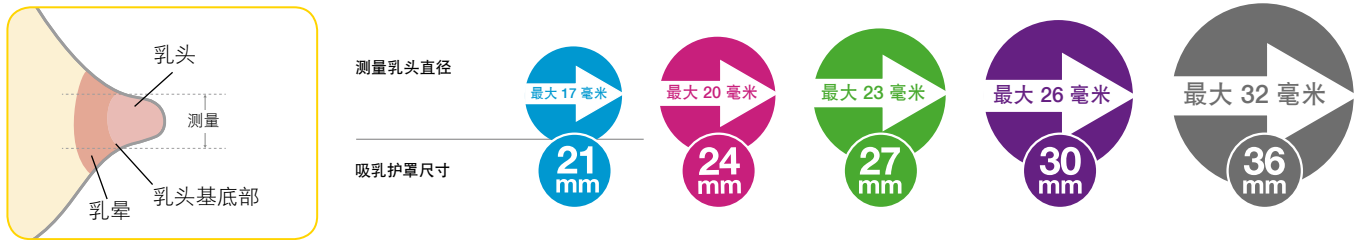


选择 Medela 吸乳护罩尺寸

确保使用适合的吸乳护罩尺寸。这是进行有效吸乳的基本要素，有助于促进乳汁流出。

了解 Medela (美德乐) 吸乳护罩 的尺寸

吸乳不应造成疼痛。为确保尽可能大的舒适度和尽可能高的吸乳效率，Medela (美德乐) 提供了五种吸乳护罩尺寸。本指南能帮助您在开始时通过乳头直径的长度来选择理想的护罩尺寸。



步骤 1

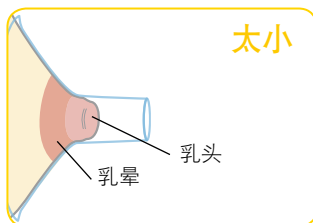
使用直尺或卷尺在基底部（横跨中间）测量乳头直径，以毫米 (mm) 表示。不要包括乳晕。

步骤 2

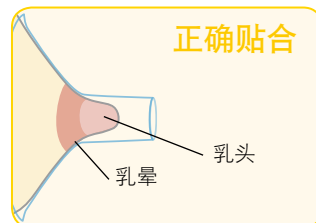
根据测量结果确定 Medela 吸乳护罩的尺寸。示例：如果测得的乳头直径为 16 毫米，则建议使用 21 毫米的 Medela 吸乳护罩。

测试吸乳护罩尺寸

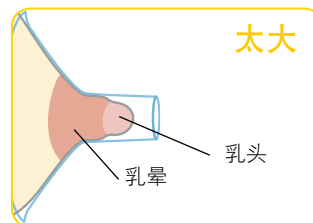
- 首先使用吸乳器附带的吸乳护罩或根据测量值确定的尺寸。
- 保持乳头居中，轻轻握住吸乳护罩贴到乳房上。
- 调整以获得 Maximum Comfort Vacuum 来实现尽可能理想的负压水平。
- 在吸乳模式（刺激泌乳模式后）下吸乳时，请参考以下图。



- 乳头摩擦管道侧面。
- 尝试更大尺寸。



- 乳头居中且可自由移动。



- 乳头和过多乳晕被吸入管道中。
- 尝试更小尺寸。

您知道吗？

- 两个乳房可能需要不同的尺寸。
- 吸乳护罩的尺寸取决于乳房组织和皮肤弹性。
- 吸乳期间，吸乳护罩的尺寸会发生改变。
- 施加负压时，乳头尺寸会发生变化。
- 过于用力按压吸乳护罩会阻塞乳导管。

尝试新尺寸的原因

- 乳头碰到管道侧面是否引发不舒适的感觉？
- 是否看到过多乳晕被吸入管道中？
- 是否发现皮肤发红？
- 乳头或乳晕是否变白？
- 吸乳后是否感觉有未吸出的乳汁？

如果对这些问题的任何一个回答“是”，则请考虑按照上述测量说明尝试新尺寸。如果仍不确信是否选择了正确的尺寸，请问哺乳顾问或母乳喂养专家咨询。