

Din størrelsesguide til Contact™ ammebrikker



Hvis du har brug for en Contact™ ammebrik, er det vigtigt at bruge den rigtige størrelse. Medela tilbyder tre størrelser, hvor den rigtige størrelse hjælper dit barn med at få fat, understøtter mælkeflowet under amning og er mere behagelig for dig.

Hvis du stadigvæk er usikker på, om du har valgt den rigtige størrelse, så tal med en ammerådgiver.

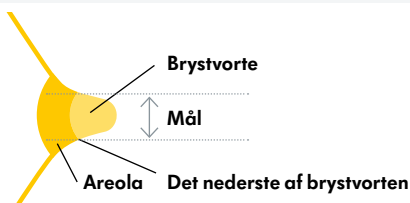
Trin 1

Vælg den rigtige størrelse Contact™ ammebrik

Mulighed 1: Mål brystvorten med en lineal:

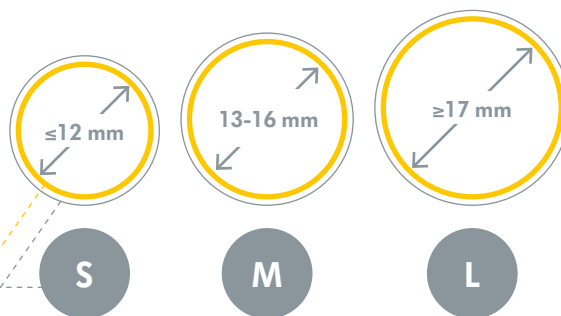
Mål diameteren på din brystvorte (ikke areola) ved hjælp af billedvejledning nedenfor.

- Hvis diameteren på din brystvorte er mindre end eller lig med 12 mm, skal du vælge **(S)**
- Hvis din brystvorte er mellem 13-16 mm i diameter, skal du vælge **(M)**
- Hvis diameteren på din brystvorte er større end eller lig med 17 mm, skal du vælge **(L)**



Brystvortens diameter

Størrelse på Contact™ ammebrik

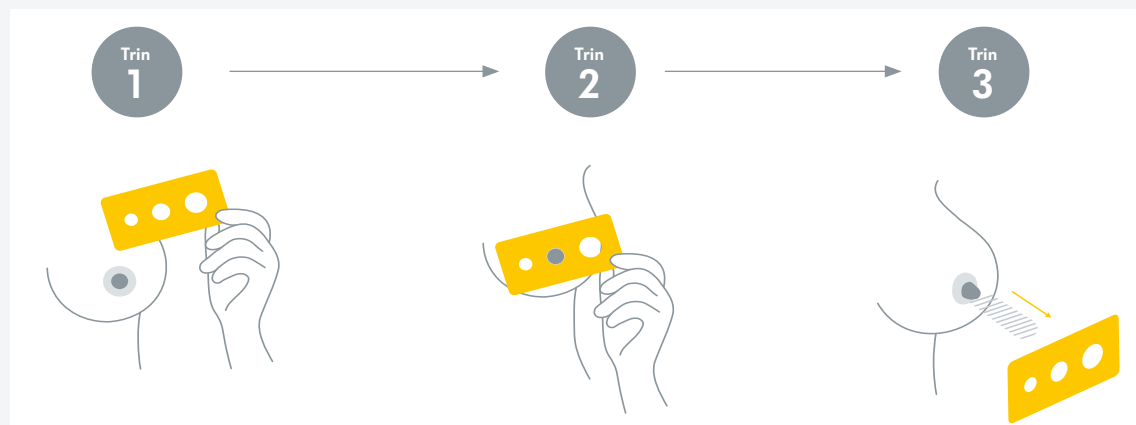


For eksempel: Hvis din brystvorte måler 15 mm i diameter, er **(M)** den anbefalede ammebrik

Mulighed 2: Mål brystvorten med størrelsesguiden

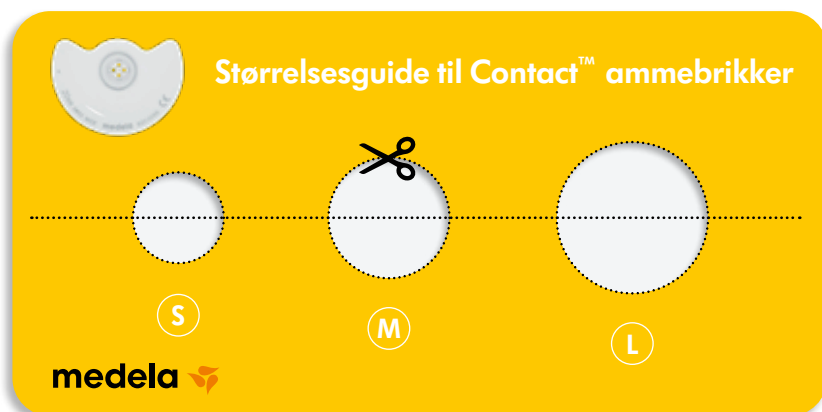
Trin 1-3 beskriver, hvordan du bruger størrelsesguiden.

Nederst på siden finder du størrelsesguiden, som kan udskrives og klippes ud.



Den rigtige størrelse bør sidde tæt omkring din brystvorte uden at klemme.

- Hvis cirklen føles for lille = prøv en større størrelse
- Hvis cirklen er meget større end din brystvorte = prøv en mindre størrelse



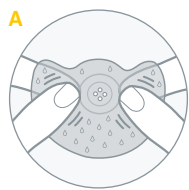
Størrelsesguide

Sådan udskriver og udklipper du størrelsesguiden:

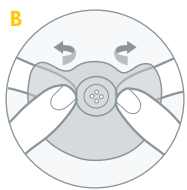
VIGTIGT: Udskriv altid ved **100 %** eller i **FULD SKALA**, ellers vil størrelsen være forkert.
Fold langs linjen
Klip forsigtigt de stiplede cirkler ud

Trin 2

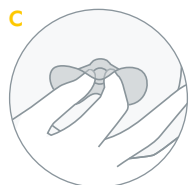
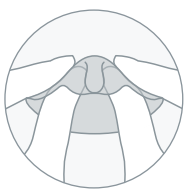
Sådan placerer du din Contact™ ammebrik korrekt:



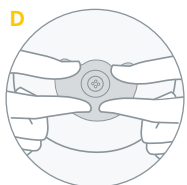
A Vask hænderne, og fugt derefter ammebrikken med vand af drikkevandskvalitet



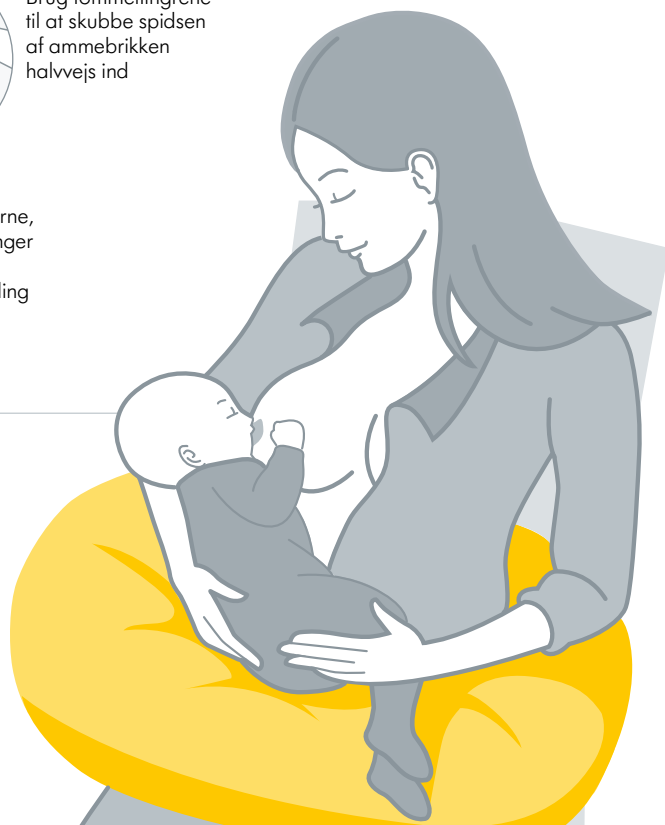
B Brug tommelfingrene til at skubbe spidsen af ammebrikken halvvejs ind



C Anbring ammebrikken midt på brystvorten, så udskæringen vender mod barnets næse under madningen



D Tryk ned på vingerne, indtil brikken springer ud igen, og der dannes en forsegling



Trin 3

Test din ammebrik under amningen

Ammebrikken føles for lille til din brystvorte

> **prøv en større størrelse**

Det er behageligt for din brystvorte og dit barn under madningen

> **du bruger den rigtige størrelse**

Ammebrikken føles for stor til din brystvorte

> **prøv en mindre størrelse**



Vidste du det?

Der kan være flere årsager til ømme brystvorter. Derfor er det vigtigt at forstå den underliggende årsag, inden du foretager dig noget. Din ammerådgiver kan hjælpe dig med at sikre, at dit barn får ordentligt fat og spiser effektivt. Generelt er ammebrikker en kortsigtet løsning – efterhånden som du og dit barn vænner jer til amningen, kan du sagtens holde op med at bruge dem.

Hvis du har et for tidligt født barn og har brug for en ammebrik, skal du tale med din ammerådgiver, som kan hjælpe med at vælge den rigtige størrelse til dig og dit barn.

Se hele vejledningen på:
www.medela.com/nipple-shields

