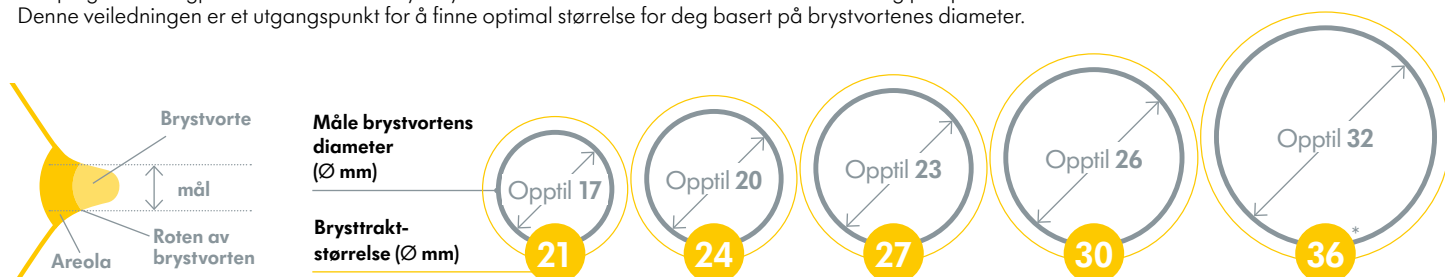


# Velge Medela brysttrakt med riktig størrelse

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 brysttrakt

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.



### 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).**

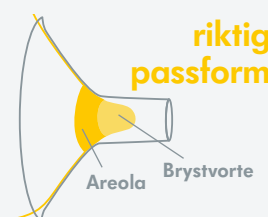
### Trinn 2

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

\* PersonalFit FLEX™ er ikke tilgjengelig i størrelse 36 mm

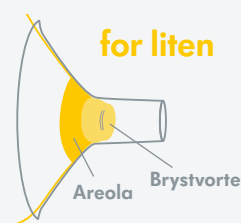
## Teste størrelsen på brysttrakten

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



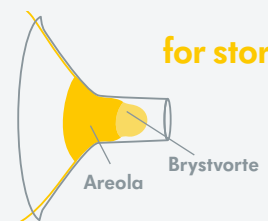
riktig  
passform

- Brystvorten er midtstilt og beveger seg fritt.



for liten

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



for stor

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

## Visste du dette?

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

## Årsaker til å prøve en annen størrelse

- Gnir brystvortene mot innsiden av trakten på en ubehagelig måte?
- Trekkes for mye av areola (området rundt brystvorten) inn i trakten?
- Oppstår det rødhet?
- Blir brystvorten eller området rundt den hvit?
- 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.

Se vår animasjonsfilm om tilpasning på: [www.medela.no/storrelsesguide](http://www.medela.no/storrelsesguide)