

## Using a Spectra Pump Spectra

### تجميع أجزاء ومميزات المضخة

- 1) انظر دليل التعليمات لتجميع أجزاء المجموعة. عند تجميع واقي التدفق الخلفي أدخل غشاء السيليكون في النصف الأصغر واضغط لأسفل حول الحافة الخارجية. علق النصف الأكبر على غشاء السيليكون.
- 2) power (زر غامق في المركز) سوف يقوم بتشغيل / إيقاف المضخة الخاصة بك. سيسمح لك زر التندليك / الضغط ( زر الطاقة: أبيض مع خطوط متموجة) بالرجوع والتقدم حسب الحاجة من مرحلة التندليك إلى مرحلة الضغط. إلى اليسار توجد - فهي تسمح لك بضبط سرعة الدورة (عدد المرات التي تمتص المضخة وترخي في الدقيقة). إلى اليمين توجد - فهي تضبط قوة الشفط. المضخة الخاصة بك لديها ضوء ليلي (زر إلى أقصى اليمين).
- 3) سيعرض Spectra طول الوقت الذي تضخ فيه وسيحفظ تلقائيًا اعداداتك لجلسة الضخ التالية.
- 4) يجب عدم شحن مضخة الثدي Spectra S1 مع بطارية مدمجة طوال الليل. 2-3 ساعات من الشحن، هو كل ما تحتاجه المضخة لتوفير 3

### Spectra

- 1) ضعي واقي الثدي على ثديك مع وضع الحلمة في الفتحة. إذا رغبت، يمكنك ضخ ثدي واحد فقط في كل مرة عن طريق إزالة أحد الأنابيب من الجهاز وإغلاق المنفذ مع الغطاء.
- 2) تأتي واقيات Spectra (20 24 28 32 ملم). يتوفر أيضًا ملحق للتندليك. قد تجد أن الضخ يكون أكثر راحة عندما تدخل الحلمة فقط (وليس الهالة) إلى النفق. إذا احتكت حلمتك على جانب النفق وكان الضخ مؤلم، فقد ترغبين في تجربة درع أكبر حجمًا للثدي. لمزيد من المعلومات، راجع تصحيح الملاءمة لدرع الثدي.
- 3) اضغطي على زر الطاقة لتشغيل المضخة الخاصة بك. ستبدأ المضخة في وضع العصر. معظم الأمهات تبدأ في الضخ من وضع التندليك لتشجيع الحليب على الانطلاق. أثناء وضع التندليك، اضبطي المص على أكثر درجة مريحة بالنسبة لك. قومي بزيادة الضغط إلى حد الانزعاج البسيط، ثم قومي بتقليله حتى يصبح الضغط (الشفط) مريحًا. تذكري، لا ينبغي أن يكون الضخ مؤلم.
- 4) عندما تلاحظين أن الحليب بدأ بالتقطيع، اضغطي على زر التندليك / الضغط مرة أخرى للتبديل إلى مرحلة الضغط. أثناء مرحلة الضغط، لديك الخيار لتخصيص كل من الضغط وسرعة الدورة عن طريق الضغط على مجموعة الأزرار المقابلة لأعلى أو لأسفل.
- 5) الهدف هو زيادة كمية الحليب التي تمت إزالتها عن طريق العثور على الإعدادات المريحة والفعالة لك.

### تنظيف أجزاء المضخة

- 1) يوصي Spectra بما يلي: - تحضير قدر من الماء ليغلي على موقدك. بمجرد غلي وعاء الماء، أخرجي الوعاء من الموقد الخاص بك، ضعيه في الماء المغلي لمدة لا تزيد عن 5 دقائق. اغسلي بيديك الصمامات والأغشية السيليكونية البيضاء (في واقيات التدفق الخلفي) في ماء دافئ وصابون. لا تغسلي أو تغلي الأنابيب. يجب ألا يدخل الحليب إلى الأنابيب.

- 1) تتلامس مباشرة مع ثديك وحليبك في ماء دافئ وصابون، واشطفيه، ثم ضعيه على سطح نظيف حتى يجف ليس من الضروري غسل واقي التدفق الخلفي بعد كل استخدام. ومع ذلك، يوصى بفصل الحامي والأغشية ووضعها على سطح نظيف. هذا يسمح للرطوبة أو التكتيف بان تجف.
- 2) إذا اخترت تنظيف أجزاء المضخة الخاصة بك في غسالة الصحون، فلا ينبغي أن يكون موصل واقي الثدي والزجاجات متشابكة. قد يحدث إذا اخترت تنظيف أجزاء المضخة الخاصة بك في غسالة الصحون. الصمامات، قطعة السيليكون الحامية للارتجاع الخلفي، والأنابيب لا ينبغي أبدا أن توضع في غسالة الـ

is من المهم أن تكون صمامات المضخة جافة تمامًا. إذا ربطت وكانت رطبة، فإنها قد تصبح فضفاضة وتنزلق. قد تحتاج إلى استبدال الصمامات كل عدة أشهر.

لا تتلامس الأنابيب مع الحليب. يمكنك مسح الأنبوب من الخارج بشكل دوري بقطعة قماش نظيفة. إذا لاحظت التكتيف (الرطوبة) في الأنبوب بعد الضخ، اتركي المضخة لمدة بضع دقائق بعد الضخ. هذا سوف يجفف الأنابيب. إذا تراكت الرطوبة في الأنبوب، قومي بخفق كحول الأيزوبروبيل خلال الأنبوب وتعليقه حتى يجف. استبدلي الأنابيب الخاصة بك إذا تراكت أي بقايا في الأنبوب.

يرجى ملاحظة: المبادئ التوجيهية المذكورة أعلاه هي للأطفال الأصحاء. إذا وُلد طفلك قبل الأوان، أو كان لديه ضعف في جهاز المناعة، المستحسن حماية إضافية. انظري المبادئ التوجيهية أعلاه للتعقيم "قبل الاستخدام الأول". يمكنك اتباع هذا الإجراء التنظيف مرة واحدة في اليوم.

كم مرة في اليوم يجب أن تستعمل المضخة؟  
إذا كان طفلك لن يرضع:

2-3 ساعات اثناء النهار وكل 3-4 ساعات اثناء الليل، أو على الأقل 8

24

كنتي بحاجة الى زيادة مخزون الحليب قومي باستخدام المضخة لعدد مرات أكثر.

إذا كنت ستنفصلين عن طفلك مؤقتًا:

قومي باستخدام المضخة في نفس وقت ارضاع الطفل، أو في وقت إعطاء قنينة الحليب لطفلك في غيابك.

كان طفلك يرضع ولكنه لا يكتسب الوزن الكافي، وإنك تحتاجين الى زيادة إنتاج الحليب:

إذا كنت تعتقدين أن مخزون الحليب في ثدييك منخفض، فقومي بالضخ بعد حوالي 30 دقيقة من ارضاع طفلك. هذه المدة بين الرضاعة والضخ قد تحفز الثدي الى إنتاج المزيد من الحليب. اما إذا كنت تعتقدين أن مخزونك جيد، لكن طفلك لا يرضع الحليب جيدًا ولا يكتسب

ما هي المدة التي يجب ان استخدم بها المضخة في كل مرة؟

نحن نوصي أن يستمر الضخ لمدة ~ 10-15 دقيقة. الضخ لأكثر من 15 دقيقة قد يؤدي إلى ألم في الحلمة. قد يساعد الضخ بشكل متكرر، وليس الفترة الزمنية الأطول، في زيادة مخزون الحليب.