

Bikaranîna Pompeya Spectra (Using a Spectra Pump in Kurdish)

Civandina Parçeyan & Taybetmendiyên Pompê

• Ji bo berhevkirina perçên kîteyê li manualê talîmatê binihêrin. Dema ku parêzvanê paşherikê berhev dikin, membrana silîkonê têxin nav nîvê piçûktir û li dora qiraxa derve bişkinin. Nîvê mezintir li ser membrana silîkonê girêdin.

• Bişkoja hêzê (bişkoja navenda tarî) dê pompeya we vemirîne / vemirîne. Bişkoja masajê / derbirînê (li jor bişkoja hêzê: spî bi xêzên werimî) dê bihêle ku hûn ji qonaxa masajê derbasî qonaxa derbirînê bibin û paş ve biçin. Li milê çepê bişkojên çerxê hene - ew dihêlin hûn leza çerxê sererast bikin (di her hûrdem de çend caran pompe dikişîne û serbest dibe). Li milê rastê bişkokên zexta valahiyê hene - ew hêza kişandinê sererast dikin. Pompa we tîrêja şevê heye (bişkoja rastê rastê).

• The Spectra dê dirêjahiya dema ku we vekişandiye nîşan bide û dê jixweberên xwe ji bo rûniştina paşîn a paşîn bixweber bi bîr bîne.

• Pêdivî ye ku pompeya pêsiîrê ya Spectra S1 ku bi pîlokek çêkirî ye, di şevê de neyê barkirin. 2-3 demjimêr barkirina hemî pompeya we hewce ye ku bêyî karanîna karanîna hêzê 3 demjimêrên pompê peyda bike.

Bikaranîna Pompeya Pêsiîrê Spectra • Mertalê pêsiîrê li ber pêsiîra xwe bidin û nipika we li navendê ye. Heke bixwaze, hûn dikarin yekcar pêsiîrê yek derxînin da ku yek ji lûleyan ji makîneyê derxînin û bendê bi kapikê bigirin. • Mertalên memikên Spectra di 4 mezinahiyan de (20, 24, 28 û 32mm) hene. Di heman demê de têkelek masajê jî heye. Hûn dikarin bibînin ku dema pompankirin rehetir e dema ku tenê niçika we (ne areola we) bikeve tunelê. Ger niçikên we li teniştê tunelê rûdin û pompe bi êş e, dibe ku hûn bixwazin mertalek mezinek mezintir biceribînin. Ji bo bêtir agahdarî, li Rastkirina Firotegeha Mertalê Pêsiîrê binihêrin. • Bişkoja hêzê bikirtînin da ku pompa xwe vemirînin. Spectra dê di moda vegotinê de dest pê bike. Piraniya dayikan di moda masajê de dest bi vemirandinê dikin da ku şîran teşwîq bikin ku serbest were berdan an "biteqe". Di dema moda masajê de, zexta valahiyê (şilkirinê) li gorî ya ku ji we re herî xweş eyar bikin. Zexta valahiyê heya devera nerehetiya piçûk zêde bikin, û dûv re wê kêmbikin heya ku zext (şuştin) rehet be. Ji bîr mekin, pêdivî ye ku pompe zîyanê nebîne. • Gava ku hûn ferq dikin ku şîrek dest pê dike, dîsa bişkoja masajê / derbirînê bikirtînin da ku hûn derbasî qonaxa derbirînê bibin. Di qonaxa vegotinê de, vebijarka we heye ku hûn hem zexta valahiyê û hem jî leza çerxê bi pêlkirina koma pêwendîdar a bişkokan jor an xwerû xwerû bikin. • Her jin cûda ye. Ezmûnê bibînin ka kîjan mîhengên ji bo we çêtirîn dixebitin. Armanc ew e ku hûn bi dîtina mîhengên ku hem ji we re rehet û bi bandor in, mîqdara şîrê jêkirî zêde bikin.

MilkWorks
LINCOLN • OMAHA • YORK



Community
Breastfeeding
Center

5930 S. 58th Street
(in the Trade Center)
Lincoln, NE 68516
(402) 423-6402

10818 Elm Street
Rockbrook Village
Omaha, NE 68144
(402) 502-0617

For additional
information:
www.milkworks.org

Paqijkirina Parçeyên Pompa xwe:

Berî karanîna yekem:

- Spectra evê yekê pêşniyar dike: Panelek avê bînin ku li ser sobeya we bikelîne. Gava ku tava avê dihele, tewra ji sobeya xwe derxînin, û şûşe, qulikên şûşeyê û qepaxan, mertalên pêşîrê, û kelûpelên plastîkî yê parêzvanên vegera paşîn (lê ne meqamên silîkona spî) di avê de bi cî bikin. Beşan 5 hûrdeman de di avê de nehêlin. Heke hûn perçeyên pompeya xwe di nav ava ku bi çalakî tê kelandî de bi cî bikin, an jî heke ew ji 5 deqîqeyan zêdetir di binê avê de bimînin, dibe ku hûn zirarê bidin parçeyên xwe.
- Destê valvesên duckbill spî û meblaxên silîkona spî (di parêzvanên paşvedanê de) di ava germ û sabûn de bişon. Tubê neşon û nejîle. Pêdivî ye ku şîrek nekeve boriyê.

Piştî her karanîne:

- Beşên ku bi pêşîra we û şîrê we re rasterast têkevin di ava germ û şûştî de bişon, şûştin û li ser rûkalek paqij bi cîh bikin ku bi hewa zuwa bibe.
- Ne hewce ye ku piştî her karanîne parastina şûştinê bişo. Lêbelê, tête pêşniyar kirin ku parêzvan û membran ji hev bêne rakirin û li ser rûyek paqij bêne danîn. Ev dihêle ku her şilî an tîrêj hişk bibe.
- Heke hûn hildibijêrin ku perçeyên pompêya xwe di şûştina firaxê de paqij bikin, divê konektor û şûşeyên mertalê memikê qelebalix nebin. Heke di makîneya şûştinê de werin paqij kirin dibe ku perçeyên Spectra xera bibin. Pêdivî ye ku valvesên Duckbill, perçeya parêzvanê vegera paşîn a silikonî, û lûle qet neyê şûştin.
- Spectra pêşniyar nake ku hûn torbeyên mîkrovayê bikar bînin an jî beşên pompeya xwe di şûştina firaxê de hişk bikin.

Dema ku pompa xwe bikar tînin:

- Girîng e ku lebatên duckbill bi tevahî hişk bibin. Heke di dema şil de werin girêdan, dibe ku ew qels bibin û bikevin. Dibe ku pêdivî be ku valves her çend mehan carekê werin guhertin.
- Tub bi şîrê we re têkildar nabe. Hûn dikarin li der û hundurê lûleyê periyodîk bi cawek paqij paqij bikin. Ger piştî ku we pompe kirî hûn di tubê de xavbûn (şilbûn) ferq kirin, piştî pompeyê du hûrdem pomba xwe bihêlin. Ev ê

boriyê ziwa bike. Ger şilî di lûleyê de kom bibe, alkol îzopropîl bi boriyê vekîşîne û zuwa bibe. Heke bermayiyek di lûleyê de çêdibe lûleya xwe biguhezînin.

Ji kerema xwe not bikin: Rêwerzên jorîn ji bo pitikên saxlem in. Ger pitikê we zû ji dayik bûbe, an ji ber nexweşiyê an dermankirinên bijîjkî pergalek parastinê lawaz be, parastina zêde tê pêşniyar kirin. Rêwerzên jorîn ji bo paqijkirina "berî karanîna yekem" bibînin. Hûn dikarin rojê carekê vê rêbaza paqijiyê bişopînin.

Divê ez çend caran pompe bikim?

Heke pitikê we neçe memik:

- Bi kêmanî rojê 2-3 saetan û şevê jî 3-4 saetan, an jî di 24 demjimêran de herî kê 8 caran pompe bikin. Heke hûn hewce ne ku dabînkirina xwe zêde bikin hûn dikarin pir caran pomp bikin.

Heke hûn ê bi demkî ji pitika xwe werin veqetandin:

- Kengê ku hûn ê pitika xwe têr bikin, an jî dema ku pitikê we di nebûna we de ji şûşeyek têr bibe, pompe bikin.

Heke pitik diçe memikê, lê baş naçe, û ji bo pêvekirinê hûn hewceyê şîrê ne:

- Heke hûn difikirin ku pêdawîstiya we kê 30 hûrdeman piştî pitikên hemşîreyên xwe pompe bikin. Ev veqetîn berî rakirina pêvek dibe ku bêtir hilberîna şîr teşwîq bike. Heke hûn difikirin ku pêdawîstiya we baş e, lê dibe ku pitikê we şîrê baş jê neke û qelew nebe, piştî pitikê we li memikê têr bibe pompê bikin û bi şêwirmendek şîrdanê re hevdişînek pêk bînin.

Divê ez heya kengî pompe bikim?

- Em tewsiye dikin ku hûn 10-15 hûrdem pump pomp bikin. Zêdetirî 15 hûrdeman pompe dibe ku bibe sedema êşa niçikê. Ji ber ku ji bo demek dirêjtir, bêtir avêtin, dibe ku ji bo çêkirina şîrê we bibe alîkar.

Di derbarê karanîna pompeya pêşî de, an, ku hûn bi dîroka nûvekirina xwe ve pompeya kirê ya xwe nû bikin pirsên we hene, ji kerema xwe li MilkWorks li 402-423-6402 (LINCOLN) an 402-502-0617 (OMAHA) bigerin.

Reviewed: copyright January 2018