

Lansinoh®



MANUAL BREAST PUMP
INSTRUCTIONS
FOR USE

Introducing the Lansinoh® Manual Breast Pump

The Lansinoh® Manual Breast Pump has been designed specifically with the needs of breastfeeding mothers in mind. This breast pump has two modes: Let-down Mode and Expression Mode. You can easily switch between the two modes by adjusting the position of the handle on the stem. The ComfortFit™ flange creates a seal providing reliable suction resulting in comfortable and fast milk flow (standard and large size included). The wide neck bottle is interchangeable with the entire Lansinoh® pump range. The pump is easy to assemble, easy to use and easy to clean.

The American Academy of Pediatrics and other major medical organizations recommend that babies be exclusively breastfed for 6 months, breastfed for 12 months with complementary foods and thereafter for as long as the mother and baby wish to continue. To assist you in meeting these goals, Lansinoh® has created this Manual Breast Pump to help you provide breastmilk for your baby while you are separated, to help keep up your supply and to have your breastmilk available for him or her.

Important Safeguards

The Manual Breast Pump is a personal care item and for hygienic reasons should never be shared between mothers or resold from one mother to another. If you are a mother who is infected with Hepatitis B, Hepatitis C or Human Immunodeficiency Virus (HIV), pumping breastmilk using the Lansinoh Manual Pump will not reduce or remove the risk of transmitting the virus to your baby through your breastmilk.

**Save These Instructions
along with your receipt for future reference.**

Congratulations!

Your decision to provide your baby with breastmilk, even if you need to be apart, is one of the most precious gifts you can give your baby. Lansinoh's Manual Pump is a safe and effective choice for moms who need to pump occasionally and who appreciate the convenience of a manual pump.

Contents	Page
1 Lansinoh® Manual Breast Pump Parts.....	4
2 How to Clean and Sterilize Your Lansinoh® Manual Breast Pump.....	5
3 How to Assemble Your Lansinoh® Manual Breast Pump.....	6
4 How to Use Your Lansinoh® Manual Breast Pump.....	8
5 Breastmilk Storage Guidelines.....	11
6 Tips About Pumping.....	12
7 Troubleshooting for the Lansinoh® Manual Breast Pump.....	13

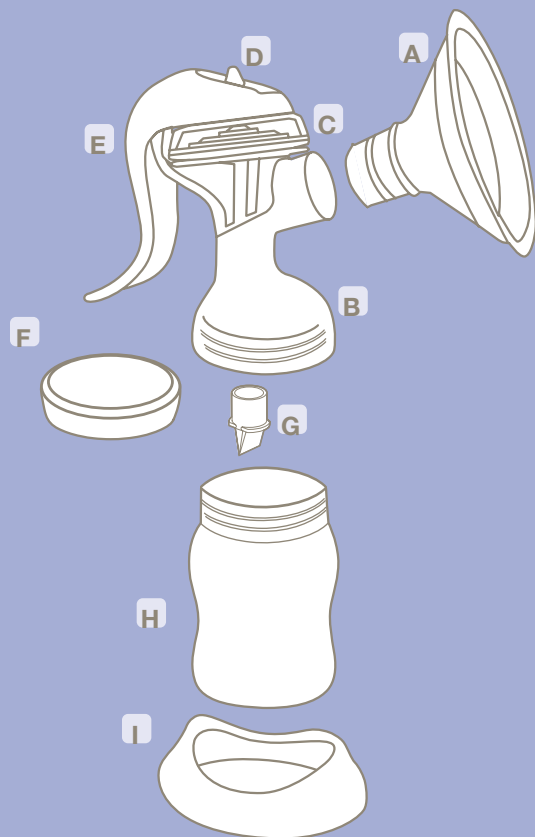
PLEASE DO NOT RETURN THIS PUMP TO THE RETAILER.

Lansinoh's dedicated Customer Service team is here to help. If you experience any issues with your Lansinoh® Manual Pump please call 800-292-4794 or email customerservice@lansinoh.com, Monday - Friday 8am-8pm EST.

NO DEVUELVA EL EXTRACTOR AL MINORISTA.

El equipo de Atención al Cliente de Lansinoh está aquí para ayudar. Si tiene algún problema con su extractor Lansinoh Signature Pro™, llame al 800-292-4794, de lunes a viernes de 8 a.m. a 8 p.m. EST o envíe un email a customerservice@lansinoh.com. (Esto es válido solo para compras dentro de los EE.UU.) Para Instrucciones de uso en español, vea el pagina 19.

1. LANSINOH® MANUAL BREAST PUMP PARTS



A ComfortFit™ Flange

B Flange Body

C Silicone Diaphragm

D Stem

E Handle

F Bottle Cap

G White Valve

H Collection Bottle

I Bottle Stand

2. HOW TO CLEAN AND STERILIZE YOUR LANSINOH® MANUAL BREAST PUMP

Sterilize:

Prior to using your pump for the first time, disassemble it (remove silicone diaphragm and stem, ComfortFit™ flange and white valve) and boil all parts, including bottle stand, for 10 minutes. Remove all parts from water immediately after boiling. Completely air dry before assembly and before the next use.

NOTE: It is essential that you use enough water to keep the parts freely floating while boiling.

Cleaning:

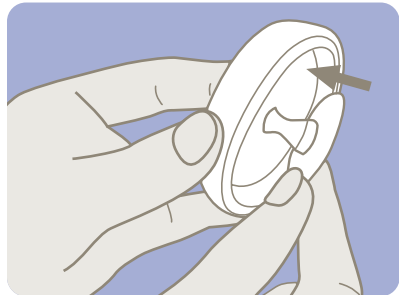
The breast flange, bottle, handle and bottle stand may be cleaned in the upper compartment of your dishwasher or hand washed with dish soap and hot water. Do not use solvents or abrasives. Rinse with hot, clean water. The white valve, silicone diaphragm, stem, and the ComfortFit™ flange can be washed in the dishwasher; however, we recommend washing them by hand to prevent loss and to extend their usefulness. Completely air-dry all parts on a clean towel or drying rack.

NOTE: Use caution when cleaning the small white valve. It is important for proper suction. Do not use excessive force and do not clean with a baby bottle brush or a nipple brush. Gently wash by hand in hot, soapy water and rinse under hot running water.

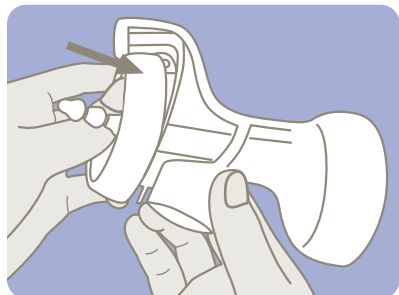
3. HOW TO ASSEMBLE YOUR LANSINOH® MANUAL BREAST PUMP

NOTE: Prior to assembling your Lansinoh® Manual Breast Pump, ensure that all parts have been cleaned and sterilized as detailed in section 2 of this manual.

- 1 Wash your hands thoroughly.



- 2 Insert the stem into the silicone diaphragm.

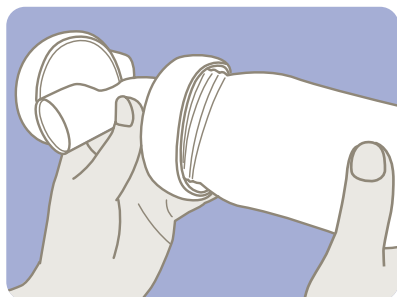


- 3 Place the silicone diaphragm and stem on top of the flange body. Make sure it fits securely around the rim by pressing down with your fingers to ensure a perfect seal.*

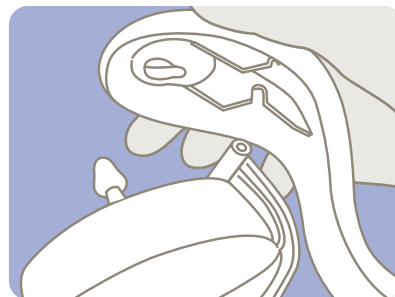
*These parts are designed to fit snugly. For easier assembly, just dampen the rim of the silicone diaphragm with water



- 4 Gently secure the white valve onto the flange body from underneath, making sure the white valve is flush with the flange body. It is not necessary to use excess force when attaching the white valve. *If you find that the white valve is difficult to remove, you have pushed it too far onto the breast flange body.*



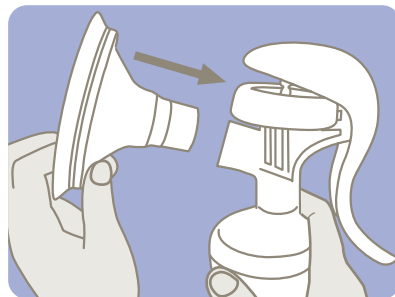
- 5 Screw the bottle onto the flange body.



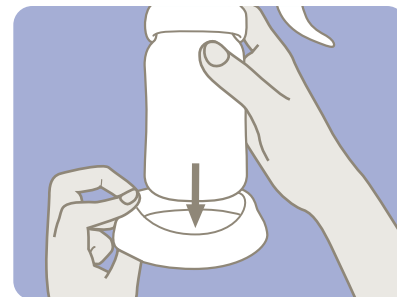
- 6 Align the groove in the handle with the flange body and gently press the handle down. Push until you hear it click.



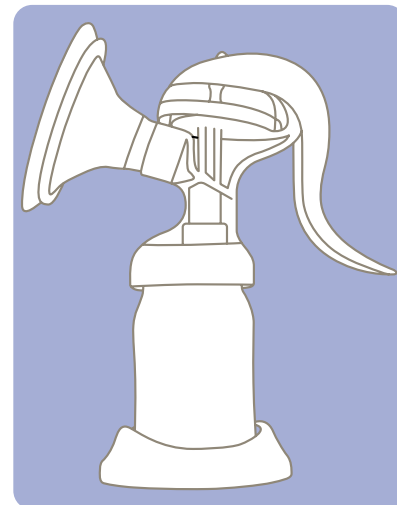
- 7 Adjust the stem and handle so that the stem fits the first notch of the handle, known as the Let-Down Mode setting.**



- 8 Select the flange that fits best. Attach the ComfortFit™ Flange to the flange body.



- 9 To make the pump completely stable, insert the bottle into the bottle stand.



- 10 When fully assembled, this is what your pump should look like.

**This breast pump has two modes, Let-Down Mode and Expression Mode. You can easily switch between the two modes by adjusting the position of the handle of the stem.

4. HOW TO USE YOUR LANSINOH® MANUAL BREAST PUMP

If possible, wait to begin pumping until your breastmilk supply and breastfeeding schedule are well established. This is normally at least 3-4 weeks after birth, unless told otherwise by your doctor or breastfeeding advisor.

- 1 Wash your hands thoroughly.
- 2 Make sure you have sterilized and carefully assembled your pump exactly as described in the sections “How to Clean and Sterilize Your Lansinoh® Manual Breast Pump” and “How to Assemble Your Lansinoh® Manual Breast Pump.”
- 3 Center the pump opening over your nipple and gently press it against your breast ensuring that your nipple is centered in the tunnel of the flange. Press the ComfortFit™ Flange of the pump firmly against your breast making sure the seal is secure so that no air can escape. You can create a good seal by using your other hand to support your breast from underneath.

If your nipple is unable to be centered within the tunnel of the flange without rubbing, you may need the larger size ComfortFit™ flange included in the pack.

- 4 As you gently push down on the pump handle you will feel the suction on your breast. You do not need to depress the handle fully to create suction, only as much as is comfortable.
- 5 You can create gentle suction pressure in preparation for expressing by setting the handle in the first (top) notch of the stem. Confirm that your nipple is moving and squeeze and release the handle until you find your preferred pace.

Warning: Do not continue pumping for more than five minutes at a time if no result is achieved. Try expressing at another time during the day.

Please remember: Should pumping become very painful or uncomfortable, you should stop using the pump and consult your doctor or breastfeeding advisor.

USING LANSINOH'S 2-PHASE TECHNOLOGY

This breast pump has two modes, Let-Down Mode and Expression Mode. You can easily switch between the two modes by adjusting the position of the handle on the stem.

Let-Down Mode

This mode gently stimulates the breast. It is designed to mimic the way a baby feeds at the beginning of a feeding. It is one of the features that encourages milk let-down and encourages your milk to begin to flow. You can create gentle suction pressure by setting the handle in the first (top) notch in the stem and using quick pulses with the handle.



Expression Mode

This mode allows you to express breastmilk from the breast. Switch to this mode by setting the handle in the second (bottom) notch in the stem. To get the strongest suction fully depress the handle. For less suction strength depress the handle less.

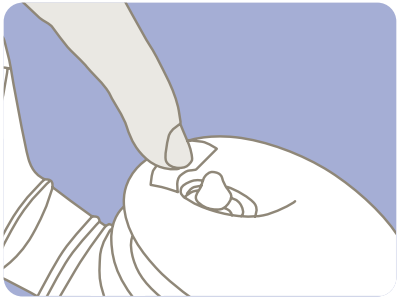


USING LANSINOH'S 2-PHASE TECHNOLOGY, CONTINUED

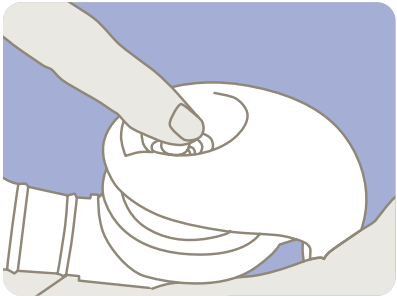
To start with the Let-Down Mode, set the stem in the first (top) notch of the handle and squeeze the handle. Your breastmilk will soon start flowing even though you may not use all the suction the pump can generate.

Once breastmilk is flowing (1 – 2 minutes) change to Expression Mode.

To switch to Expression Mode, gently press the “PUSH” part at the tip of the handle to set the handle to the second (bottom) notch of the stem.



Continue to squeeze and release the handle to find the appropriate suction pressure. If the suction pressure feels weak when expressing your breastmilk, squeeze the handle all the way. The suction pressure changes based on how hard you squeeze the handle. Expressing in comfort is more important than setting a strong suction pressure. Please express milk at a suction pressure that feels appropriate for you.



*To return to Let-Down Mode from Expression Mode, (1) Pull the tip of the stem towards you, (2) gently squeeze the handle, and set it in the first (top) notch.

5. BREASTMILK STORAGE GUIDELINES

Breastmilk Storage and Thawing Guidelines For Healthy Full-Term Babies

Check with your healthcare provider or an International Board Certified Lactation Consultant for specific storage instructions. When you are freezing your breastmilk, do not fill containers more than ¾ full to allow for expansion from freezing. Date containers with the date you expressed your milk for future reference. When freezing, store in the back of the freezer and do not store milk in the door as temperature can fluctuate as door is opened and closed.

WHERE	TEMPERATURE	TIME
At Room Temperature	66-78°F (19-26°C)	4 hours (ideal) up to 6 hours (acceptable)
In a Refrigerator	<39°F (<4°C)	72 hours (ideal) up to 8 days (acceptable)
Freezer	0°F (-18°C)	3 months (ideal) up to 6 months (acceptable)
Deep Freezer	-4°F (-20°C)	6 months (ideal) up to 12 months (acceptable)

Source: La Leche League International 2014

Date all breastmilk and use the oldest breastmilk first.

Thawing

Thaw frozen milk in the refrigerator or place the containers under cool running water, gradually warming the water until the milk is thawed. Thawed milk can be kept in a refrigerator for up to 24 hours.

NOTE: DO NOT refreeze milk once it is thawed.

Gently swirl thawed milk before feeding to baby to mix the layers that have separated. Breastmilk is not homogenized and the “cream” will rise to the top of the bottle. Breastmilk can vary in color and consistency depending upon the time of the day that the milk was expressed, what you have eaten, and the age of the baby at the time of pumping.

NOTE: DO NOT MICROWAVE HUMAN MILK! Microwaving alters the composition of the milk. Microwaving also may create “hot spots” in the milk that could burn the infant.

NOTE: DO NOT thaw breastmilk in hot or boiling water.

6. TIPS ABOUT PUMPING

- Familiarize yourself with the pump and parts prior to use.
- The most important part of successful pumping is the let-down reflex. This is when your breastmilk begins to flow freely. Warm wet compresses applied to the breasts and gentle, circular massaging of the breasts prior to and/or during a pumping session can help encourage this natural reflex.
- Try to choose a time to pump when you are not rushed and will not be interrupted. Trying to relax and thinking of your baby or looking at a photo of your baby can also be helpful when pumping your breastmilk.
- Overall a pumping session can last about 20-30 minutes but it depends on your body. Remember, successful pumping is a learned art. Early practice sessions may be shorter or longer than stated here and may result in a small amount of breastmilk collected, but that does not mean your body is not making enough milk or that you are doing anything wrong. Milk is produced on a supply and demand basis and pumping your breasts regularly in addition to nursing your baby stimulates and maintains your breastmilk supply.
- If breastfeeding problems occur, call your physician, an International Board Certified Lactation Consultant, or breastfeeding counselor for an in-person consultation.
- You may pump one breast while nursing the baby on the other. This allows you to maximize pumping effectiveness using the let-down reflex stimulated by your baby's suckling.
- Make sure the tunnel of the breast flange is tilted slightly downward to allow your breastmilk to flow naturally toward the bottle.

Precautions: When feeding expressed breastmilk:

- DO NOT MICROWAVE BREASTMILK! Microwaving alters the composition of the milk and may also create "hot spots" in the milk that could burn the infant.
- Always test the temperature of any liquid before feeding your baby.
- Do not let a child take a bottle to bed or self feed.
- To prevent possible choking hazard, test strength of the nipple by pulling on the bulb portion. Discontinue use if any tear or crack appears.

7. TROUBLESHOOTING FOR THE LANSINOH® MANUAL BREAST PUMP

Lack of Suction / Decreased Suction

If it feels like the suction has decreased, try the following:

- Make sure that all pump parts have been properly dried and properly assembled.
- Inspect the white valve for a tear or pinhole. This component is critical to achieving proper suction. If necessary, replace the white valve with the spare valve provided with the pump.
- Ensure that the silicone diaphragm and stem is fitted securely to the pump body and a perfect seal is created.
- Ensure that the ComfortFit™ Flange is fitted securely to the flange body and a perfect seal is created.
- If your nipple is unable to be centered within the tunnel of the flange without rubbing, you may need the larger size ComfortFit™ flange included in the pack.

No Breastmilk Expressed

If you are not successful in expressing any milk, try the following:

- Make sure that all the parts have been properly dried and assembled and that proper suction is created.
- Try to relax as successful pumping is a learned art and may take several practice attempts to get started. Gentle breast massage before and during pumping can also aid in milk let-down and flow.
- Please refer to the "Tips About Pumping" section.

Pain When Pumping

If you are experiencing pain when expressing breastmilk, try the following:

- You may be pumping too hard. It may not be necessary to use all of the suction that the pump can generate. Try depressing the handle half way.
- You may need a larger or smaller flange. Try the other flange included in this package. Consult your lactation consultant for an assessment and sizing.
- Consult your physician, breastfeeding advisor or lactation consultant.

Lost or Broken Parts

Spare parts are available through Lansinoh® Customer Service at 800-292-4794 or on our website at www.lansinoh.com/store.

If you are still experiencing problems, please contact Lansinoh® Customer Service at **800-292-4794** or contact your physician or breastfeeding advisor.



Manufacturer: Lansinoh Laboratories Saglik Gerecleri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.
Zafer SB Mah. Gunduz Sk. No:13 E.S.B Gaziemir/ Izmir/ Turkiye

Lansinoh®



EXTRACTOR DE LECHE MANUAL
**INSTRUCCIONES
DE USO**

Presentación del extractor de leche manual Lansinoh®

El extractor de leche manual Lansinoh® fue específicamente diseñado para las madres que amamantan a sus bebés. Este extractor de leche tiene dos modos: Modo estimulación y modo extracción. Puede cambiar fácilmente entre los modos al ajustar la posición del mango en el vástago. La copa de succión ComfortFit™ se ajusta para cerrar herméticamente y garantizar así una succión confiable, con un flujo de leche cómodo y rápido (incluye tamaños estándar y grande). Los dos biberones de boca ancha se pueden usar con toda la gama de extractores Lansinoh®. El extractor es fácil de ensamblar, usar y limpiar.

La American Academy of Pediatrics y otras importantes organizaciones médicas recomiendan que durante 6 meses los bebés se alimenten exclusivamente con leche materna, luego 12 meses con leche materna y alimentos complementarios y después de eso durante el tiempo que la madre y el bebé lo deseen. Lansinoh® creó este extractor de leche manual para ayudarla a lograr estos objetivos; así podrá alimentar a su bebé con leche materna cuando estén separados, podrá mantener el suministro y tendrá leche materna disponible para él o ella cuando usted no esté.

Advertencias de seguridad

El extractor de leche manual es un artículo de cuidado personal y por razones de higiene nunca se debe compartir ni revender a otras madres. Si usted tiene hepatitis B, hepatitis C o el virus de inmunodeficiencia humana (VIH), extraer la leche materna con el extractor de leche manual Lansinoh no disminuirá ni eliminará el riesgo de transmitir el virus al bebé a través de la leche materna.

**Guarde estas instrucciones
junto con su recibo de compra para consultas futuras.**

¡Felicitaciones!

Su decisión de alimentar a su bebé con leche materna, incluso cuando necesite estar lejos de él o ella, es uno de los regalos más preciados que puede ofrecerle. El extractor de leche manual de Lansinoh es una opción segura y efectiva para las mamás que necesitan extraer leche ocasionalmente y aprecian la comodidad de un extractor manual.

Índice

1	Piezas del extractor de leche manual Lansinoh®	18
2	Cómo limpiar y esterilizar el extractor de leche manual Lansinoh®	19
3	Cómo ensamblar el extractor de leche manual Lansinoh®	20
4	Cómo usar el extractor de leche manual Lansinoh®	22
5	Cómo guardar la leche materna extraída	25
6	Consejos para la extracción	26
7	Resolver los problemas con el extractor de leche manual Lansinoh®	27

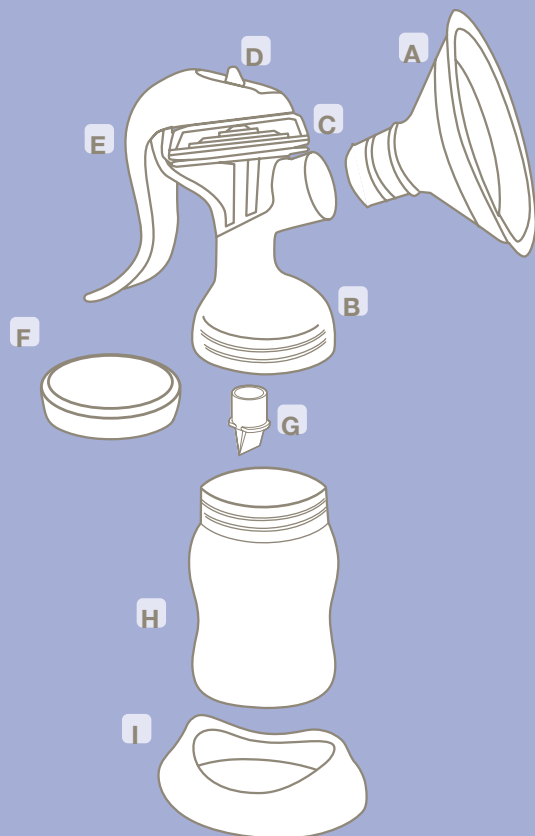
NO DEVUELVA EL EXTRACTOR AL MINORISTA.

El equipo de Atención al Cliente de Lansinoh está aquí para ayudarle. Si tiene algún problema con su extractor de leche manual Lansinoh®, llame al 800-292-4794 o envíe un email a customerservice@lansinoh.com, de lunes a viernes, de 8 a.m. a 8 p.m. EST.

NO DEVUELVA EL EXTRACTOR AL MINORISTA.

El equipo de Atención al Cliente de Lansinoh está aquí para ayudarle. Si tiene algún problema con su extractor Lansinoh Signature Pro™, llame al 800-292-4794, de lunes a viernes de 8 a.m. a 8 p.m. EST o envíe un email a customerservice@lansinoh.com. (Esto es válido solo para compras dentro de los EE. UU.) Para instrucciones de uso en español, vea la página 19.

1. PIEZAS DEL EXTRACTOR DE LECHE MANUAL LANSINOH®



- | | |
|---------------------------------------|---------------------------|
| A Copas de succión ComfortFit™ | E Mango |
| B Cuerpo de la copa de succión | F Tapa del biberón |
| C Diafragma de silicona | G Válvula blanca |
| D Vástago | H Biberón |
| | I Base del biberón |

2. CÓMO LIMPIAR Y ESTERILIZAR EL EXTRACTOR DE LECHE MANUAL LANSINOH®

Esterilización:

Antes de usar el extractor por primera vez, desármelo (quite el diafragma de silicona y el vástago, la copa de succión ComfortFit™, la válvula blanca y luego hierva todas las piezas (incluyendo la base del biberón) durante 10 minutos. Retire todas las piezas del agua inmediatamente después de hervirlas. Séquelas completamente antes de ensamblarlas y usar el extractor otra vez.

NOTA: Es esencial que use suficiente agua como para mantener las piezas flotando mientras las hierve.

Limpieza:

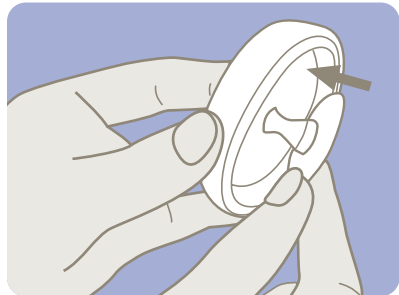
La copa de succión, el biberón, el mango y la base se pueden lavar en el compartimento superior del lavaplatos o a mano con detergente para vajillas y agua caliente. No utilice solventes y abrasivos. Enjuague con agua potable caliente. La válvula blanca, el diafragma de silicona, el vástago y la copa de succión ComfortFit™ se pueden lavar en el lavaplatos, sin embargo, recomendamos hacerlo a mano para evitar que se pierdan y prolongar su vida útil. Seque completamente todas las partes sobre una toalla limpia o escurridor.

NOTA: Tenga cuidado al limpiar la pequeña válvula blanca. Esta pieza es importante para una succión adecuada. No haga mucha fuerza ni limpie con un cepillo para biberones o tetillas. Lávela a mano con suavidad, en agua caliente jabonosa y enjuáguela bajo el grifo con agua corriente.

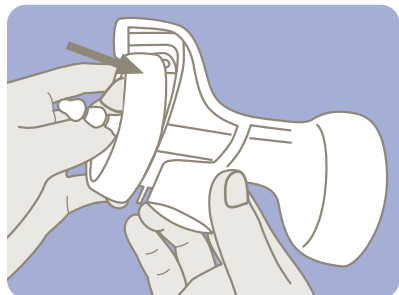
3. CÓMO ENSAMBLAR EL EXTRACTOR DE LECHE MANUAL LANSINOH®

NOTA: Antes de ensamblar el extractor de leche manual Lansinoh® asegúrese de que todas las piezas se hayan limpiado y esterilizado como se detalla en la sección 2 de este manual.

- 1 Lávese bien las manos.



- 2 Inserte el vástago en el diafragma de silicona.

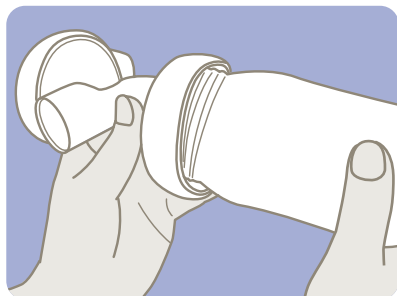


- 3 Ubique el diafragma de silicona con el vástago sobre el cuerpo de la copa de succión. Asegúrese de que encaje firmemente alrededor del borde presionando hacia abajo con los dedos para un sellado perfecto*.

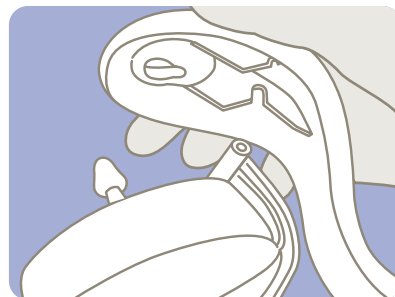
*Estas piezas se diseñaron para que encajen perfectamente. Para un ensamblaje más fácil, simplemente humedezca con agua el borde del diafragma de silicona



- 4 Asegure suavemente la válvula blanca en el cuerpo de la copa de succión, desde abajo, haciendo que la válvula blanca esté alineada con el cuerpo de la copa de succión. No es necesario hacer mucha fuerza al colocar la válvula blanca. *Si le resulta difícil retirar la válvula blanca, significa que la empujó demasiado en el cuerpo de la copa de succión.*



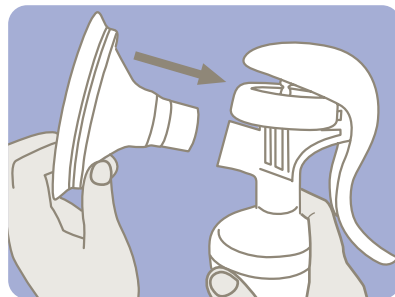
- 5 Enrosque el biberón en el cuerpo de la copa de succión.



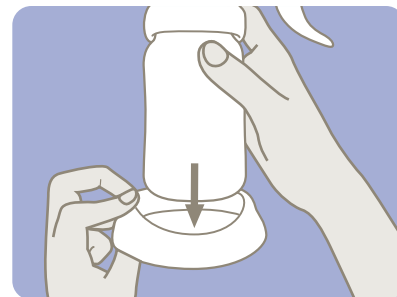
- 6 Haga coincidir la ranura en el mango con el vástago y presione suavemente el mango hacia abajo. Empuje hasta que haga clic.



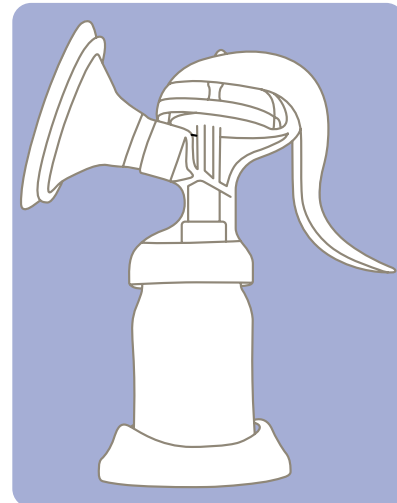
- 7 Ajuste el vástago y el mango de manera que el vástago encaje en la primera ranura del mango, o sea, con el modo estimulación.**



- 8 Seleccione la copa de succión adecuada. Acople la copa de succión ComfortFit™ al cuerpo de la copa.



- 9 Para que el extractor se mantenga completamente estable, inserte el biberón en la base.



- 10 Así debe quedar su extractor cuando esté completamente ensamblado.

**Este extractor de leche tiene dos modos: estimulación y extracción. Puede cambiar fácilmente entre los dos modos ajustando la posición del mango del vástago.

4. CÓMO USAR EL EXTRACTOR DE LECHE MANUAL LANSINOH®

Si es posible, espere hasta que su suministro de leche materna y el horario de lactancia estén bien establecidos. Esto sucede al menos entre 3 y 4 semanas después del parto, a menos que su médico o su asesor de lactancia materna indiquen lo contrario.

- 1 Lávese bien las manos.
- 2 Asegúrese de haber esterilizado y ensamblado el extractor con cuidado y exactamente como se describe en las secciones “Cómo limpiar y esterilizar el extractor de leche manual Lansinoh®” y “Cómo ensamblar el extractor de leche manual Lansinoh®”
- 3 Centre la abertura del extractor sobre el pezón y presione suavemente contra la mama asegurándose de que el pezón quede en el centro del túnel de la copa de succión. Presione la copa de succión ComfortFit™ del extractor firmemente contra su mama; verificando que selle para evitar que se escape el aire. Para que quede bien cerrado, apoye la otra mano para sostener la mama desde abajo.

Si no puede centrar el pezón dentro del túnel de la copa de succión sin rozar, es posible que necesite la copa de succión ComfortFit™ más grande que se incluye en el paquete.

- 4 Al empujar suavemente hacia abajo el mango del extractor sentirá la succión en la mama. No tiene que presionar completamente el mango para succionar, solo hasta donde se sienta cómoda.
- 5 Puede hacer una presión de succión suave para prepararse para la extracción colocando el mango en la primera ranura (arriba) del vástago. Verifique que el pezón se mueva, y apriete y suelte el mango hasta encontrar su ritmo preferido.

Advertencia: No continúe bombeando durante más de cinco minutos seguidos si no logra ningún resultado. Trate de extraer en otro momento del día.

Recuerde: Si la extracción es muy dolorosa o incómoda debe suspender el uso del extractor y consultar con su médico o asesor de lactancia materna.

USAR LA TECNOLOGÍA DE 2 FASES DE LANSINOH

Este extractor de leche tiene dos modos: estimulación y extracción. Puede cambiar fácilmente entre los modos al ajustar la posición del mango en el vástago.

Modo estimulación

Este modo estimula suavemente las mamas. Está diseñado para imitar la forma en que el bebé se alimenta cuando comienza a mamar. Es una de las características que permiten la estimulación y hace que la leche comience a fluir. Puede crear una presión de succión suave colocando el mango en la primera ranura (arriba) del vástago y haciendo pulsaciones rápidas con el mango.



Modo extracción

Este modo le permite extraer leche de la mama. Para cambiar a este modo, coloque el mango en el segundo punto (parte inferior) del vástago. Para obtener la succión más fuerte presione completamente el mango. Para menos fuerza de succión, presione menos el mango.

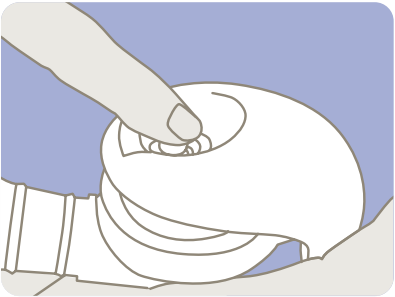
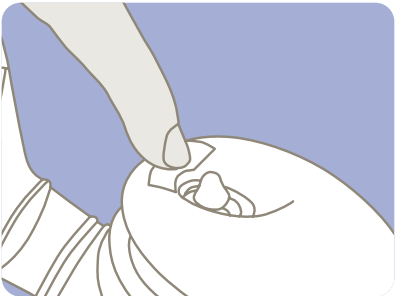


USAR LA TECNOLOGÍA DE 2 FASES DE LANSINOH, CONTINUACIÓN

Para empezar con el modo estimulación, coloque el vástago en el punto primero (superior) del mango y apriete el mango. Pronto comenzará a fluir la leche materna aunque no use toda la succión que el extractor puede generar.

Una vez que la leche materna esté fluyendo (1 o 2 minutos) cambie al modo extracción.

Para cambiar al modo extracción, presione suavemente la parte de “PRESIÓN” en la punta del mango, para colocar el mango en el segundo punto (inferior) del vástago.



Continúe apretando y suelte el mango para encontrar la presión de succión adecuada. Si siente la presión de succión débil al extraer la leche materna, apriete el mango hasta el final. La presión de succión cambia según la fuerza con la que aprieta el mango. Es más importante extraerse la leche con comodidad, que elegir una presión de succión fuerte. Extraiga la leche con una presión de succión que sienta adecuada para usted.

*Para volver al modo estimulación desde el modo extracción (1) Hale la punta del vástago hacia usted, (2) Apriete el mango suavemente y colóquelo en el primer punto (superior).

5. PAUTAS PARA GUARDAR LECHE MATERNA

Almacenaje y pautas de descongelamiento de la leche materna para bebés saludables nacidos a término

Consulte con su proveedor de asistencia sanitaria o un Consultor de Lactancia Certificado para instrucciones específicas de almacenamiento. Cuando congele su leche materna, no llene los envases más de $\frac{3}{4}$ para permitir que se expanda durante el proceso. Anote la fecha de la extracción en el envase para futura referencia.

DÓNDE	TEMPERATURA	HORA
A temperatura ambiente	66-78°F (19-26°C)	4 horas (ideal) hasta 6 horas (aceptable)
En un refrigerador	<39°F (<4°C)	72 horas (ideal) hasta 8 días (aceptable)
Congelador	0°F (-18°C)	3 meses (ideal) hasta 6 meses (aceptable)
Supercongelador	-4°F (-20°C)	6 meses (ideal) hasta 12 meses (aceptable)

Fuente: La Leche League Internacional 2014

Anote la fecha en el recipiente y utilice primero la leche que lleva más tiempo en el congelador.

Descongelamiento de la leche

Descongele la leche en el refrigerador o coloque el recipiente debajo de un chorro de agua fría y entibie la temperatura del agua gradualmente hasta que la leche se descongele. La leche descongelada se puede mantener en el refrigerador hasta 24 horas.

NOTA: No vuelva a congelar la leche una vez que se ha descongelado.

Agite suavemente la leche descongelada antes de alimentar al bebé para mezclar las capas que se han separado. La leche materna no está homogeneizada y la "nata" subirá a la superficie del biberón. La leche materna puede variar en cuanto a color y consistencia, dependiendo de la hora del día en que se extrajo, los alimentos ingeridos por la madre y la edad del bebé cuando se extrae la leche.

NOTA: ¡NO COLOQUE LECHE MATERNA EN EL MICROONDAS! Las microondas alteran la composición de la leche. También pueden crear “zonas calientes” en la leche que pueden quemar al bebé.

NOTA: NO descongele leche materna en agua caliente o hirviendo

6. CONSEJOS SOBRE LA EXTRACCIÓN

- Familiarícese con el extractor y sus piezas antes de usarlo.
- La parte más importante de una extracción exitosa es el reflejo de bajada ya que la leche materna comienza a fluir libremente. La aplicación de compresas tibias húmedas y los masajes circulares en las mamas antes y/o durante la sesión de extracción pueden incentivar este reflejo natural.
- Trate de elegir un momento para la extracción en el que no esté apurada ni será interrumpida. También le puede ser útil al extraerse la leche, intentar relajarse mientras piensa en su bebé o mira una foto suya.
- Una sesión de extracción puede durar entre 20 y 30 minutos pero depende de su cuerpo. Recuerde, la extracción es un arte que se aprende. Las primeras sesiones de práctica pueden ser más cortas o más largas de lo que se dice aquí y puede que recolecte una pequeña cantidad de leche materna pero eso no significa que su cuerpo no produzca suficiente leche o que usted esté haciendo algo mal. La leche se produce en base al suministro y la demanda, y la extracción periódica de sus mamas además de amamantar a su bebé estimula y mantiene la producción de leche materna.
- Si surge un problema con la lactancia, llame a su médico, un consultor de lactancia certificado por la Junta Médica Internacional o un consultor de lactancia materna para una consulta en persona.
- Puede extraer leche de una mama mientras amamanta al bebé con la otra. Esto le permite maximizar la eficacia de la extracción con el reflejo de “bajada” de leche que se estimula cuando el bebé succiona.
- Asegúrese de que el túnel de la copa de succión se incline ligeramente hacia abajo para que la leche fluya de manera natural hacia el biberón.

Precauciones: Cuando alimente con leche materna extraída:

- ¡NO PONGA LECHE MANTERNA EN EL MICROONDAS! Las microondas alteran la composición de la leche y pueden generar “zonas calientes” en la leche que podrían quemar al bebé.
- Siempre verifique la temperatura de los líquidos antes de alimentar a su bebé.
- No deje que los niños se lleven el biberón a la cama o se alimenten solos por periodos largos.
- Para evitar el riesgo de asfixia, pruebe la dureza de la tetilla jalando la parte con forma de bulbo. Suspenda su uso si aparecen roturas o grietas

7. RESOLVER LOS PROBLEMAS CON EL EXTRACTOR DE LECHE MANUAL LANSINOH®

Falta/disminución de succión

Si siente que la succión ha disminuido, pruebe lo siguiente:

- Asegúrese de que todas las piezas del extractor estén bien secas y ensambladas correctamente.
- Revise la válvula blanca para ver si hay roturas o un pequeño orificio. Esta pieza es fundamental para una correcta succión. Si es necesario, reemplace la válvula blanca por la de repuesto incluida con el extractor.
- Compruebe que el diafragma de silicona y el vástago se sujeten firmemente al cuerpo del extractor y se cree un cierre perfecto. Asegúrese de que la copa de succión ComfortFit™ se sujete firmemente al cuerpo de la copa de succión y se cree un cierre perfecto.
- Si no puede centrar el pezón dentro del túnel de la copa de succión sin rozar, es posible que necesite la copa de succión ComfortFit™ más grande que se incluye en el paquete.

No extrae leche

Si no puede extraer leche materna, intente lo siguiente:

- Asegúrese de que todas las piezas estén secas y ensambladas correctamente y que se genera la succión adecuada.
- Trate de relajarse ya que una extracción exitosa se aprende y puede requerir varios intentos al comenzar.
- Consulte la sección “Consejos sobre la extracción”.

Dolor durante la extracción

Si siente dolor al extraer leche materna, pruebe lo siguiente:

- Tal vez esté succionando demasiado fuerte. Es posible que no necesite toda la succión que puede generar el extractor. Trate de presionar el mango hasta la mitad y recuerde el ritmo sugerido de 2-3 segundos.
- Tal vez necesite una copa de succión más grande o más pequeña, pruebe la otra que se incluye en este paquete. Consulte a su asesor de lactancia sobre el tamaño y para una evaluación.
- Consulte a su médico, asesor de lactancia materna o consultor de lactancia.

Piezas perdidas o rotas

Las piezas de repuesto están disponibles a través de Atención al Cliente de Lansinoh® llamando al 800-292-4794 o visitando nuestro sitio web en www.lansinoh.com/store.

Si continúa con problemas, comuníquese con Atención al Cliente de Lansinoh® en el **800-292-4794** o con su médico o asesor de lactancia materna.



Fabricante: Lansinoh Laboratories Saglik Gerecleri Tasarim San. Tic. Ltd. Sti.
Zafer SB Mah. Gunduz Sk. No:13 E.S.B Gaziemir/ Izmir/ Turkiye

This product is a personal care product and therefore cannot be returned once opened. If you experience any problems with this product, please telephone our toll free customer service line at 800-292-4794. Our representatives will be happy to assist you.

Este es un producto de higiene personal y, por lo tanto, no se puede devolver una vez abierto el empaque. Si tiene algún problema con este producto, sírvase llamar gratis a la línea de servicio al cliente al 800-292-4794. Nuestros representantes le ayudarán con gusto.

Distributed by Lansinoh Laboratories, Inc
Alexandria, VA 22314 USA
800-292-4794
Lansinoh.com

Lansinoh breastfeeding products are manufactured and distributed by Lansinoh Laboratories, Inc in the US.

©2016 Lansinoh Laboratories, Inc. All rights reserved. Printed in Turkey
MN50520IF0616

Distribuido por Lansinoh Laboratories, Inc
Alexandria, VA 22314 USA
800-292-4794
Lansinoh.com

Lansinoh® es una marca registrada de Lansinoh Laboratories, Inc.

©2016 Lansinoh Laboratories, Inc. Todos los derechos reservados. Impreso en Turquía.

MN50520IF0616