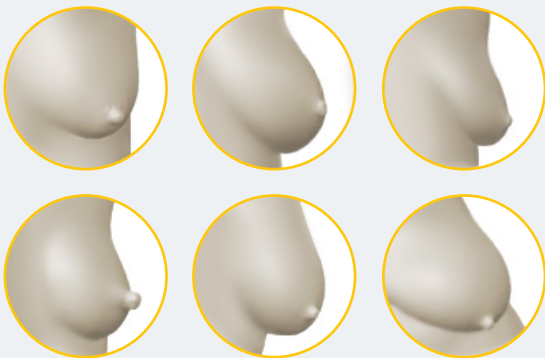


Γιατί η επιλογή χοάνης είναι σημαντική για αποτελεσματική άντληση

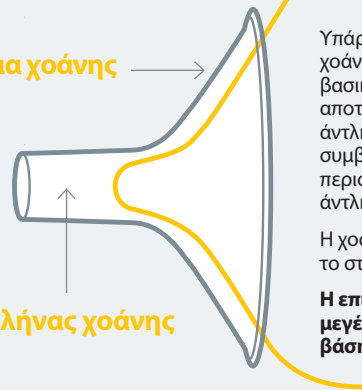
Κατανόηση της ανατομίας του μαστού

Υπάρχουν διάφορα σχήματα και μεγέθη, που ενδέχεται να αλλάζουν κατά τον θηλασμό.¹ Το μέγεθος της θηλής δεν είναι απαραίτητο ότι θα είναι ανάλογο με το μέγεθος του στήθους σας, και είναι επίσης πιθανό η κάθε θηλή σας να έχει διαφορετικό μέγεθος.



άνοιγμα χοάνης

σωλήνας χοάνης



Υπάρχουν διάφορα μεγέθη χοάνης, και το μέγεθος παίζει βασικό ρόλο στην άνεση και την αποτελεσματικότητα της άντλησης, καθώς μπορεί να συμβάλει ώστε να αφαιρείται περισσότερο γάλα σε κάθε άντληση.

Η χοάνη θα πρέπει να «αγκαλιάζει» το στήθος και όχι να το συμπιέζει.

Η επιλογή του κατάλληλου μεγέθους χοάνης γίνεται με βάση τη διάμετρο της θηλής.

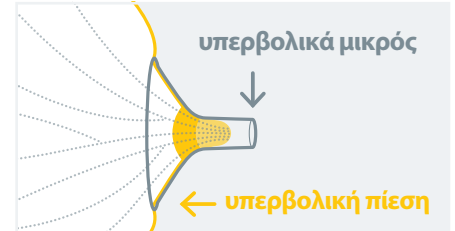
Τι συμβαίνει κατά τον θηλασμό ή την άντληση



Το μέγεθος των γαλακτοφόρων πόρων αυξάνεται κατά 68% κατά την κάθοδο του γάλακτος.² Αυτό γίνεται για να διευκολυνθεί η ροή του γάλακτος μέσω των γαλακτοφόρων πόρων προς τη θηλή.



Η διάμετρος της θηλής ενδέχεται να αυξηθεί προσωρινά κατά 2 έως 3 mm.³ Επομένως, το μέγεθος του σωλήνα πρέπει να είναι ελαφρώς μεγαλύτερο από τη διάμετρο της θηλής.



Οι γαλακτοφόροι πόροι βρίσκονται κοντά στην επιδερμίδα. Η υπερβολική πίεση της χοάνης πάνω στον μαστό ή η χρήση υπερβολικά μικρού σωλήνα μπορεί να εμποδίσει τη ροή γάλακτος.⁴

Γιατί η άνεση κάνει τη διαφορά στην αποτελεσματική άντληση

Το άγχος και η ενόχληση μπορούν να αναστείλουν την οξυτοκίνη, που είναι η απαραίτητη ορμόνη για την εξώθηση του μητρικού γάλακτος.⁵ Δείτε τις συμβουλές μας για πιο αποτελεσματική άντληση:

1.



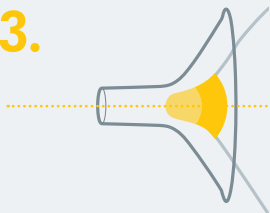
Η χρήση του κατάλληλου μεγέθους χοάνης είναι σημαντική ώστε να είστε ήρεμες και να νιώθετε άνετα κατά την άντληση, και διευκολύνει τη ροή του γάλακτος.⁶

2.



Η άντληση δεν θα πρέπει να σας προκαλεί πόνο. Είναι σημαντικό να ρυθμίσετε την ένταση αναρρόφησης στο μέγιστο δυνατό επίπεδο που δεν σας προκαλεί ενόχληση κατά τη φάση άντλησης, καθώς συμβάλλει στην αφαίρεση περισσότερου γάλακτος σε λιγότερο χρόνο.⁷

3.



Κατά την άντληση, η θηλή θα πρέπει να βρίσκεται στο κέντρο του σωλήνα και να κινείται ελεύθερα στο εσωτερικό του. Σε αντίθετη περίπτωση, θα πρέπει να επιλέξετε άλλο μέγεθος χοάνης.

4.

Η επιλογή θηλάστρου με προστασία από υπερχειλίση – που αναφέρεται και ως κλειστό σύστημα – θα σας δώσει τη δυνατότητα να χρησιμοποιείτε το θηλάστρο σε μια άνετη θέση που σας βολεύει.



Συμβουλευτείτε τον οδηγό επιλογής μεγέθους χοάνης στη διεύθυνση www.medela.com/fittingguide και διαβάστε περισσότερα στη διεύθυνση www.medela.com/pumping