

A Lansinoh anyatejtároló zacskó élelmiszerek számára biztonságos polietilénből készült (PE).

Kérünk, hogy a Lansinoh anyatejtároló zacskót mindig kezelj óvatosan, amikor anyatejet tárolsz benne és amikor kivessz a fagyasztóból, különösen, amikor felolvasztod a benne tárolt anyatejet. Ha a zacskó leesett, vagy bármilyen módon sérült, akkor a kiolvasztás közben szivároghat.

Használati útmutató

- Szakítsd le a biztonságú perforációt a zacskó tetején, és óvatosan nyisd szét a simítózárat.
- A Lansinoh anyatejtároló zacskó előre sterilizált, orvosi minőségű, használat előtt nem kell azt kimosni, tisztítani.
- Őntsd az anyatejet a zacskóba, de ne töltsd ¾ -nél tovább, hogy fagyasztáskor szabadon tágulhasson.
- Mielőtt lezáród a zacskót, olvasd le a mennyiséget a zacskóra nyomtatott skálán, zárd le a zacskót és ird a mennyiséget és a dátumot a kijelölt helyre.
- A zacskókat állítsa vagy lefektetve is tárolhatod a fagyasztóban vagy a hűtőszekrényben. Fektetett tárolás esetén gyorsabban felolvasztható.
- A helytakarékoság és a sérülések elkerülése érdekében a zacskó lesimitásával szoríts ki minél több levegőt. Ehhez fogd a zacskót a mutató és a középső ujjad közé, mint egy olló, és préseld a levegőt a simítózár irányába.
- A biztonságos záródásért a dupla simítózár felületét kétszer simítsd át.
- Minden zacskó csak egyszer használható.

Az anyatej szakszerű tárolása

Mindig kérd szüledről, védőnőt vagy szoptatási tanácsadó véleményét a speciális anyatejtárolási utasításokkal kapcsolatban. Az anyatej lefagyasztásakor ne töltsd ¾ -nél tovább a zacskót, hogy fagyasztáskor szabadon tágulhasson. A fejés dátumát mindig ird rá az anyatejtárolóra. A lefejt tejet olyan adagokban fagyaszd le, melyet egyszerre etetsz meg a babával. Melyhűtőbe helyezés előtt ne gyűjtsd 24 óránál tovább a hűtőszekrényben az anyatejet.

Meddig lehet tárolni az anyatejet?	
Szobahőmérsékleten (19-26°C)	maximum 6 óra
Hűtőszekrényben: - folyamatosan 4°C alatt - folyamatosan 4°C felett	5 nap 3 nap
Mélyfagyasztóban folyamatos -18°C	6 hónap
Egyajtós hűtőszekrény fagyasztó rekeszében	maximum 2 hét
Kétajtós hűtőszekrény fagyasztójában	3-4 hónap

Meddig lehet a felolvasztott anyatejet tárolni?	
Hűtőszekrényben (legfeljebb 4°C-on)	Felbontás és felmelegítés nélkül 24 órán át tárolható hűtőszekrényben
Hűtőszekrényben (legfeljebb 4°C-on)	Felbontás után 12 órán át

Forrás: La Leche League International, 2008

Figyelmeztetések

Soha ne fagyaszd újra a felolvasztott anyatejet!

Soha ne tárold a lefejt tejet a hűtőszekrény ajtajában, a gyakran változó hőmérséklet miatt. Mindig ird rá a fejés dátumát a lefejt anyatejes zacskóra, mindig a régebbi dátumú tejet használd fel először!

Az anyatej szakszerű felolvasztása

Az anyatejben lévő értékes anyagok megőrzésének érdekében, mindig a lehető leglassabban olvaszd azt ki. Ezt megteheted a lehető leglassabban a hűtőszekrényben akár 24 órán át, vagy szobahőmérsékleten. Felolvasztására soha ne használj mikrohullámú készüléket vagy forrásban lévő vizet! Ha szükséges, az anyatej felolvasztható hideg vagy kéz meleg csapvíz alatt vagy üvegmeglejtőben is (max. 37°C). Felolvasztás után, felbontás és felmelegítés nélkül az anyatej 24 órán át tárolható hűtőszekrényben. Felbontás után a felolvasztott tejet hűtőszekrényben kell tárolni és 12 órán belül fel kell használni. A megmelegített maradékot mindig őntsd ki! A tárolt anyatej is rétegződik, felhasználás előtt óvatosan rázd össze.

GR Μητρικό Γάλα – Ότι καλύτερο για το μωρό σας

To gála που βγαίνει από το στήθος σου για το μωρό σου είναι ένα πολύτιμο υγρό. Περιέχει τον καλύτερο δυνατό

ουσιασμό από θρεπτικά συστατικά, αντιοξυμάτα, ζωντανά κύτταρα και άλλες ουσίες που προστατεύουν το μωρό σου από λοιμώξεις και το βοηθούν να μεγαλώσει και να αναπτυχθεί στο μέγιστο. Θα πρέπει να το μεταχειρίζεσαι με προσοχή. Ο τρόπος που το αποθηκεύεις επηρεάζει τη διατήρηση της θρεπτικής του ποιότητας.

Τα Σακουλάκια Αποθήκευσης Μητρικού Γάλακτος της Lansinoh® είναι κατασκευασμένα από το ασφαλέσ για τα τρέφιμα πολυαιθυλένιο (PE).

Παρακαλούμε χειριστείτε τα Σακουλάκια με προσοχή όταν τα αποθηκεύετε καθώς και όταν τα βγάξετε από την κατάψυξη, και ειδικά όταν τα αποψύχετε. Εάν το Σακουλάκι έχει πέσει ή καταστραφεί με οποιoδήποτε τρόπο, το γάλα μπορεί να διαρρεύσει καθώς το αποψύχετε.

Τρόπος Χρήσης

- Σκίστε την ασφαλεία που βρίσκεται στο πάνω μέρος στο σακουλάκι και ανοίξτε απαλά το ζιπερ.
- Τα Σακουλάκια είναι προ-αποστειρωμένα, συνεπώς δεν χρειάζεται να τα πλύνετε πριν τη χρήση.
- Βάλτε το μητρικό γάλα στο Σακουλάκι Αποθήκευσης.
- Πριν το κλείσιμο, διαβάστε την ποσότητα του περιεχομένου από τον ειδικό μετρητή πάνω στη συσκευασία, κλείστε το σακουλάκι και σημειώστε την ποσότητα στην ετικέτα γραφή.
- Τα Σακουλάκια αποθηκεύονται σε κáθετη ή σε οριζόντια θέση στο ψυγείο ή την κατάψυξη. Όταν αποθηκεύονται σε οριζόντια θέση, η απόψυξη είναι ευκολότερη.
- Για να αποψύχετε «εγκλίμα κατάψυξη», απομακρύνετε όσο το δυνατόν περισσότερο αέρα από το Σακουλάκι πριν να το καταψύξετε. Για να το κάνετε αυτό πιάστε με το δείκτη και το μέσο (σαν ψαλίδι) το Σακουλάκι πάνω από το επίπεδο του γάλακτος και προς το ζιπερ.
- Σφραγίστε το Σακουλάκι κλείνοντας το διπλό κούμπωμα ασφαλείας. Επαναλάβετε για να διασφαλίσετε πλήρη σφράγιση.
- Τα Σακουλάκια είναι μιας χρήσης μόνο.

Οδηγίες για την Αποθήκευση του μητρικού γάλακτος

Ρωτήστε τη μαία σας, τον επιστήμονα υγείας ή την σύμβουλο θηλασμού για συγκεκριμένες οδηγίες αποθήκευσης. Όταν καταψύχετε το μητρικό γάλα, μην γεμίζετε με ποσότητα που ξεπερνάει τα ¾ της συσκευασίας για να έχει τη δυνατότητα το Σακουλάκι να διεκτυνθεί. Σημειώστε την ημερομηνία άντλησης του γάλακτος πάνω στο Σακουλάκι για μελλοντική αναφορά.

Χρόνος διατήρησης του μητρικού γάλακτος	
Θερμοκρασία δωματίου	6 έως 8 ώρες
Ψυγείο (< 4°C)	Έως 3 ημέρες
Βαθεία κατάψυξη συνεχώς στους -18°C (0°F)	6 μήνες

Χρόνος διατήρησης αποψυγμένου μητρικού γάλακτος	
Ψυγείο (< 4°C)	κλειστό 24 ώρες
Ψυγείο (< 4°C)	μετά το άνοιγμα 12 ώρες

Πηγή: La Leche League International, 2008

Σημειώσεις

Μην επανακαταψύχετε το μητρικό γάλα.

Μην τοποθετείτε το μητρικό γάλα στην πόρτα της κατάψυξης, καθώς αυτό είναι το πιο ζεστό σημείο της. Βάλτε ημερομηνία στο φυλαγμένο μητρικό γάλα και χρησιμοποιήστε πρώτα το πιο παλιό.

Οδηγίες Απόψυξης

Για διατηρηθούν οι πολύτιμες ουσίες του μητρικού γάλακτος, αποψύξτε το όσο πιο αργά και ήπια γίνεται – στο ψυγείο ή σε θερμοκρασία δωματίου για περισσότερες από 24 ώρες. Μην χρησιμοποιείτε βραστό νερό ή φούρνο μικροκυμάτων! Αν είναι απαραίτητο, το μητρικό γάλα μπορεί να αποψύχεται κάτω από κρύο ή χλιαρό νερό βρύσης ή σε θερμαντήρα μπουκαλιών (μέγιστη θερμοκρασία 37°C). Μετά την απόψυξη, το κλειστό μητρικό γάλα μπορεί να διατηρηθεί στο ψυγείο για 24 ώρες. Από τη στιγμή που θα ανοιχθεί, το μητρικό γάλα πρέπει να διατηρηθεί στο ψυγείο και να καταναλωθεί εντός 12 ωρών. Αφού το ζεστάνετε, πετάξτε το μητρικό γάλα που δεν χρησιμοποιήσατε. Αν το μητρικό γάλα επικαθίσει σε διαφορετικές στρώσεις, αναδέψτε το προσεκτικά ανακινώντας το σακουλάκι.

PL Pokarm naturalny – najlepszy, co możesz dać swojemu dziecku
Mleko mamy to cenny dar. Jest połączeniem najbardziej odżywczego pokarmu, przeciwciał, żywych komórek i

innych składników, które chronią dziecko przed infekcjami i pozwalają na zdrowy wzrost i rozwój. Duży wpływ, na jakość pokarmu ma jego właściwe przechowywanie.

Woreczki do przechowywania pokarmu Lansinoh® są wykonane z odpowiedniego do kontaktu z żywnością polietylenu (PE).

Należy zwrócić szczególną uwagę na ostrożne obchodzenie się z woreczkami podczas przechowywania oraz wyjmowania z zamrażalnika a zwłaszcza rozmrażania pokarmu. Jeżeli woreczek zostanie uszkodzony albo uszkodzony w jakikolwiek sposób może to spowodować wyciek zawartości.

Instrukcja użytkowania

- Rozewnij taśmę zabezpieczającą w górnej części woreczka a następnie otwórz delikatnie przesuważąc suwak do siebie.
- Woreczki na pokarm Lansinoh są sterylne, więc nie muszą być myte przed użyciem
- Napełnij woreczek pokarmem.
- Przed zamknięciem woreczka odczytaj na skali poziom napełnienia zawartością i zaznacz na polu do notatek.
- Woreczki mogą być przechowywane zarówno w pozycji pionowej jak i leżącej w lodówce lub zamrażalniku. Jeżeli są przechowywane w pozycji leżącej latwiej je później rozmrozić.
- Aby uniknąć pęknięcia nadmiar powietrza gromadzonego w woreczku powinien być usunięty przed zamrożeniem. Chwyć woreczek pomiędzy dwa palce – wszkazujący i środkowy (jak nożycki) i nacisnij, aby powietrze wyostało się z woreczka powyżej poziomu zamknięcia.
- Zamknij woreczek poprzez ściśnięcie podwójnej taśmy sklejającej. Powtórz czynność, aby upewnić się, że zamknięcie jest szczelne.
- Woreczki nadają się do jednorazowego użytku.

Przechowywanie pokarmu

Skonsultuj z położną lub doradcą laktacyjnym warunki przechowywania pokarmu. Jeżeli mrozisz swój pokarm nie napełniaj woreczka powyżej ¾ obszaru napełniania, aby uniknąć pęknięcia i wycieku zawartości. Opisz woreczek datą odciążenia pokarmu.

Jak długo przechowywać pokarm?	
Temperatura pokojowa	6 do 8 godzin
Lodówka (poniżej 4°C)	Do 3 dni
Zamrażalnik 0°F (-18°C)	6 miesięcy

Jak długo rozmrożony pokarm może być przechowywany?	
Lodówka (poniżej 4°C)	zamknięty do 24 godzin
Lodówka (poniżej 4°C)	po otwarciu do 12 godzin

Źródło: La Leche League International, 2008

Dodatkowe informacje

NIE zamrażaj ponownie wcześniej rozmrożonego pokarmu.

NIE przechowuj pokarmu na drzwiach lodówki. Półki na drzwiach lodówki są najcieplejszym obszarem. Pozostawiaj datę odciążenia pokarmu na woreczkach i w pierwszej kolejności wykorzystuj najdawniej odciążony pokarm.

Instrukcja rozmrażania pokarmu

Aby zachować cenne wartości zawarte w pokarmie naturalnym, rozmrażanie powinno przebiegać w możliwie stopniowy sposób – nawet ponad 24 godziny w lodówce lub w temperaturze pokojowej. Nie używaj do rozmrażania wrzątku ani mikrofalówki! Jeżeli zajdzie taka potrzeba można rozmrozić pokarm w ciepłej kąpielii wodnej lub podgrzewaczu do butelek (max 37°C). Po rozmrożeniu można ponownie umieścić pokarm w lodówce do czasu podania go dziecku. Zamknięty woreczek z rozmrożonym pokarmem może być przechowywany w lodówce do 24 godzin. Po otwarciu woreczka rozmrożony pokarm musi być przechowywany w lodówce i zużyty w ciągu 12 godzin. Po podgrzaniu niewykorzystany pokarm nie nadaje się do podania. Jeżeli rozmrożony pokarm ma niejednorodną strukturę należy ostrożnie potrząsnąć woreczkiem w celu wymieszania zawartości.

Lansinoh Laboratories, Inc. Jason House, Kerry Hill, Leeds, LS18 4JR, UK

Lansinoh® and HPA®, are registered trademarks of Lansinoh Laboratories, Inc. ©2017 Lansinoh Laboratories, Inc. All rights reserved. Manufactured in Thailand.

BG40055/44204IF1117

www.lansinoh.co.uk

info@lansinoh.co.uk

EN 14350



IT Latte materno il meglio per il tuo bambino

Il latte che raccogli per il tuo bambino è un liquido prezioso. Il latte materno è infatti il miglior alimento per il tuo bambino, contiene anticorpi, cellule vive e altri agenti che proteggono i bambini dalle infezioni e che li aiutano a crescere ed avere un appropriato sviluppo. È importante prendersi cura del latte raccolto e conservarlo in maniera appropriata affinché mantenga le sue qualità.

Le sacche per la raccolta del latte materno Lansinoh® sono composte da polietilene (PE), materiale sicuro per i cibi. Ti preghiamo di maneggiare le sacche con cura quando le conservi o le recuperi dal freezer e ancor di più quando le scongeli.

Istruzioni per l'uso

- Strappa il sigillo di sicurezza posizionato in cima alla sacca e apri gentilmente la chiusura ermetica.
- Le sacche Lansinoh® sono pre-sterilizzate e non necessitano di essere lavate prima dell'uso.
- Versa il tuo latte all'interno della sacca.
- Prima di chiudere la sacca, leggi la quantità di latte che hai versato tramite l'apposita scala presente. Ora chiudi la sacca e segna il quantitativo di latte nell'apposita area.
- Le sacche possono essere conservate in piedi o stese in frigo o freezer. Solitamente le sacche conservate stese sono più facili da scongelare.
- Per evitare bruciature da freddo, rimuovete la maggior quantità d'aria possibile presente all'interno della sacca prima di congelarla. Per fare questo, poni la sacca tra l'indice e il dito medio (come a formassero una forcice) e porta l'aria al di sopra del latte verso la chiusura ermetica.
- Sigilla la sacca chiudendo la doppia chiusura ermetica. Pressa due volte sulle chiusure per assicurarti di aver chiuso bene la sacca.
- Le sacche servono per un solo uso.

Conservazione del latte materno

Consultati con la tua ostetrica o consulente in allattamento al seno per istruzioni di conservazione specifiche. Quando congeli il latte materno, non riempire il contenitore oltre i ¾ della sua capienza totale, per consentirne l'espansione in freezer. Poni sempre la data in cui il latte è stato raccolto sul contenitore, in modo da sapere sempre se il latte è ancora utilizzabile.

Quanto a lungo può essere conservato il latte materno?	
Temperatura ambiente <26°C	6-8 ore
Frigorifero 0°-4°C	fino a 3 giorni
Freezer -18°C (temperatura costante)	6 mesi

Quanto a lungo si può conservare il latte materno scongelato?	
Frigorifero (fino a 4°C)	Sacca chiusa, 24 ore
Frigorifero (fino a 4°C)	Sacca dopo apertura, 12 ore

Note

NON congelare il latte materno scongelato in precedenza. NON conservare il latte materno nello sportello del freezer. Lo sportello tende ad essere la parte più calda del freezer. Datate sempre le sacche e utilizzare il latte materno più vecchio per primo.

Istruzioni per lo scongelamento

Lo scongelamento deve essere effettuato il più delicatamente possibile, per preservare le preziose sostanze contenute all'interno del latte materno – a temperatura ambiente o molto lentamente in frigorifero per 24 ore. Non utilizzare acqua bollente o il microonde! Se necessario si può passare la sacca contenente il latte da scongelare sotto acqua corrente fredda o tiepida (massima temperatura 37°C). Dopo averlo scongelato, si può riporre il latte verso il fondo del frigorifero fino alla sua consumazione. Se la sacca è chiusa, il latte scongelato può essere mantenuto in frigorifero per 24 ore. Dopo l'apertura, il latte deve essere consumato entro 12 ore. Dopo aver riscaldato il latte, quello avanzato deve essere gettato via. Se il latte si stratifica puoi mischiare gli strati muovendo delicatamente la sacca.

Lansinoh®

BREASTMILK STORAGE BAGS

Anne Sütü Saklama Poşetleri

Fryseposer til modernmælk

Bolsas almacenaje

Saquinhos para Leite Materno

Latte materno – il meglio per il tuo bambino

BPA
BPS
FREE

GB Double sealed side seams
Pre-sterilised
Secure tear away top
Easy to use dispenser
Simple to pour

TR Çift Kilit Sistemi İle Güvenli Kapatma
Önceden Sterilize Edilmiş
Güçlendirilmiş Yan Kenarlar İle
Sızdırmaz
Kullanımı Kolay İç Ambalaj
Özel Açız Kesimi İle Anne Sütü Kolay
Aktarılır

E Doble cierre hermetico
Presterilizado
Seguro para congelador
Dispensador fácil de usar
Fácil de vertir

DK Dobbelt lukkeclips
Steriliseret
Egnet til frysning
Brugervenlig opbevaingspose
Let at påfylde

P Fecho de Segurança Duplo
Pré Esterilizado
Vai ao Congelador
Dispenser facile all'uso
Facile da versare

NEW Pump directly into our
breastmilk storage bags from
any Lansinoh® Breast Pump*
*visit: www.lansinoh.co.uk/products/breastmilk-storage-bags-1



www.lansinoh.co.uk

GB Breastmilk – best for your baby

The milk you express for your baby is a precious fluid. It combines the best possible nutrition with antibodies, live cells, and other agents that protect babies from infection and help them grow and develop. You'll want to take good care of it and how you store it affects how well it is preserved.

Lansinoh® Breastmilk Storage Bags are made from food safe polyethylene (PE). They are also BPA and BPS free.

Please handle Lansinoh® Breastmilk Storage Bags with care when storing in and removing from the freezer, and especially when defrosting. If a bag is dropped, or damaged in any way, it may leak while defrosting.

Instructions for use

- Tear off the safety seal at the top of the bag and open by gently pulling the zipper apart.
- Lansinoh® Breastmilk Storage Bags are pre-sterilised and do not need to be washed before use.
- Pour breastmilk into the storage bag.
- Before closing the bag, read the fill quantity by means of the imprinted scale, close the bag and mark quantity in the inscription area.
- Seal the bag by compressing the double seal. Repeat the procedure to ensure safe sealing.

You can now use your Lansinoh® Pump to pump directly into Lansinoh® Breastmilk Storage Bags.

IMPORTANT! Ensure that your Lansinoh® Breastmilk Storage Bag has white and purple flowers and a white line above the logo as shown in the image. If your bag does not have this design, it is not compatible with pumping directly into the bag.

- To do this, tilt expression set and insert one side to align with the printed white line and flower.
- Gently pull the other side of the bag up over the expression set so the clear zipper is above the expression set on all sides.
- Gently pull the bag down until the expression set is just below the clear bottom zipper all the way around the bag. Tug gently on bottom of bag to ensure bag is secure.
- If working with a double pump, repeat steps 1-3.
- Pump as usual

6) To remove bag, reverse step 2. DO NOT PULL BAG STRAIGHT DOWN. Securely hold the bag and gently pull the zipper seal down past expression set. Maintaining a firm grip on bag, tilt and remove adapter. Seal bag.

NOTE: Do not fill past the 6oz / 180ml mark. Overfilling may cause the bag to split due to the liquid expanding when frozen.

Pumping directly into bags requires two hands to safely remove milk storage bags

Storage of breastmilk

Check with your midwife, health visitor or breastfeeding counsellor for specific storage instructions. When you are freezing your breastmilk, do not fill bags more than ¾ full to allow for expansion from freezing. Date bags with the date and time you expressed your milk for future reference, and note volume of breastmilk.

How long can breastmilk be stored?	
Room temperature	6 to 8 hours
Fridge (up to 4° C)	Up to 3 days
Freezer 0° F (-18° C)	6 months

How long can thawed breastmilk be stored?	
Fridge (up to 4° C)	unopened 24 hours
Fridge (up to 4° C)	after opening 12 hours

Source: La Leche League International, 2008

Instructions for defrosting

To preserve the precious substances contained in your breastmilk, defrosting should be carried out as gently as possible – either very slowly over 24 hours in the fridge, or at room temperature. Do not use boiling water or a microwave! If necessary, you can defrost your breastmilk under running cold or lukewarm tap water or in a bottle heater (max 37° C). If the milk settles into different layers, you can mix it by carefully shaking the bag.

After defrosting, you can put the milk back into the fridge until consumption. Unopened, the bag containing defrosted breastmilk can be kept in the fridge for 24 hours.

After opening, defrosted milk must be kept in the fridge and consumed within 12 hours. After warming, the remainder must be discarded.

Notes

DO NOT refreeze thawed breastmilk.

DO NOT store breastmilk in freezer door. The door tends to

be the warmest part of the freezer.

Date all breastmilk and use the oldest breastmilk first.

Single use only.

Bags can be stored upright or flat in the fridge or freezer. When stored flat, bags are easier to thaw.

To avoid freezer burn, as much air as possible should be removed from the storage bags before freezing. To do this, take the bag between your forefinger and middle finger (like scissors) and press the air above the liquid level towards the zipper.

When storing flat, separate each bag with a paper towel to avoid bags sticking together.

TR Anne sütü bir annenin bebeğine verebileceği en değerli besindir.

Çünkü anne sütü içeriğindeki antibadiler, canlı hücreler ve diğer tüm bileşenleri ile bebeğin enfeksiyonlardan korunmasına, büyüyüp gelişmesine destek olabilecek en iyi gıdadır. Anne sütünün saklama koşulları, besin değerinin en iyi şekilde korunması için önemlidir.

Lansinoh® Anne Sütü Saklama Poşetleri gıda saklamak için güvenli polietilenden (PE) üretilmiştir. BPA ve BPS içermez.

Sütle dolu Lansinoh® Anne Sütü Saklama Poşetleri'ni buzdolabına koyarken, dondururken ve derin dondurucudan çıkarırken dikkatli olunuz. Poşetlerin zarar görmesi çözünme sırasında sızdırmasına sebep olabilir.

Kullanım Talimatı

- Anne Sütü Saklama Poşeti' nin üstündeki güvenli bandını irtlikli yerlerinden yırtarak çıkarınız. Poşetin kilidini nazikçe yanlara çekerek poşeti açınız.
- Lansinoh® Anne Sütü Saklama Poşetleri önceden sterilize edilmiştir. Kullanmadan önce ykamanıza gerek yoktur.
- Sağmış olduğunuz anne sütünü poşetin içine dökünüz.
- Poşeti kapatmadan önce ne kadar sağım yaptığınıza bakınız.
- Çift kilidlin her yerini bastırarak poşetin güvenli bir şekilde kapandığından emin olunuz.
- Sağım yaptığınız tarihi ve sütün miktarını etiket alanına not ediniz.

Lansinoh® pompaları ile sütünüzü direkt Lansinoh® Anne Sütü Saklama Poşetleri' nin içine de sağabilirsiniz.

ÖNEMLİ! Lansinoh® Anne Sütü Saklama Poşetleri' niniz üzerinde fotoğrafta görüldüğü gibi beyaz ile mor çiçekler ve logonun üstünde beyaz bir çizgi olduğundan emin olunuz. Eğer elinizdeki poşet bu tasarımdan farklı ise anne sütünün direkt poşetin içine sağılması için uygun değildir.

NOT: Anne sütü saklama poşetinin içine direkt sağımdan sonra poşeti sağım setinden güvenle çıkarabilmek için iki elinizi de kullanınız.

- Göğüs pompasının sağım setindeki biberon şişesini çıkarınız. Poşetin ağzının kenarını kıvrınız. Sağım setini poşetin içine, beyaz çizgi ve çiçeğe kadar sokunuz.
- Poşetin ağzının diğer kenarını nazikçe yukarı doğru çekiniz. Her iki tarafta da poşet kilitleri sağım setinin tamamen üstünde olmalıdır.
- Sağım seti, her iki taraftan da poşet kilitlerinin altında kalana kadar poşeti nazikçe aşağı doğru çekiniz. Poşetin sete tam oturduğundan emin olunuz.
- Eğer çiftli sağım yapıyorsanız, 1-3 arasındaki adımları diğer set için de tekrarlayınız.
- Her zamanki gibi sağım yapınız.
- Poşeti çıkarmak için 2. adım tersini uygulayınız. POŞETİ AŞAĞI ÇEKEREK ÇIKARMAYA ÇALIŞMAYINIZ. Poşeti ağzının kenarından tutunuz ve hafifçe çekerek sağım setinin altına alınız. Poşeti dikkatlice tutmaya devam ediniz, poşetin ağzını kıvrarak sağım setinden ayırınız. Çift kilidli her yerinden bastırarak, ikiye kapatınız.

Notlar

- Anne sütü saklama poşetleri dik veya yatay olarak buzdolabında ya da derin dondurucuda saklanabilir. Poşetlerin yatay pozisyonunda dondurulması daha hızlı çözünmesini sağlamaktadır.
- Poşetlerin derin dondurucuda patlamaması için poşet içindeki havanın mümkün olduğunca dışarı çıkarılması gerekmektedir. Bunun için, sütlü dolu poşeti iki elinizin işaret ve orta parmağı arasında sıkıştırınız (makas gibi) ve sütten poşetin ağzına doğru fazla havayı çıkarınız.
- Tek kullanımlıktır.

Anne Sütü Saklama Koşulları

Anne sütünü donduracağınız kabin veya poşetin ¾ ‘ünden fazlasını doldurmayınız. Sıvıların hacimleri donarken arttığı için bu anne sütü saklama kabının veya poşetinin patlamasına sebebiyet verebilir. Sonrasında hatırlayabilmemiz için depolama yaptığınız kabin ya da

poşetin üstüne sağım yaptığınız tarihi ve süt miktarını not etmeyi unutmayınız.

T.C. Sağlık Bakanlığı' nın 03.05.2012 tarihinde 5258 sayılı yazısında yayınladığı anne sütü saklama koşulları aşağıdaki gibidir.

Sağılmış anne sütü ne kadar süre saklanabilir?	
Oda sıcaklığında	3 saat
Buzdolabında (0°C - 4° C)	3 gün
Derin dondurucuda (-18° C)	3 ay

Çözünmüş anne sütü ne kadar süre saklanabilir?	
Buzdolabında (0°C - 4° C)	Açılmadan 24 saat
Buzdolabında (0°C - 4° C)	Açıldıktan sonra 12 saat

Notlar

Çözünmüş anne sütünü YENİDEN DONDURMAYINIZ. Anne sütünü derin dondurucunuzun kapağında SAKLAMAYINIZ. Kapak, derin dondurucunun en ilk yeridir. En eski tarihte sağılmış anne sütünü en önce kullanınız. **Donmuş Anne Sütünün Çözürülmesi**

Besin değerinin en iyi şekilde korunabilmesi için donmuş anne sütü olabildiğince yavaş çözürülmelidir. İdeal olan çözürme yöntemi, donmuş anne sütünün 24 saat önce derin dondurucudan buzdolabına indirilmesi veya oda sıcaklığında kendine çözünmesinin beklenmesidir. Kaynaray su veya mikrodalga kullanmayınız!

İhtiyaç durumunda, donmuş anne sütünü akan soğuk veya ılık suyun altında, alternatif olarak biberon ıstıcısında (en fazla 37°C) çözülrebilirsiniz. Çözünün anne sütü katmanlarına ayrıldıysa poşet veya biberonu çok hafifçe sallayarak anne sütünü karıştırabilirsiniz. Çözünmüş anne sütünü tüketene kadar buzdolabında saklayabilirsiniz. Çözünmüş ama açılmamış anne sütünü 24 saat buzdolabında muhafaza edebilirsiniz. Çözündükten sonra açılmış anne sütü de buzdolabında tutulmalı ve 12 saat içinde tüketilmelidir. İlaçlaştırıldıktan sonra tüketilmeyen anne sütünü atılmalıdır.

DK Modernmælk – det bedste til dit barn

Din modernmælk er meget værdifuld for dit barn. Den indeholder både den bedst tænkelige næring til dit barn og samtidig antioxidant og andre substanser, der beskytter mod infektioner og bidrager til dit barns vækst og udvikling. Hvor godt disse stoffer bevares i mælken, afhænger af, hvordan du opbevarer og optør det.

God fornøjelse!

Lansinoh®

Lansinoh® - fryseposer består af Polyethylen (PE), der er egnet til levnedsmidler.

Derved forholder vi, at stoffer, som kan være skadelige for dit barn, ender i modernmælken. Vær omhyggelig, når du nedfryser Lansinoh® -fryseposer, tager dem ud af fryseren og især når du optør dem! Hvis fryseposen f.eks. falder på gulvet eller på anden måde bliver beskadiget, kan den lække ved optøning.

Brugsanvisning

- Forseglingen øverst på fryseposen rives af, og den dobbelte lukkeclips åbnes ved forsigtigt at trække siderne fra hinanden.
- Lansinoh® -fryseposer er steriliserede og skal ikke gøres rene før brug.
- Modernmælken fyldes i Lansinoh® -fryseposen.
- Før posen lukkes, aflæses den påfyldte mængde modernmælk, og efter at posen er lukket, noteres aflæsningen i det hvide informationsfelt.
- Fryseposen kan placeres lodret eller vandret i køleskab eller fryser. Hvis posen placeres vandret i fryseren, er optøningsperioden kortere.
- Øm muligt presses alt luft ud af Lansinoh® -fryseposen. Brug lange- og pegefinger som en saks, der skubber luften fra toppen af påfyldningen ud mod posens åbning.
- Fryseposen forsegles ved at presse lukkeclipsen sammen. Gentag gerne dette for at sikre at forseglingen slutter tæt.
- Kun til engangsbrug.

Opbevaring af modernmælk

Alt efter land og fagliteratur varierer anbefalingerne til opbevaring af modernmælk. Den danske sundhedsstyrelse anbefaler følgende tider:

Hvor længe kan modernmælk opbevares?	
Stuetemperatur	6-8 timer
Køleskab (+4 til +6° C)	72 timer
Fryser (-18° C og koldere)	3-6 måneder

How long can thawed breastmilk be stored?	
Fridge (up to 4° C)	unopened 24 hours
Fridge (up to 4° C)	after opening 12 hours

Optøningsvejledning

For at bevare de værdifulde substanser i din modernmælk, bør den optøs så skånsomt som muligt. Enten meget langsomt, 24 timer i køleskab, eller ved stuetemperatur. Brug ikke kogende vand eller mikrobølgeovn! Hvis det er nødvendigt, kan modernmælken også optøs hurtigere under rindende koldt eller lunkent vand (maksimal 37°C), i vandbad eller i flaskewarmer. Efter optøning opbevares mælken eller i køleskab, indtil den skal bruges. En uåbnet frysepose med optøet modernmælk kan holde 24 timer i køleskabet. Når fryseposen er åbnet, skal den optøede modernmælk opbevares i køleskab og skal bruges inden 12 timer. Opvarmet modernmælk kan ikke genanvendes, så eventuelle rester skal smides ud. Hvis modernmælken skiller, kan man forsigtigt ryste flasken.

E Leche Materna – lo mejor para su bebe La leche que usted extrae para su bebé es un liquido precioso. Combina la mejor nutrición posible con anticuerpos, las células vivas, y otras sustancias que protegen a bebés de la infección y los ayuda crecer y desarrollarse Usted tendrá la necesidad de cuidarla bien y según cómo usted lo almacene afectará cuán bien se preserva.

Nosotros le deseamos una feliz Lactancia! Su equipo de Lansinoh

Las bolsas de almacenamiento de la leche materna de Lansinoh® se hacen de polietileno (PE) seguro para alimentos.

Tome por favor el cuidado de sus bolsas de almacenamiento de leche materna Lansinoh® con el debido cuidado al almacenar y remover de su congelador y al deshelar especialmente. Por ejemplo si una bolsa se deja caer en el piso, o si se daña en alguna otra forma, quizás se salga al deshelar.

Instrucciones de uso

- En la parte superior de la bolsa quite el sello de seguridad y separe suavemente la cremallera
- Las bolsas de almacenamiento de la leche materna Lansinoh® son pre-esterilizada y no necesitan ser lavadas antes de su uso.
- Vierta la leche materna en la bolsa de almacenamiento de leche Lansinoh®.
- Antes de cerrar la bolsa, lea la cantidad de llenado por medio de la escala impresa, cierre la bolsa y marque el contenido en el área de inscripción.
- Las bolsas se pueden almacenar vertical o planas en el frigorífico o el congelador. Cuando se han congelado horizontalmente las bolsas son mas fáciles de deshelar.
- Para evitar que se estropee la leche, el aire debe de quitarse de la bolsa de almacenaje Lansinoh®, lo que mas se pueda antes de congelar. Para esto, tome la bolsa entre su índice y el dedo corazón (como tijeras) y apriete el aire que esta encima de el liquido hacia la cremallera.
- Selle la bolsa comprimiendo el sello doble. Repita el procedimiento para asegurar sellar seguro.
- Para un sólo uso.

Almacenaje de leche materna

Hay diferencias entre las recomendaciones de cuanto tiempo se puede almacenar la leche materna., dependiendo de la literatura y el país. La centrlia Alemana para la información (BZGA) recomienda en su libro (Stillen und Muttermilchernährung) los siguientes parámetros;

Cuanto tiempo puede guardarse una leche materna?	
En temperatura ambiente de	6 a 8 Horas
Frigorífico (+4 a +6° C)	72 horas
Congelador (–18° C grados y más frio)	3 a 6 meses

Cuanto tiempo puede guardarse una leche materna una vez deshelada?	
Frigorífico (+4 a +6° C)	sin abrir 24 horas
Frigorífico (+4 a +6° C)	despues de abierto 12 horas

P Leite Materno – a melhor alimentação para o seu bebé

O leite que você extraí para do seu bebé é um líquido precioso. O qual combina a melhor alimentação possível, com anticorpos, células vivas e outras substâncias que protegem o bebé contra infecções e ajudam no desenvolvimento do seu filho. Para o manter o leite fresco é necessário preservá-lo com cuidado.

Desejamos a si e ao seu bebé o melhor em amamentação! Melhores cumprimentos de toda a equipa Lansinoh.

Os saquinhos para leite materno da Lansinoh®, são feitos de poliuretano (PE), material seguro para uso em produtos alimentares.

Por favor tome cuidado ao utilizar os saquinhos de leite Lansinoh®, ao por e tirá-los do congelador e especialmente durante o período de descongelação. Por exemplo, se o saquinho cair no chão ou se for danificado de qualquer forma, este poderá vazar durante a descongelação.

Instruções para uso

- Rasgue o selo de segurança no topo do saquinho e puxe de ambos os lados com cuidado, até abrir o fecho.
- Os saquinhos para leite da Lansinoh® são pré-esterelizados. Não é necessário lavá-los antes de utilização.
- Encha o saquinho Lansinoh® com leite.
- Antes de fechar o saquinho, verifique o volume de leite no indicador imprimido, feche o saquinho e escreva a quantidade na área designada.
- Os saquinhos podem ser guardados de pé ou deitados no frigorífico ou congelador. Se os guardar deitados, estes descongelarão com mais facilidade.
- Para evitar queimaduras originadas pelo contacto com a superfície gelada, esprema o ar completamente do saquinho Lansinoh® antes de o congelar. Para remover o ar, esprema o saquinho entre o dedo indicador e o dedo do meio (como se fosse uma tesoura), comprimindo o ar acima do nível do leite, movendo os dedos em direcção ao fecho.
- Feche o saquinho pressionando o fecho duplo. Repita esta última acção, de forma a verificar que o sacco esteja hermeticamente fechado.
- Apenas uma utilização.

Armazenamento de leite materno

As recomendações relativas ao período de validade de leite materno variam de país em país e conforme a informação disponível. Na Alemanha, a sede do departamento de informação à saúde (BZgA), recomenda o seguinte, nos seus boletins de amamentação e nutrição com leite materno (Stillen und Muttermilchernährung);

Por quanto tempo posso guardar leite materno?	
Temperatura ambiente	6 a 8 horas
Frigorífico (+4 a + 6° C)	72 horas
Cogelador (de -18° C en diante)	3 a 6 meses

Por quanto tempo posso guardar leite após a descongelação?	
Frigorífico (+4 a + 6° C)	24 horas encerrado
Frigorífico (+4 a + 6° C)	12 horas depois de aberto

Ao descongelar

Para a maior preservação das substâncias ricas presentes em leite materno, o processo de descongelação deverá ser efectuado o mais suavemente possível: ou muito devagar no frigorífico durante 24 horas ou a temperatura ambiente. Evite utilizar água a ferver ou o microondas! Se necessário, o leite poderá ser descongelado debaixo de uma torneira de água fria ou morna (37° C no máximo), dentro de uma vasilha com água da torneira, ou dentro de um aquecedor para biberões. Após a descongelação, o leite poderá ser mantido no frigorífico durante 24 horas. Depois de aquecer, qualquer sobra de leite terá de ser descartada. Se o leite formar camadas, sacuda o saquinho suavemente até as dispersar e misturar o leite.

BG Майчиното мляко е най-добрата храна за Вашето бебе.

Кърмата, която изсъждате, е безценна за бебето. Тя комбинира най-подходящите хранителни вещества с антибиотици, живи клетки и други съставки, които

предпазват бебето от инфекции и подпомагат растежа и развитието му. Начинът, по който съхранявате кърмата, е от съществено значение за запазване на качествата и.

Стерилните торбички за съхранение на кърма -Лансино са произведени от безопасен хранителен полиетилен (PE).

Моля, бъдете внимателни със Стерилните торбички за съхранение на кърма – Лансинох, при съхранение и особено при размразяване на Вашата кърма. Например, ако изпуснете торбичката на пода, или ако я повредите по някакъв друг начин, може при размразяване да започне да тече.

Указания за употреба

- Скъсайте по пунктира стерилното пликче и отворете внимателно двойния релефен щип.
- Лансинох торбички за съхранение на кърма са стерилизирани предварително и не трябва да се измиват преди употреба.
- Изсипете кърма в стерилното пликче Лансинох.
- Преди да затворите пликчето, обърнете внимание какво е количеството кърма, според маркировката върху опаковката, затворете пликчето и запишете съхрането количество върху обозначеното за това място върху опаковката.
- Пликчетата можете да съхранявате хоризонтално или вертикално във фризера или хладилника. При хоризонтално съхранение, пликчетата по-лесно се размразяват.
- За да избегнете "freezer burn" преди замразяване, отстранете въздуха от пликчето за съхранение на кърма. За да отстраните най-лесно въздуха, поставете палеца и показалеца в зоната над точността /подобно на ножица/ притиснете и плъзнете по посока на щипа.
- Затворете пликчето чрез притискане на двойния релефен щип. Повторете притискането, за да сте сигурни, че сте затворили пликчето плътно.
- Пликчетата са за еднократна употреба.

Съхранение на кърма

Консултирайте с експерт по кърмене или с медицинско лице за по-специфични насоки и съвети за съхранение и замразяване на кърма. Когато ще замразявате кърмата, не пълнете пликчето повече от ¾, при замразяване обема нараства. Запишете датата на използване на кърмата в полето на пликчето.

Колко дълго можете да съхранявате кърма?	
При стайна температура	6 до 8 часа
Хладилник при температура до +4 °С	до 3 дена
Фризер с температура -18°С или по-ниска	6 месеца

Колко време може да съхранявате размразена кърма?	
при температура до +4 °С	НЕ отваряно пликче 24 часа
Хладилник при температура	12 часа след отваряне
Хладилник до +4 °С	

Източник: La Leche League International, 2008 г.

Забележки

НЕ замразявайте повторно, вече веднъж размразена кърма. НЕ съхранявайте кърмата на вратата на хладилника. Вратата е най-топлата част от хладилника. Надписвайте дата на съхранение и използвайте кърма с най-старата дата.

Указания за размразяване

За да съхраните ценните съставки в кърмата, размразяването трябва да се извършва много внимателно: или много бавно за 24 часа в хладилника, или на стайна температура.

Не размразявайте кърмата в гореща, кипяща вода или в микровълнова фурна! Кърмата можете да размразите под струя хладка вода до максимално 37°С. След размразяването върнете кърмата обратно в хладилника до момента на консумиране. Преди отваряне на пликчето, кърмата можете да съхраните в хладилник до 24 часа. След отваряне на пликчето, размразената кърма се съхранява и консумира до 12 часа. Вече веднъж затоплена, останалата след хранене кърма се изхвърля. Ако кърмата се раздели на слоеве, моля, внимателно смесете, като леко разклатите пликчето.

HU Anyatej – a legjobb kisbabád számára

A tej, amit lefejsz kisbabád számára, egy nagyon értékes táplálék. Egyesíti a lehető legjobb táplálást antitestekkel, élő sejtekkel és más hatóanyagokkal, amelyek megvédik a csecsemőket a fertőzésekől és segítik a fejlődésüket.