



Manual Breast Pump

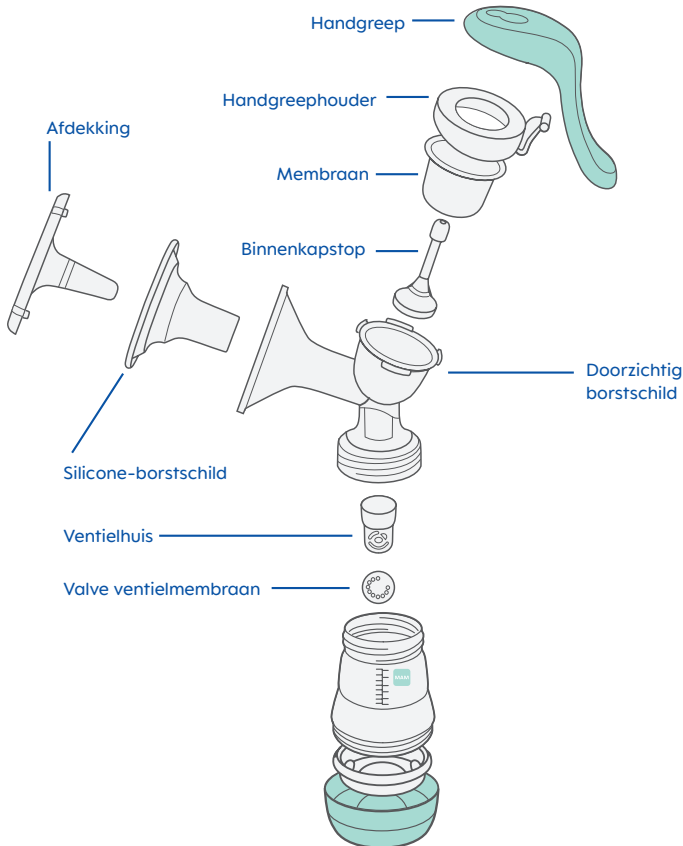
Online Shop

NL

NL: Handkolf

Lees alle instructies aandachtig door voordat u de MAM Manual Breast Pump voor het eerst gebruikt. Bewaar deze instructies op een veilige plaats voor toekomstig gebruik.

1. Productbeschrijving voor handmatig gebruik



2. Reiniging en onderhoud

Vóór het eerste en na elk volgend gebruik van de MAM Manual Breast Pump moeten alle onderdelen, die in contact komen met de borst en moedermelk, uit elkaar worden gehaald, gereinigd en gesteriliseerd.

- Gebruik alleen water van drinkwaterkwaliteit om het product te reinigen.
- Laat het product volledig drogen aan de lucht of veeg het af met een schone doek/ papier doekje voordat u het weer in elkaar zet voor het volgende gebruik.
- Zorg ervoor dat alle onderdelen volledig droog zijn vóór u ze gebruikt.
- Let op dat u geen onderdelen van de pompset beschadigt tijdens het reinigen.

2.1. Met de hand reinigen

Vóór de reiniging moeten alle onderdelen van de pomp uit elkaar zijn gehaald.

Spoel alle onderdelen eerst in koud, schoon water af. Maak daarna alle onderdelen schoon in warm zeepwater met een vochtige doek en spoel ze vervolgens grondig af met koud water. Gebruik geen schurende reinigingsmid-

delen zoals anti-bacteriële oplossingen, omdat deze het oppervlak van het product kunnen aantasten. Droog het product af met een schone doek/papier doekje of laat het drogen op een schone doek.

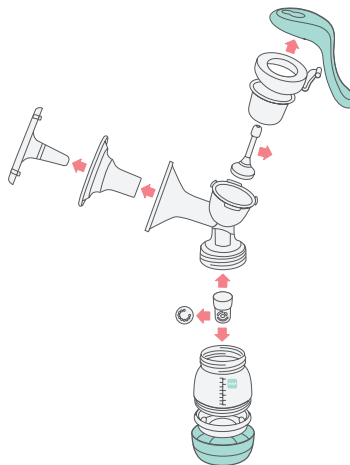
2.2. Reinigen in de vaatwasser

Om de handkolf in de vaatwasser te reinigen, plaatst u de uit elkaar gehaalde onderdelen in het bovenste rek of bij het bestek. Bij het reinigen van de pomponderdelen in de vaatwasser kunnen deze verkleuren door kleurstoffen uit voedingsmiddelen. Dit heeft echter geen invloed op hun functie. Wij raden aan om het ventielhuis en -membraan zorgvuldig met de hand te reinigen om beschadigingen te voorkomen en ervoor te zorgen dat deze kleine onderdelen niet verloren gaan.

2.3. De handkolf steriliseren

Alle onderdelen van de pomp moeten vóór het eerste gebruik van de pomp en één keer per dag worden gesteriliseerd. Steriliseer de afzonderlijke onderdelen na het reinigen met behulp van een van de volgende methodes: stoomsterilisatie (elektrisch of in de magnetron volgens de aanwijzingen van de fabrikant), minstens 5 minuten koken in water of onderdompelen in een sterilisatie vloeistof.

Bewaar de pompset in een schone houder en gebruik de afdekking om het borstschild tot het opnieuw wordt gebruikt. **Let op:** steriliseer de pomp nooit wanneer deze in elkaar is gezet – haal de onderdelen altijd uit elkaar. **Belangrijk:** laat alle onderdelen van de handkolf volledig afkoelen en drogen voordat u ze gebruikt.



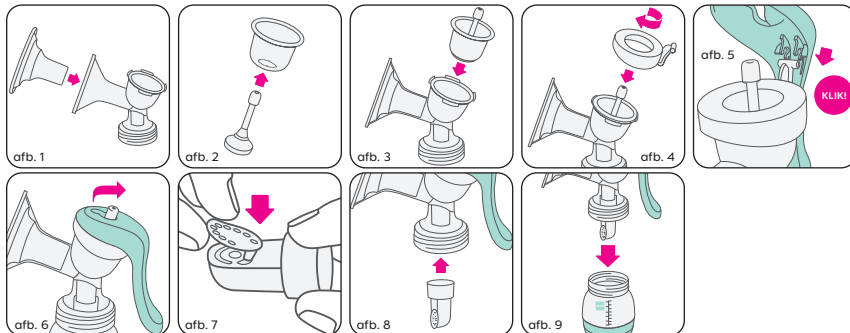
3. Gebruik

3.1. Afkolven

3.1.1. In elkaar zetten

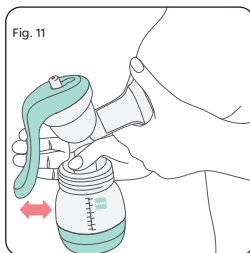
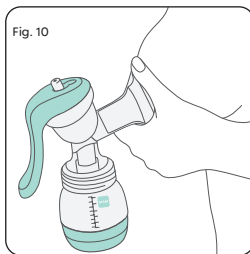
Was uw handen grondig omwille van hygiëne vóór u de afkolfpomp in elkaar zet.

- Optioneel: Plaats het borstschild optioneel in het borstschild. Zorg ervoor dat het silicone borstschild goed aansluit op de rand van het silicone borstschild door het over de rand te plaatsen (afb. 1).
- Schuif de binnenkapstop in het membraan tot het goed vastzit (afb. 2).
- Plaats beide onderdelen in het borstschild (afb. 3).
- Schroef de handgreephouder bovenop het membraan (afb. 4).
- Sluit de handgreep aan op de handgreephouder zodat deze stevig vastklikt op zijn plaats. Als het vast zit hoort u een "klik" (afb. 5). Plaats vervolgens de binnenkapstop in de vergrendelpositie door het bovenste deel van de stop naar de opening te trekken, dicht bij de pomphandgreep (afb. 6).
- Duw het ventielmembraan voorzichtig in de opening van het ventielhuis tot het vastzit. Zorg ervoor dat het ventielmembraan vlak en strak wordt aangedrukt om luchtlekage te voorkomen (afb. 7).
- Plaats nu het ventielmembraan met het ventielhuis op de juiste manier op het borstschild (afb. 8).
- Schroef de fles stevig vast op het borstschild (afb. 9).



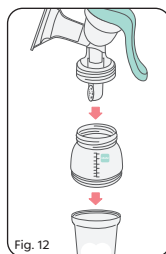
3.1.2. Voorbereiding op het afkolven

- Was uw handen met zeep, en uw borsten en tepels met een warm washandje en schoon water.
- Druk een beetje melk uit elke tepel om er zeker van te zijn dat de melkkanalen niet verstopt zijn.
- Zorg ervoor dat alle onderdelen schoon zijn voordat u ze gebruikt.
- Zorg ervoor dat de pomp correct in elkaar is gezet en volledig op de fles is geschroefd vóór gebruik.
- Ga comfortabel zitten en leun een beetje naar voren. Plaats een glas water binnen handbereik.
- Plaats de borstschild stevig op uw borst. Zorg ervoor dat er geen lucht ontsnapt langs de zijkant, anders ontstaat er geen zuigkracht.
- Ondersteun uw borst van onderaf met uw hand en houd de borstschild met uw duim en wijsvinger vast aan uw borst (afb. 10).
- Afkolven is effectiever zonder gebruik van het silicone-borstschild. Zodra u zich zekerder voelt bij het afkolven, kan het handig zijn het silicone-borstschild te verwijderen.



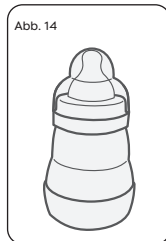
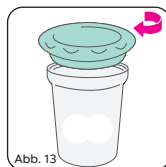
3.1.3. Afkolven

- Gebruik uw vrije hand om af te kolven.
 - Houd de hals van het borstschild vast met uw duim en de handgreep met uw andere vingers.
 - Druk op de handgreep en laat deze los om de afkolfpomp te laten werken bij een snelheid van ca. 60 keer per minuut. Druk de handgreep slechts zo ver in dat het comfortabel blijft en pas de snelheid aan uw persoonlijke voorkeur aan (afb. 11).
 - Wij raden een sneller pompritme aan om de melkstroom te stimuleren. Zodra de melk begint te stromen, kunt u overschakelen naar een trager ritme.
 - Probeer consequent te pompen om de melkstroom op peil te houden.
- Afkolven of de melkstroom stimuleren is niet voor iedereen even gemakkelijk. Als het minder prettig aanvoelt dan u had gehoopt, vraag dan uw verloskundige of andere gezondheidsdeskundige om advies.



3.2. Gebruik in combinatie met de bewaarbekers van MAM

- Verwijder de bodem van de Easy Start fles met bijbehorend siliconen ventiel en schroef de bewaarbeker op zijn plaats. Deze eenheid kann nu op de handkolf worden geschroefd. Alle Easy Start flesmaten kunnen op deze manier worden gebruikt (afb. 12).
- Nu kan met het afkolven worden begonnen. Raadpleeg de bovenstaande instructies voor het afkolven.
- Draai de bewaarbeker los en sluit deze veilig af met het deksel (afb. 13).
- Gebruik de speciale tweedelige ruimte op de bewaarbeker om deze te voorzien van een afkolfdatum en -tijd. U kunt het beste een potlood gebruiken.



4. Moedermelk bewaren en opwarmen

4.1. Bewaren

- Afgekolfdde moedermelk kan ofwel in de de Easy Start of in de bewaarbeker worden bewaard.
- De Easy Start met de afgekolfdde melk kan zowel met de flesschroefring, speen en beschermkap worden afgesloten (afb. 14).

Bewaartijden van moedermelk

5–8 uur	Bij kamertemperatuur tot 26 °C
24 uur	Koelkast met koelelementen (per kan minstens 1 element)
3 dagen	In de koelkast bij 4 tot 6 °C
1–2 weken	3-Sterren vriezer in de koelkast bij -15 °C
3–4 maande	In de diepvries bij -16 tot -20 °C

- Let op: de Easy Start fles is niet geschikt om afgekolfdde melk in de diepvriezer of het vriesvak te bewaren.
- Bewaar moedermelk niet in de deur van de koelkast. Kies in plaats daarvan het koudste gedeelte van uw koelkast (dit bevindt zich aan de achterkant van de glazen plank boven het groentevak).
- Het wordt aanbevolen om moedermelk in te vriezen in kleine porties van 50 – 120 ml. Vul de bewaarbeker

- slechts tot de 120 ml markering wanneer u deze wilt invriezen. Giet deze nooit te vol.
- Gebruik eerst de melk die het langst is bewaard.
- Bij het vervoeren van moedermelk is het belangrijk dat deze steeds gekoeld blijft.

4.2. Opwarmen van melk

- Ontdooi ingevroren moedermelk langzaam in de koelkast, voorzichtig in warm water of in een flessenwarmer met een ontdooifunctie, b.v. de MAM Electric Steriliser & Express Bottle Warmer.
- Ontdooide, maar nog niet opgewarmde, moedermelk mag tot 24 uur in de koelkast worden bewaard.
- Verwarm de moedermelk niet in de magnetron, omdat zo de microvoedingsstoffen en belangrijke immunologische eigenschappen verloren gaan.
- Plaats de melk in warm water of in een flesverwarmer om op te warmen.
- Verwijder de schroefring voordat u de fles in warm water of in een flesverwarmer plaatst om op te warmen. Verwijder de speen en het deksel vóór het opwarmen.
- Moedermelk mag nooit opnieuw worden ingevroren.
- Gooi opgewarmde, ongebruikte moedermelk weg.
- Meng nooit net afgekolde moedermelk met ingevroren melk.
- Controleer vóór het voeden altijd de temperatuur van de moedermelk.
- Zodra uw baby uit een fles moedermelk heeft gedronken, moet u deze binnen één uur gebruiken. Moedermelk die overblijft, moet worden weggegooid.

5. Feeding

MAM raadt voor het geven van borstvoeding de MAM Easy Start Anti-Colic fles aan.

5.1. Easy Start™ Anti-Colic Bottle

Vóór het eerste gebruik

- Vóór het eerste gebruik moet het product uit elkaar worden gehaald en gereinigd. Leg de onderdelen daarna 5 minuten in kokend water. Dit is om de hygiëne te garanderen. Raadpleeg het specifieke hoofdstuk voor meer informatie over de reiniging.
- Bij het eerste gebruik, en soms tijdens het gebruik, kan de ventilatieopening (in de verhoogde bubbel aan de onderkant van de speen) samenplakken. Dit betekent dat er tijdens het geven van de voeding geen lucht meer in de fles kan stromen, waardoor de speen zijn vorm verliest. Wrijf voorzichtig een paar keer met uw duim of vingers over de ventilatieopening om de gleuf weer te openen.

Reinigen

- Vóór elk volgend gebruik, moet u het product uit elkaar halen en in warm zeepwater reinigen. Spoel het af met schoon water vóór het steriliseren. Dit is om de hygiëne te garanderen. Vermijd schadelijke ingrediënten in de zeep zoals alcohol, chloor en/of microplastic. Laat de onderdelen niet langer dan aanbevolen in een reinigingsoplossing (zoals zeepwater) staan – dit zou de productfunctie negatief kunnen beïnvloeden.
- Controleer vóór elk gebruik alle afzonderlijke flesonderdelen en trek de voedingspeen in alle richtingen. Vervang het product bij de eerste tekenen van slijtage of beschadiging.
- Om alle flesonderdelen goed te reinigen MOET de fles uit elkaar worden gehaald. Reinigen zonder uit elkaar gehaald te zijn kan de fles beschadigen.
- Geschikt voor reiniging in het bovenste rek van de vaatwasser (tot max. 65 °C); voedingskleurstoffen kunnen wel leiden tot verkleuring van de onderdelen. Dit heeft echter geen invloed op hun functie.
- Gebruik geen schurende reinigingsmiddelen. Er mogen alleen zachte borstels of sponzen worden gebruikt. Harde schuursponzen kunnen krassen op het plastic achterlaten.
- Zorg ervoor dat er zich geen voedselresten in de flesonderdelen bevinden na het reinigen en steriliseren.

Steriliseren

- Om alle flesonderdelen goed te reinigen/steriliseren MOET de fles uit elkaar worden gehaald.
- Reinig alle flesonderdelen vóór het steriliseren.
- Steriliseer het product na het reinigen met behulp van een van de volgende methodes: stoomsterilisatie (elektrisch of in de magnetron volgens de aanwijzingen van de fabrikant), minstens 5 minuten koken in water of onderdompelen in een sterilisatievloeistof.
- Laat geen enkel onderdeel (inclusief de flesspeen) langer dan aanbevolen in een sterilisatievloeistof staan en stel ze niet bloot aan direct zonlicht of hitte – dit zou de productiefunctie negatief kunnen beïnvloeden en de werking van de speen kunnen aantasten.
- De fles voor het reinigen altijd uit elkaar halen. Nooit 'vastgedraaid' steriliseren. Dit kan de fles beschadigen en de schroefdraad van de fles vervormen.

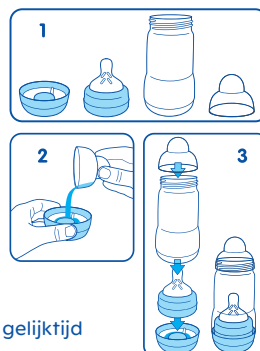
Zelfsteriliserende functie van de Easy Start Anti-Colic in de magnetron

Het is bewezen dat de zelfsteriliserende functie van de Easy Start Anti-Colic-fles effectief is in het doden van gewone huishoudbacteriën. Deze methode volstaat volledig en is veilig. Volg alle instructies zorgvuldig op voor het beste resultaat en gebruik het product alleen zoals voorgescreven. Deze praktische, tijd- en energiebesparende functie kan worden bereikt in 5 eenvoudige stappen. Maak afzonderlijke flesonderdelen altijd zorgvuldig schoon voordat u met dit proces begint!

Stap 1: zet na het reinigen de flesonderdelen als volgt in elkaar: bodem met siliconen ventiel, speen met schroefring, fles en beschermkap.

Stap 2: meet 20 ml koud water af met behulp van de flessendop. Vul de bodem met siliconen ventiel met 20 ml koud water.

Stap 3: zet de schroefring met de speen in de flesbodem. Zet de fles erop. Draai de fles ALLEEN LICHTJES aan om te voorkomen dat heet water wegstroomt als de fles uit de magnetron wordt gehaald. DRAAI DEZE NIET VOLLEDIG VAST. Zet de beschermkap erop.



Stap 4: stel de timer van de magnetron in naar het aantal flessen dat gelijktijd wordt schoongemaakt. Stel de magnetron in tussen 500 en 1000 W.

Aantal flessen dat tegelijkertijd wordt gesteriliseerd	1	2	3	4	5	6
Sterilisatietijd (min)	3	4	5	6	7	8

Stap 5: laat de fles na het zelfsteriliseren afkoelen voordat u deze uit de magnetron haalt. Aanbevolen afkoeltijd: minstens 10 minuten bij een geopende magnetrondeur. Wees voorzichtig wanneer u de bodem vasthoudt en houd de fles recht als u deze uit de magnetron haalt om te voorkomen dat eventueel heet water wegstroomt.

Nadat dit proces is voltooid, blijft de Easy Start maximaal 48 uur gedesinfecteerd na het zelfsteriliseren in de magnetron, mits de fles in elkaar gezet blijft zoals weergegeven in stap 3.

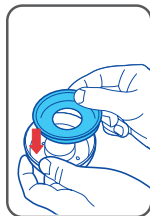
- Voor onmiddellijk gebruik: giet het water weg dat op de bodem achterblijft. Laat de flesonderdelen drogen.
- Bewaar de fles altijd met in elkaar gezette onderdelen.

In elkaar zetten

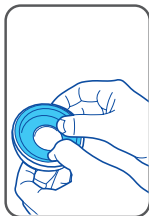
- Zet de fles in elkaar volgens de afbeelding hieronder, waarbij u ervoor zorgt dat het ventiel

stevig/correct naar beneden is gedrukt en dat de onderdelen correct zijn vastgeschroefd.

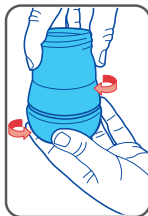
- Zorg ervoor dat het ventiel goed is bevestigd en dat de bodem van de fles goed is vastgedraaid, voordat de fles wordt gewuld met vloeistof.



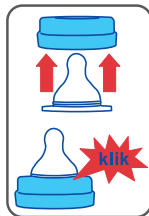
1. Plaats het siliconen ventiel in de flesbodem.



2. Druk de verhoogde rand van het siliconen ventiel stevig naar beneden.



3. Draai de gemonsteerde bodem langzaam en voorzichtig op de onderkant van de fles.



4. Plaats de speen in de bovenste schroefring van de fles en druk deze aan totdat u een "klik" hoort.

Voor correcte sterilisatie in de magnetron BELANGRIJKE INFORMATIE

- Volg de aanwijzingen in de gebruikershandleiding van uw magnetron of multifunctionele apparaat.
- **Zorg ervoor dat alle onderdelen van de zelfsteriliserende fles en magnetron (inclusief het afdekplaatje van de golfgeleider en het draaiplateau) VOLLEDIG schoon zijn en geen vuil, voedselresten, vet- of oliespatten bevatten. Zo niet, dan zou het namelijk kunnen gebeuren dat het product smelt, dat de magnetron vonken afgeeft of dat het afdekplaatje van de golfgeleider vlam vat!**
- De Easy Start Anti-Colic fles mag alleen op een stevige, vlakke ondergrond worden gezet.
- Zet de Easy Start Anti-Colic fles niet in het midden van het draaiplateau omdat dit tot ongelijke verdeling van de warmte kan leiden.
- Laat uw magnetron niet onbewaakt achter tijdens het sterilisatieproces.
- Plaats het product nooit zonder water in de magnetron.
- Haal het product onmiddellijk uit de magnetron als al het water verdampt is!
- Als u de bodem met te veel of te weinig water vult kan dat de fles beschadigen.
- Stel de magnetron altijd in op het juiste vermogen en de juiste duur.
- Als u gebruikmaakt van een combimagnetron, moet u ervoor zorgen dat de Easy Start Anti-Colic fles niet wordt blootgesteld aan de hitte van de grill omdat dit schade zal veroorzaken.
- **WEES VOORZICHTIG** wanneer u pas gedesinfecteerde onderdelen vastpakt: deze kunnen nog steeds heet zijn.
- Was uw handen vóór het aanraken van gedesinfecteerde onderdelen.
- Wees voorzichtig wanneer u de bodem vasthoudt en houd de fles recht als u deze uit de magnetron haalt om te voorkomen dat eventueel heet water wegstroomt.
- Was de Easy Start Anti-Colic fles niet na het desinfecteren.
- Raak de speen niet aan na het desinfecteren. Pak de speen vast bij de schroefring.

VERWARM-instructies

- Verwarm de fles aan de hand van een van de volgende methodes: Zet in een flessen-warmer, houd onder warm stromend water of zet in een houder met verwarmd water.
- Giet NOOIT kokend water in de fles.
- Een afgesloten fles mag NOOIT worden verwarmd of gekoeld. Verwijder de beschermkap en speen (met schroefring) vóór het verwarmen, met name vóór verwarming in de flessenwarmer of magnetron. Oververhit de fles niet om beschadiging te voorkomen.

- Zet de fles **NOOIT** in een traditionele oven.
- Wees extra voorzichtig bij het verwarmen in de magnetron, er kan plaatselijke oververhitting optreden. Zet de fles niet in het midden van het draaiplateau omdat dit tot ongelijke verdeling van de warmte kan leiden.
- Na het verwarmen van de fles, wikkelt u een (hand)doek rond de bodem van de fles en kantelt u de fles zachtjes een aantal keren om het overtollige water uit de bodem te laten lopen.
- Na verwarming van de fles wordt aanbevolen om de bodem van de fles goed vast te draaien.
- Roer altijd grondig na het verwarmen van de fles om de warmte gelijkmatig te verdelen.
- Bij de bereiding van zuigelingenvoeding altijd de door de fabrikant aanbevolen temperatuur aanhouden.
- Water koken en tot ca. 40-50°C (volg de specificatie van de fabrikant) laten afkoelen. Pas daarna de fles met afgekoeld water vullen en met de aanbevolen hoeveelheid melkpoeder mengen.
- Laat vervolgens tot drinktemperatuur afkoelen (ca. 37°C).
- Test altijd de temperatuur voordat u het aan uw baby geeft.

Verdere belangrijke informatie:

- De fles is gemaakt van polypropyleen; dit is een hygiënisch, gemakkelijk te reinigen en relatief zacht materiaal. Oefen er geen zware druk op uit om te voorkomen dat de werking van het product wordt aangetast.
- Gebruik geen pen of scherp voorwerp om de drinkopening van de speen te vergroten.
- Laat baby's niet zelf drinken.
- Bewaar de fles altijd op een droge plaats.
- Bewaar spenen en ventielen in een droge, afgesloten houder.
- Gebruik de bewaarbekers van MAM voor het invriezen van moedermelk.
- Let op: de Easy Start-fles is niet geschikt om afgekolfd melk in de diepvriezer of het vriesvak te bewaren.
- Gebruik altijd MAM spenen bij de MAM flessen.
- Gebruik uitsluitend suikervrije voeding en drankjes.
- Laat uw kind niet rondlopen met de fles om letsel te voorkomen.
- Stop uw baby **NOOIT** in bed met een fles. Langdurig contact met vloeistoffen kan ernstig tandbederf veroorzaken.
- De flesspeen past op alle MAM flessen en op de Trainer+.
- Bewaar de aanwijzingen voor toekomstig gebruik.

Voor de veiligheid en welzijn van uw kind **WAARSCHUWING!**

- Het voortdurend en langdurig zuigen van vloeistoffen veroorzaakt tandbederf.
- Controleer voor het voeden altijd de temperatuur van de voeding.
- Weggooien bij de eerste tekenen van beschadigingen of verzwakking.
- Houd onderdelen die niet gebruikt worden buiten bereik van kinderen.
- Bevestig nooit met koorden, linten, veters of losse delen van kleding. Het kind kan hierdoor worden gewond.
- Flessenspenen nooit gebruiken als fopspeen.
- Dit product alleen gebruiken onder toezicht van een volwassene.

6. Probleemoplossing - Handkolf

Als er weinig of geen zuigkracht is

- Controleer of alle verbindingen juist zijn aangesloten op alle aansluitpunten.
- Controleer of het silicone borstschild goed op zijn plaats zit in het borstschild.
- Controleer of het ventielhuis stevig is aangesloten op het borstschild.

- Controleer of de membraankap/handgriephouder juist is aangesloten.
- Zorg ervoor dat het borstschild de borst volledig afdicht.

Melkterugstroom

- Als er melk of water in het membraan zit, spoel dit dan af met schoon, warm water.
- Controleer of het membraan niet beschadigd is.