

**medela** 

mother's milk,  
everyday amazing™

# Harmony™



Manual breast pump/  
Harmony Essentials Pack  
Instructions for use

Manuell bröstpump/  
Harmony Essentials Pack  
Bruksanvisning

Manuel brystpumpe/  
Harmony Essentials Pack  
Brugsanvisning

Manuell brystpumpe/  
Harmony Essentials-pakke  
Bruksanvisning

Manuaalinen rintapumppu/  
Harmony Essentials Pack  
Käyttöohjeet

EN

ENGLISH

3 – 15

SV

SVENSKA

17 – 29

DA

DANSK

31 – 43

NO






NORSK

45 – 57

FI

SUOMI

59 – 71

- EN** Illustrated items or instruction steps are marked with the figure and detail number (e.g. 2-01).
- SV** Illustrerade objekt eller instruktionssteg är märkta med bild- och detaljnummer (f.ex. 2-01).
- DA** Illustrerede dele eller vejledningstrin er markeret med figur- og detaljnummer (f.eks. 2-01).
- NO** Illustrerte gjenstander eller instruksjonstrinn er merket med tallet og detaljnummeret (f.eks. 2-01).
- FI** Kuvitetut kohdat ja ohjevaiheet on merkitty kuvan ja yksityiskohdan numerolla (esim. 2-01).



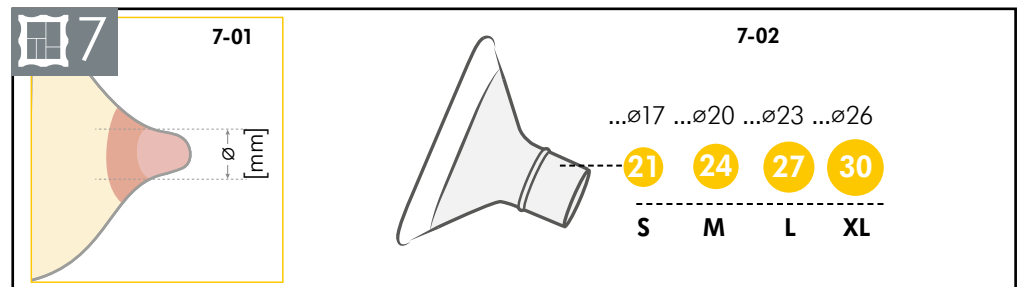
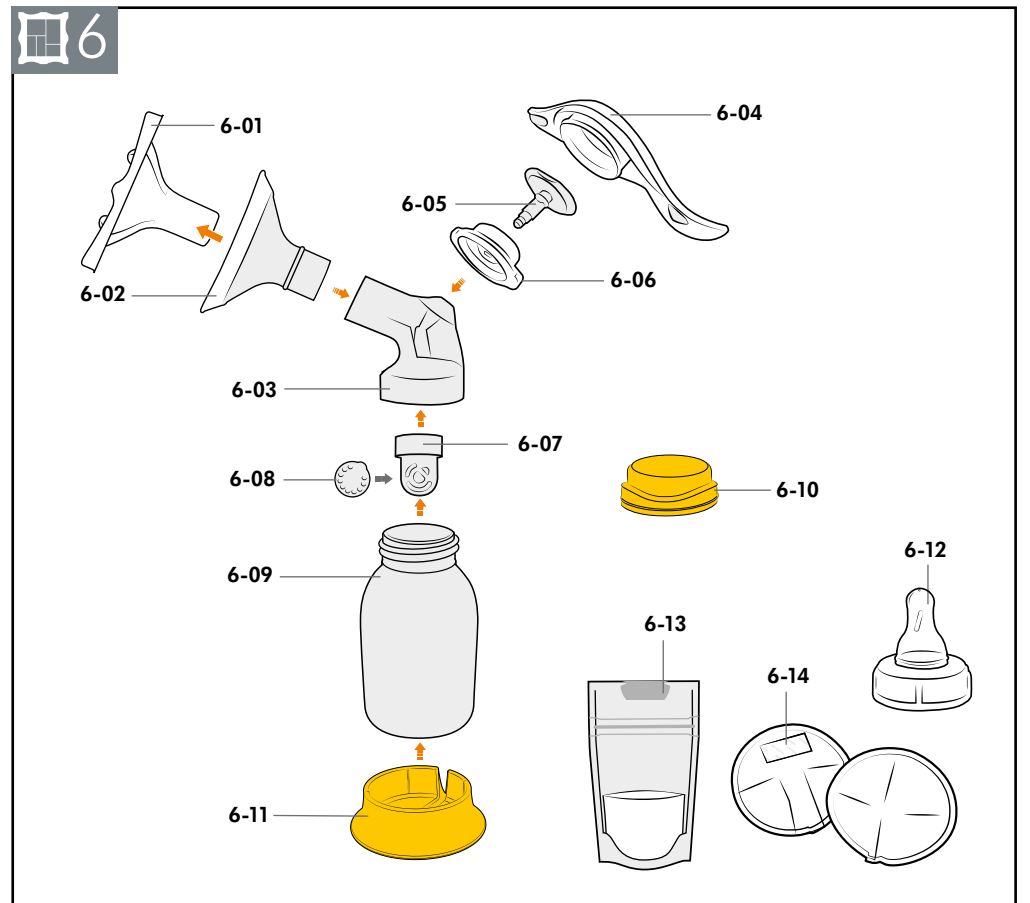
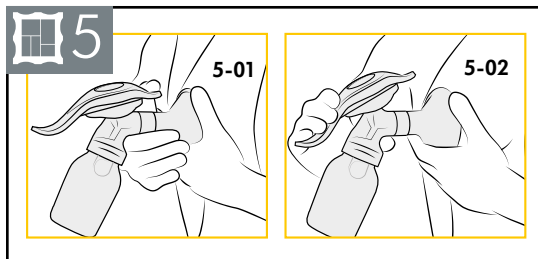
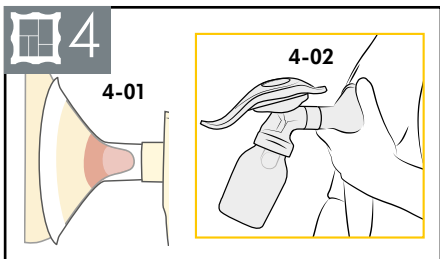
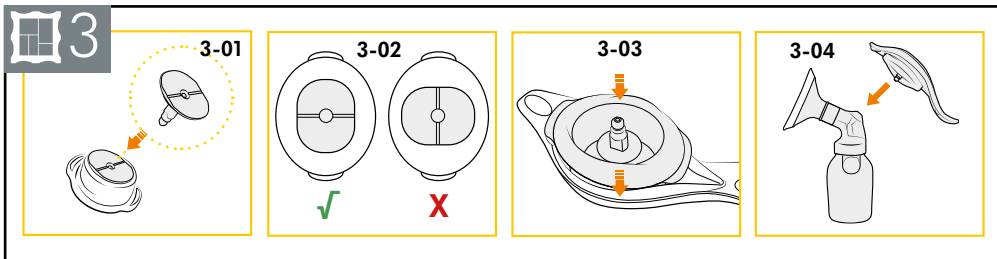
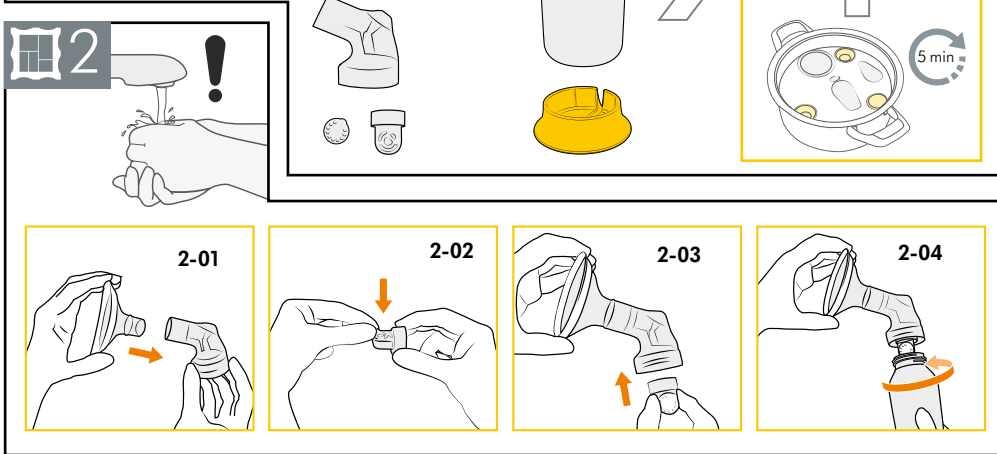
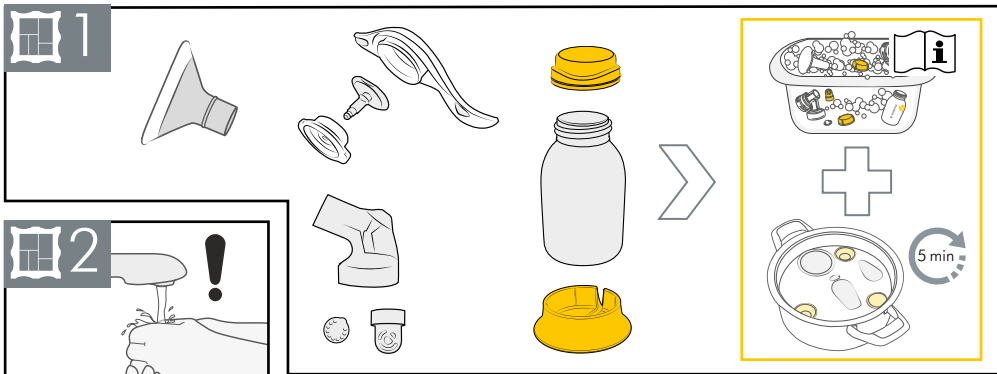
**EN** Fold this page out.

**SV** Vik ut denna sida.

**DA** Fold denne side ud.

**NO** Brett ut denne siden.

**FI** Avaa tämä taitettu sivu.



# 1. Important safety information



**Please read all instructions before using this product.**  
**Keep these instructions for future reference.**

Warnings identify all instructions that are important for safety. Failure to observe these instructions can lead to personal injury or damage to the product.

The following symbols and signal words show the significance of the warnings:



## **WARNING**

Can lead to serious injury or death.



## **CAUTION**

Can lead to minor injury.

## **NOTICE**

Can lead to material damage  
(not related to personal injury).

## **i Information**

Useful or important information that is not related to safety.



## **WARNING**

To avoid health risks and reduce the risk of severe injury:

- Pumping can induce labour. Do not pump until after giving birth. If you become pregnant while breastfeeding or breast pumping, consult with a licensed healthcare professional before continuing.
- If infected with Hepatitis B, Hepatitis C, or Human Immunodeficiency Virus (HIV), pumping breast milk will not reduce or remove the risk of transmitting the virus to your baby through your breast milk.
- Wash all parts that come into contact with your breast and breast milk after every use.
- Small parts may be swallowed by toddlers. Close supervision is necessary when the breast pump or accessories are used in the vicinity of children.

## CAUTION

To avoid health risks and reduce the risk of injury:

- This is a single-user product. Use by more than one person may present a health risk.
- The device and its accessories are not heat-resistant. Keep away from heated surfaces or open flames.
- Do not expose the device to direct sunlight.
- Before each use visually inspect the individual components for damage or wear. Never use a defective device. Throw away parts at first signs of damage or weakness.
- Do not repair the device by yourself. Do not modify the device.
- Use the device only for its intended purpose as described in these instructions for use.
- Do not microwave or boil breast milk. Microwaving can cause severe burns to baby's mouth from hot spots that develop in the milk during microwaving (Microwaving can also change the composition of breast milk).
- Clean and sanitise all parts that come into contact with your breast and breast milk prior to first use.
- Only use Medela recommended parts with the device.
- While some discomfort may be felt when first using a breast pump, it should not cause pain. If you are unsure about correct breast shield sizing please visit [www.medela.com](http://www.medela.com) or see a lactation consultant/breastfeeding specialist who can help you get a proper fit.

## NOTICE

- Take appropriate care in handling bottles and components:
- Plastic bottles and parts become brittle when frozen and may break when dropped.
- Bottles and parts may become damaged if mishandled (e.g., dropped, over-tightened, or knocked over).
- Do not use the breast milk from bottles or components that show signs of damage.

# Contents

<b>1. Important safety information</b>	<b>3</b>
<b>2. Intended purpose</b>	<b>6</b>
<b>3. Product description</b>	<b>6</b>
3.1 Product variants	6
3.2 The Harmony breast pump includes	6
<b>4. Getting started</b>	<b>6</b>
<b>5. Cleaning</b>	<b>7</b>
5.1 Washing and sanitising the pump	7
<b>6. Preparing for pumping</b>	<b>9</b>
6.1 Selecting the correct breast shield size	9
6.2 Assembling the connector and breast shield	9
6.3 Assembling the handle	10
6.4 Placing the breast shield	10
<b>7. Operating your breast pump</b>	<b>10</b>
7.1 Mimicking the baby's rhythm (2-Phase expression)	10
7.2 Expressing your breast milk	11
7.3 After pumping	11
<b>8. Handling of breast milk</b>	<b>12</b>
8.1 General storage guidelines	12
8.2 Freezing	12
8.3 Thawing	13
<b>9. Troubleshooting</b>	<b>13</b>
<b>10. Accessories</b>	<b>14</b>
<b>11. Warranty</b>	<b>14</b>
<b>12. Disposal</b>	<b>14</b>
<b>13. Meaning of symbols</b>	<b>14</b>
<b>14. International regulations</b>	<b>15</b>
14.1 Drinking equipment for children	15
<b>15. Technical specifications</b>	<b>15</b>

## 2. Intended purpose

The Harmony breast pump is a manual breast pump to be used by lactating women to express and collect milk from their breasts. The Harmony breast pump is intended for a single user.

## 3. Product description

The Harmony is a personal-use manual breast pump with a PersonalFit Flex breast shield and an ergonomic 2-phase pump handle.

This enables you to alternate between short low-volume movements to stimulate the milk flow and long, deep movements to optimally extract your milk – the way your baby does it.

The Harmony breast pump

- is easy to handle and clean.
- enables you to silently and discreetly extract your milk.
- includes a 24 mm PersonalFit Flex breast shield to give you more comfort and more milk.


### 3.1 Product variants

There are two different variants of the Harmony breast pump:

- Harmony breast pump: Includes the pump only.
- Harmony Essentials Pack: Includes the pump, a silicon teat compatible with the Harmony bottle, four milk storage bags and four ultra-thin Safe & Dry nursing pads.

**Please also read the instructions for use provided with these additional items.**

### 3.2 The Harmony breast pump includes


Refer to figure  6 on the foldout pages.

 6-01 (Disposable) protective cover

 6-02 PersonalFit Flex breast shield 24 mm

 6-03 Connector

 6-04 Handle


 6-05 Stem with O-ring

 6-06 Diaphragm

 6-07 Valve head


 6-08 Valve membrane (2 pcs)


 6-09 Bottle


 6-10 Lid

 6-11 Bottle stand

The following items are included in the Harmony Essentials Pack only:

 6-12 Feeding teat

 6-13 Milk storage bag (4 pcs)

 6-14 Safe & Dry nursing pad (4 pcs)

## 4. Getting started

To be ready for expressing milk for the first time, separate the parts of the breast pump, then wash and sanitise them – see **section 5.1**.

## 5. Cleaning

### 5.1 Washing and sanitising the pump

Washing and sanitising are two different activities. They must be done separately to protect you and your baby, and to maintain the performance of the device.

**Wash** – To clean the surfaces of the parts by physically removing contamination.

**Sanitise** – To kill microorganisms, such as fungi, bacteria or viruses, that may be present on the surfaces of the parts.

#### CAUTION

- Separate and wash all parts that are exposed to breast milk immediately after use. This will help to remove breast milk residue and prevent growth of bacteria.
- Wash hands thoroughly with soap and water.
- Only use drinking-quality tap water or bottled water for cleaning.
- Do not place pump parts directly in the sink to rinse or wash. Use a clean wash basin used only for infant feeding items.
- Do not use a dish towel to rub or pat items dry.
- Do not use disinfectants for cleaning.

#### NOTICE


Pay attention to the following:

- Take care not to damage parts of the pump during cleaning. Do not use a sharp object (such as a toothpick) for cleaning.
- Some parts of the Harmony breast pump are very small (e.g. the O-ring or the valve membrane). Make sure that no parts are missing when you reassemble the pump after cleaning.
- Store the dried pump parts in a clean bag/container until next use.
- Do not store wet or damp parts as mould may develop.
- If you notice a white residue on the parts after boiling, your water may have a high mineral content. Remove residue by wiping parts with a clean towel and allow to air dry.
- Distilled water is recommended when boiling parts to prevent substantial mineral build-up over time, which may compromise your parts.


#### Information

If using the dishwasher, parts may become discoloured. This will not impact the part function.

**What to do when:** See detailed instructions on the next page.

**Before first use, remove and dispose of** the protective cover (  6-01) from the breast shield. Wash and sanitise the pump parts and bottles following the steps 1 to 4 below. Wash your pump parts and bottles **after each use** and sanitise the parts **once per day** after they have been washed.

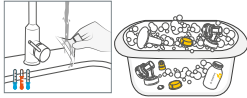
## 1. Disassemble

Refer to figure  1 on the foldout page.

- i. Disassemble the pump into its individual parts (breast shield, connector, handle, valve head and milk bottle).
- ii. Remove the diaphragm from the handle and pull the stem out.
- iii. Remove the valve membrane from the valve head.
- iv. Separate the milk bottle, lid and bottle stand.

## 2. Wash

### Rinse and wash by hand



- i. Rinse the disassembled parts with cool water (approx. 20 °C).
- ii. Clean these parts with plenty of warm, soapy water (approx. 30 °C). Use a commercially available washing-up liquid.
- iii. Rinse the parts with cool water for 10 to 15 seconds (approx. 20 °C).

or

### Wash in dishwasher



Place the disassembled parts on the top rack or in the cutlery section. Use a commercially available dishwashing detergent.

## 3. Sanitise (before first use and once per day)

### Sanitise on stovetop



Cover the disassembled, washed parts with water and boil at least for 5 minutes.

or

### Sanitise in microwave



(except for the handle)

Use Quick Clean\* bags in the microwave in accordance with the instructions on the bags.

\*Refer to local website/shops for availability in your country.

## 4. Dry

Allow to air-dry on a clean, unused dish towel or paper towel. Store the dry parts in a clean environment. Do not store parts in an airtight container/bag if moist. It is important that all residual moisture dries.



## 6. Preparing for pumping

Only use clean and dry parts for assembly. Refer to **chapter 5** for cleaning.

### CAUTION

To prevent contamination of your milk:

- Wash hands thoroughly with soap and water before touching the pump parts and breasts.
- Dry your hands with a fresh towel or a single-use paper towel.
- Avoid touching the inside of bottles and lids.

To make sure that the device works properly and safely:

- Check pump components for wear or damage before use. Replace if necessary.
- Always inspect all parts prior to use for cleanliness. If dirty, clean according to **chapter 5**.

### NOTICE




O-ring The O-ring ensures a sealed connection between the handle and the connector. This is necessary to build up a vacuum.



Stem

Make sure that the white O-ring is present in its groove of the stem.

If it is missing or defective, contact the Medela Customer Service.

### 6.1 Selecting the correct breast shield size





Refer to figure  7 on the foldout pages.

1. For proper sizing, measure the diameter of your nipple (  7-01).
2. Select the breast shield that is slightly larger than your nipple (  7-02).


For more information on breast shield sizing, visit [www.medela.com](http://www.medela.com).





### 6.2 Assembling the connector and breast shield

Refer to figure  2 on the foldout pages.


1.  2-01 Carefully push the breast shield into the top opening of the connector.
  - Choose a breast shield size that suits your needs.
2.  2-02 Place the valve membrane in a horizontal position on the valve head. Carefully push the knob on the membrane's back into the smallest hole of the head until it engages.
  - The membrane must lie flat on the head.
3.  2-03 Push the valve head onto the inner sleeve of the connector.
  - The valve head must be positioned sideways as shown in the picture.
4.  2-04 Screw the bottle into the connector.



## 6.3 Assembling the handle

Refer to figure  3 on the foldout pages.

1.  3-01 Insert the stem (with the O-ring) into the hole on the upper side of the diaphragm.
2.  3-02 Make sure that the oval shaped base of the stem is aligned correctly to the diaphragm.
3.  3-03 Place the diaphragm into the pump handle. Mind the orientation (the recess in the diaphragm engages on the tongue in the handle) and press down firmly around the entire edge to ensure a proper seal.
4.  3-04 Insert the stem of the handle assembly in the opening on top of the connector. Push until the stem locks into place.

## 6.4 Placing the breast shield

Refer to figure  4 on the foldout pages.

1. The oval breast shields can be rotated (360°) and placed in the desired position to have the most comfortable fit for you.
2.  4-01 Place the breast shield on the breast so that the nipple is properly centred in the tunnel.
3.  4-02 Hold the breast shield onto your breast with your thumb and index finger. Support your breast with the palm of your hand.
4. Start pumping as described in **section 7.2**.

# 7. Operating your breast pump

## 7.1 Mimicking the baby's rhythm (2-Phase expression)


Babies use a “two-speed” sucking action. At first, they suck quickly, and then they switch to a slower, deeper sucking rhythm once milk starts to flow. The quicker sucking action stimulates the milk ejection reflex and triggers the milk flow; the slower sucking draws the milk out for the feeding phase.



2-Phase expression is a “two-speed” pumping action that mimics the baby's natural sucking rhythms. The pump's handle design allows you to begin with fast sucking action called the **stimulation phase**. For this, you actuate the short side of the handle with your thumb in a fast manner. When you see milk flow or feel milk ejection, you can then switch to the **expression phase** by actuating the longer side of the handle with your fingers in a slower, full stroke manner.

## 7.2 Expressing your breast milk

### CAUTION

- Do not hold the pump by the bottle. This can lead to engorgement and blockage of the milk ducts.
- Only fill the bottle to the 150 ml mark.
- Contact your healthcare professional or breastfeeding specialist if you can express only minimal or no milk or if expression is painful.

Refer to figure  5 on the foldout pages.

1.  5-01 Start pumping with stimulation: Using your thumb, press down the smaller part of the handle. This is the part with the milk drops on top. Press and release quickly, again and again, until your milk starts to flow.
2.  5-02 Once your milk starts to flow, switch to expression: With your fingers, press down the lower, longer part of the handle.  
By doing so, you build up a vacuum that facilitates the milk flow. You control the level of the vacuum with the speed of the handle stroke and the compression that is created.  
Decide yourself which pumping rhythm is the best for you.
3. Stop pumping when you feel that the milk does not flow anymore or when the bottle is full.

## 7.3 After pumping

Prepare the milk for storage as follows:

1. Unscrew the bottle from the connector.
2. Use the bottle stand to prevent the bottle from tipping over.
3. Close the bottle with a lid.

## 8. Handling of breast milk

### 8.1 General storage guidelines

#### Storage guidelines for freshly expressed breast milk (for healthy term babies)

Room temperature 16 to 25°C (60 to 77°F)	Refrigerator 4°C (39°F) or colder	Freezer -18°C (0°F) or colder	Breast milk thawed in the refrigerator
Up to 4 hours is best	Up to 3 days is best	Up to 6 months is best	At room temperature: Up to 2 hours
*Up to 6 hours for milk expressed under very clean conditions	*Up to 5 days for milk expressed under very clean conditions	*Up to 9 months for milk expressed under very clean conditions	Refrigerator: Up to 24 hours  <b>Do not refreeze!</b>

\*Guidelines for expressing milk under very clean conditions:

Before expressing breast milk, mothers should wash their hands with soap and water or an alcohol-based hand sanitiser. The pump parts, bottles and pumping area must be clean. Breasts and nipples do not need to be washed before pumping.

- These guidelines for storage and thawing of breast milk are a recommendation. Contact your lactation consultant or breastfeeding specialist for further information.
- Store breast milk in the coldest spot of the refrigerator (at the back of the glass shelf above the vegetable compartment).

### 8.2 Freezing

#### NOTICE

- Repeated freeze/thaw cycles destroy the structure of the milk. Therefore, never refreeze breast milk.
- Freeze expressed breast milk in plastic bottles or milk storage bags. Do not fill the bottles or bags more than 3/4 full to allow space for possible expansion.
- Label the bottles or bags with the date and volume of expression.
- Plastic bottles and parts become brittle when frozen and may break when dropped.
- Do not use the breast milk from bottles or components that show signs of damage.

## 8.3 Thawing

### CAUTION

Do not thaw or warm breast milk in a microwave or a pan of boiling water. This helps preserve important components and prevents burns.

- To preserve breast milk components, thaw the milk overnight in the refrigerator.
- Alternatively, hold the bottle or bag under warm water (max. 37 °C / 98.6 °F).

### NOTICE

Gently swirl the bottle or bag to mix any fat that has separated. Avoid shaking or stirring the milk.

## 9. Troubleshooting

In case of an unexpected behaviour of your breast pump check with the troubleshooting table if you find the issue in the column “Problem” and follow the instructions in the column “Solution”.

### Troubleshooting table

Problem	Solution
There is low or no suction	<p>Check the O-ring on the stem for presence and proper condition. If it is missing or defective, contact the Medela Customer Service.</p> <p>Make sure that the breast shield forms a complete seal around the breast.</p> <p>Make sure that the yellow valve head and the white membrane are clean and not damaged.</p> <p>Make sure that the membrane lies flat on the valve head.</p> <p>Make sure that the valve head is positioned sideways on the connector.</p> <p>Make sure that the components of the handle are assembled correctly.</p> <p>Check all connections.</p> <p>If suction does not improve after having followed these steps, contact the Medela Customer Service.</p>
There is no milk flow	<p>Ensure your breast pump is assembled correctly and there is suction.</p> <p>Relax and take a 10-15 minute break if expression is not achieved after two consecutive pumping sessions.</p> <p>Consult your lactation consultant/breastfeeding specialist if expression still does not occur.</p>

If you have not resolved the problem with your breast pump or you have further questions, please contact Medela Customer Service. For contact data visit [www.medela.com](http://www.medela.com). Under “Contact” choose your country.

## 10. Accessories

The following products are sold separately:

- PersonalFit Flex breast shield sizes S (21 mm), M (24 mm), L (27 mm), XL (30 mm)
- Breast milk bottle 150 ml, 250 ml
- Breast milk storage bags

Depending on your region, check local website/shops for availability.

## 11. Warranty

Please refer to the “International Warranty” for Medela products available under [www.medela.com](http://www.medela.com) to find out if and to what extent the warranty applies to this product.

## 12. Disposal

At the end of its operating life, separate the parts of your breast pump and dispose of according to local regulations.

### **Breast shields, connector and accessories**

The parts are made of plastics that are not harmful to the environment when disposed of as household waste. Recycle or dispose of according to local regulations.

## 13. Meaning of symbols

### **Symbols used in these instructions**














General safety alert symbol, points to information related to safety.



Read and follow the instructions for use.

## Symbols found on the product parts and its packaging.

	Identifies the manufacturer.		Indicates the date of manufacturing.
	Indicates the part number of the device.		Indicates the lot/batch number.
	Read and follow the instructions for use.		The packaging contains products intended to come in contact with food according to regulation EC 1935/2004.
	Keep away from rain. Keep in dry conditions.		Indicates that the material is part of a recovery/recycling process.
	Keep away from sunlight.		Indicates that the package is made of cardboard.
	Contains fragile goods. Handle with care.		

## 14. International regulations

### 14.1 Drinking equipment for children

Teat and bottle intended for infant feeding comply with the European Standard EN 14350.

## 15. Technical specifications

### Materials touching skin or coming in contact with milk

- Breast shield: Polypropylene, thermoplastic elastomer
- Connector, valve head: Polypropylene
- Diaphragm, valve membrane: Silicone rubber
- Bottle: Polypropylene
- Lid: Polypropylene

All parts that come in contact with breast milk are not made with BPA (Bisphenol A).





# 1. Viktig säkerhetsinformation



**Läs alla instruktioner innan du börjar använda produkten.  
Behåll instruktionerna för framtida bruk.**

Varningar visar alla viktiga säkerhetsanvisningar. Underlåtande att följa anvisningarna kan leda till personskador eller skador på produkten.

Följande symboler och signalord visar varningarnas allvarlighetsgrad:



## **WARNING**

Kan leda till allvarliga skador eller dödsfall.



## **OBSERVERA**

Kan leda till mindre skador.

## **OBS!**

Kan leda till materialskador  
(ej relaterade till personskada).

## **i Information**

Användbar eller viktig information  
som inte rör säkerheten.



## **WARNING**

För att undvika hälsorisker och minska risken för allvarliga personskador:

- Pumpning kan inducera förlossning. Börja inte pumpa förrän efter förlossningen. Om du blir gravid medan du ammar eller pumpar ska du rådfråga licensierad vårdpersonal innan du fortsätter.
- Om du har hepatit B, hepatit C eller humant immunbristvirus (HIV) kommer pumpning av bröstmjolk inte att minska eller undanröja risken för överföring av viruset till ditt barn via din bröstmjolk.
- Rengör alla delar som kommer i kontakt med bröstet och bröstmjölken efter varje användningstillfälle.
- Små delar kan sväljas av småbarn. Det är viktigt att man har noggrann uppsikt när bröstpumpen eller tillbehör används i närheten av barn.

## **OBSERVERA**

För att undvika hälsorisker och minska risken för personskador:

- Denna produkt är avsedd för en användare. Om den används av flera personer kan detta utgöra en hälsorisk.
- Produkten och dess tillbehör är inte värmebeständiga. Håll dem på avstånd från uppvärmda ytor eller öppen eld.
- Utsätt inte produkten för direkt solljus.
- Inspektera varje enskild komponent med avseende på skador och slitage före varje användning. Använd aldrig en defekt produkt. Kassera delar vid första tecken på skador eller slitage.
- Reparerer inte produkten själv. Gör inga ändringar på produkten.
- Använd produkten endast för det den är avsedd för, i enlighet med denna bruksanvisning.
- Bröstmjolk får inte värmas i mikrovågsugn eller kokas. Uppvärmning i mikrovågsugn kan göra att värmen fördelas ojämnt i mjölken, vilket kan orsaka svåra brännskador i barnets mun (uppvärmning i mikrovågsugn kan dessutom leda till att bröstmjolkens sammansättning förändras).
- Rengör och sterilisera alla delar som kommer i kontakt med bröstet och bröstmjölken före första användningstillfället.
- Använd endast delar som rekommenderas av Medela tillsammans med produkten.
- Även om det kan kännas lite obehagligt första gången man använder en bröstpump ska det aldrig göra ont. Om du är osäker på vilken brösttrattsstorlek du ska välja kan du besöka [www.medela.se](http://www.medela.se) eller vända dig till en amningsrådgivare eller amningsspecialist som kan hjälpa dig att hitta rätt passform.

## **OBS!**

- Var försiktig vid hantering av flaskor och andra komponenter:
- Plastflaskor och andra delar blir sköra efter nedfrysning och kan gå sönder om de tappas.
- Flaskor och andra delar kan skadas om de hanteras på fel sätt (t.ex. om de tappas, skruvas åt för hårt eller blir omkullvälta).
- Använd inte bröstmjolk från flaskor eller andra komponenter som visar tecken på skada.

# Innehåll

<b>1. Viktig säkerhetsinformation</b>	<b>17</b>
<b>2. Avsedd användning</b>	<b>20</b>
<b>3. Produktbeskrivning</b>	<b>20</b>
3.1 Produktvarianter	20
3.2 Harmony bröstpump innehåller	20
<b>4. Komma igång</b>	<b>20</b>
<b>5. Rengöring</b>	<b>21</b>
5.1 Diskning och sterilisering av pumpen	21
<b>6. Förberedelse för pumpning</b>	<b>23</b>
6.1 Välja korrekt storlek på din brösttratt	23
6.2 Montera anslutningsdelen och brösttratten	23
6.3 Montera handtaget	24
6.4 Placera brösttratten	24
<b>7. Använda bröstpumpen</b>	<b>24</b>
7.1 Efterliknar barnets rytm (2-Phase expression)	24
7.2 Pumpa ur bröstmjök	25
7.3 Efter pumpning	25
<b>8. Hantera bröstmjök</b>	<b>26</b>
8.1 Allmänna riktlinjer för förvaring	26
8.2 Frysning	26
8.3 Upptining	27
<b>9. Felsökning</b>	<b>27</b>
<b>10. Tillbehör</b>	<b>28</b>
<b>11. Garanti</b>	<b>28</b>
<b>12. Avfallshantering</b>	<b>28</b>
<b>13. Symboler</b>	<b>28</b>
<b>14. Internationella bestämmelser</b>	<b>29</b>
14.1 Drickustrustning för barn	29
<b>15. Tekniska specifikationer</b>	<b>29</b>

## 2. Avsedd användning

Harmony bröstpump är en manuell bröstpump som är avsedd att användas av ammande kvinnor för att pumpa ur och samla upp deras bröstmjolk. Harmony bröstpump är avsedd för endast en användare.

## 3. Produktbeskrivning

Harmony är en manuell bröstpump för personligt bruk med en PersonalFit Flex brösttratt och ett ergonomiskt 2-phase-pumphandtag.

Handtaget gör det möjligt att byta mellan korta pumptag med låg volym för att stimulera mjölkflödet och längre, djupare pumptag för optimal urpumpning av mjölken – på ett sätt som efterliknar barnets sätt att amma.

Harmony bröstpump

- är enkel att hantera och rengöra
- möjliggör tyst och diskret urpumpning av din mjölk
- inkluderar en 24 mm PersonalFit Flex-brösttratt för bättre komfort och mer mjölk.


### 3.1 Produktvarianter









Harmony bröstpump finns i två versioner:




- Harmony bröstpump: innehåller endast pumpen.
- Harmony Essentials Pack: innehåller pumpen, en silikonnapp som är kompatibel med Harmony-flaskan, fyra mjölkförvaringspåsar och fyra extra tunna Safe & Dry-amningsinlägg.

**Läs bruksanvisningarna som medföljer dessa tillbehör.**




### 3.2 Harmony bröstpump innehåller

Se bild  6 på utvikssidorna.

-  6-01 Skyddshölje (för engångsbruk)
-  6-02 PersonalFit Flex brösttratt 24 mm
-  6-03 Anslutningsdel
-  6-04 Pumphantag
-  6-05 Skafft med O-ring
-  6-06 Membran
-  6-07 Ventilhuvud
-  6-08 Ventilmembran (2 st.)

-  6-09 Flaska
-  6-10 Lock
-  6-11 Flaskställ

Följande enheter ingår endast i Harmony Essentials Pack:

-  6-12 Amningsnapp
-  6-13 Förvaringspåse för mjölk (4 st.)
-  6-14 Safe & Dry-amningsinlägg (4 st.)

## 4. Komma igång

För att göra dig redo inför att pumpa ur mjölk för första gången, plocka isär bröstpumpens delar samt diska och sterilisera dem därefter – se **avsnitt 5.1**.

## 5. Rengöring

### 5.1 Diskning och sterilisering av pumpen

Diskning och sterilisering är två olika aktiviteter. Dessa måste utföras separat för att skydda dig och ditt barn och för att produktens prestanda ska upprätthållas.

**Diskning** – För att rengöra delarnas yta genom att fysiskt avlägsna kontaminering.

**Sterilisering** – För att döda mikroorganismer som svamp, bakterier och virus som kan finnas på delarnas yta.

#### OBSERVERA

- Separera och rengör alla delar som kommer i kontakt med bröstmjolk direkt efter användning. Det blir då enklare att få bort bröstmjölksrester och tillväxt av bakterier förhindras.
- Tvätta händerna noggrant med tvål och vatten.
- Använd endast kranvatten eller buteljerat vatten för rengöring.
- Placera inte pumpdelarna direkt i diskhon när du ska skölja eller diska dem. Använd en ren diskbalja som enbart är till för barnmatningsföremål.
- Använd inte en diskhandduk för att gnugga eller klappa föremålen torra.
- Använd inte desinfektionsmedel för rengöring.

#### OBS!


Var uppmärksam på följande:

- Se till att inte skada pumpens delar under rengöringen. Rengör inte produkten med vassa föremål (som t.ex. en tandpetare).
- Vissa delar av Harmony bröstpump är mycket små (t.ex. O-ringen och ventilmembranet). Kontrollera att inga delar saknas när du monterar pumpen efter rengöring.
- Förvara de torra pumpkomponenterna i en ren påse/behållare fram till nästa användningstillfälle.
- Förvara inte delar som är blöta eller fuktiga eftersom mögel då kan utvecklas.
- Om du upptäcker vita avlagringar på delarna efter kokning kan det bero på att vattnet har högt mineralinnehåll. Avlägsna rester genom att torka delarna med en ren handduk och låt dem sedan lufttorka.
- Destillerat vatten rekommenderas vid kokning av delar för att förhindra att tjocka mineralavlagringar bildas med tiden, vilket kan försämra delarnas funktion.


#### i Information

Vid användning av diskmaskin kan delarna missfärgas. Detta påverkar inte delarnas funktion.

**Vad man ska göra och när man ska göra det: Se detaljerade anvisningar på nästa sida.**

**Ta bort och kassera** skyddshöljet (  6-01) från brösttratten före första användningen. Diska och sterilisera pumpens delar och flaskor enligt steg 1 till 4 nedan. Diska dina pumpdelar och flaskor **efter varje användning** och sterilisera delarna **en gång om dagen** efter att du har diskat dem.

### 1. Montera isär

Se bild  1 på utvikssidan.

- Montera isär pumpen i dess enskilda delar (brösttratt, anslutningsdel, handtag, ventilhuvud och mjölkflaska).
- Ta bort membranet från handtaget och dra ut skaftet.
- Ta bort ventilmembranet från ventilhuvudet.
- Separera mjölkflaska, lock och flaskställ.

### 2. Diska

#### Skölj och diska för hand



- Skölj de isärtagna delarna i kallt vatten (ca 20 °C).
- Rengör alla delar i rikligt med varmt vatten med diskmedel (cirka 30 °C). Använd ett kommersiellt tillgängligt diskmedel.
- Skölj delarna i kallt vatten i 10–15 sekunder (cirka 20 °C).

eller

#### Diska i diskmaskin



Placera de isärtagna delarna i den övre korgen eller i bestickkorgen. Använd ett kommersiellt tillgängligt diskmedel.

### 3. Sterilisera (före första användningen och därefter en gång om dagen)

#### Sterilisera genom kokning på spisen



Se till att alla isärtagna, diskade delar är täckta med vatten och låt koka i minst 5 minuter.

eller

#### Sterilisera i mikrovågsugn



(förutom handtaget)

Använd Quick Clean-påsar\* i mikrovågsugn i enlighet med instruktionerna på påsarna.

\* Se lokal webbplats/lokala butiker för information om tillgänglighet i ditt land.

### 4. Torka

Låt lufttorka på en ren, oanvänd diskhandduk eller pappershandduk. Förvara de torra delarna i en ren miljö. Förvara inte delarna i en lufttät behållare/påse om de är fuktiga. Det är viktigt att delarna torkar helt och hållet.

## 6. Förberedelse för pumpning

Använd endast rena och torra delar vid montering. Se **kapitel 5** för information om rengöring.

### **OBSERVERA**

För att förebygga kontaminering av din bröstmjölk:

- Tvätta händerna noggrant med tvål och vatten innan du vidrör pumpdelarna och bröstet.
- Torka händerna med en ren handduk eller en pappershandduk för engångsbruk.
- Undvik att vidröra insidan av flaskorna och locken.

För att säkerställa att din produkt fungerar på ett korrekt och säkert sätt:

- Kontrollera att pumpens komponenter inte är slitna eller skadade innan de används. Byt ut delar vid behov.
- Kontrollera alltid alla delar före användning för att se till att de är rena. Om någon del är smutsig, rengör enligt **kapitel 5**.

### **OBS!**






O-ring O-ringen säkerställer en förseglad förbindelse mellan handtaget och anslutningsdelen. Förseglingen är nödvändig för att ett vakuum ska byggas upp.

Kontrollera att den vita O-ringen sitter i sitt spår på skaftet.

Om den saknas eller är defekt ska du kontakta Medelas kundservice.


### 6.1 Välja korrekt storlek på din brösttratt





Se bild  7 på utvikssidorna.

1. För korrekt passform ska du mäta diametern på din bröstvårta (  7-01).
2. Välj en brösttratt som är aningen större än din bröstvårta (  7-02).

För mer information om brösttrattar, gå till [www.medela.se](http://www.medela.se).





### 6.2 Montera anslutningsdelen och brösttratten

Se bild  2 på utvikssidorna.


1.  2-01 För försiktigt in brösttratten i anslutningsdelens övre öppning.  
→ Välj en brösttrattsstorlek som passar dina behov.
2.  2-02 Placera ventilmembranet horisontellt på ventilhuvudet. Tryck försiktigt in "knoppen" på baksidan av ventilmembranet mot ventilhuvudets minsta öppning tills de kopplas ihop.  
→ Membranet måste ligga plant mot ventilhuvudet.
3.  2-03 Tryck fast ventilhuvudet på anslutningsdelens inre hylsa.  
→ Ventilhuvudet ska placeras i sidled så som visas på bilden.
4.  2-04 Skruva fast flaskan i anslutningsdelen.



## 6.3 Montera handtaget

Se bild  3 på utvikssidorna.

1.  3-01 För in skaffet (med O-ringen) i hålet på membranets översida.
2.  3-02 Se till att skaffets ovala bas är korrekt inpassad i membranet.
3.  3-03 Sätt in membranet i pumphandtaget. Var uppmärksam på riktningen – fördjupningen i membranet ska kopplas ihop med tungan i handtaget – och tryck ned ordentligt runt hela kanten för att skapa en säker förslutning.
4.  3-04 För in handtagsskaftet i anslutningsdelens öppning. Tryck in ventilen tills den kopplas fast.

## 6.4 Placera brösttratten

Se bild  4 på utvikssidorna.

1. Den ovala brösttratten kan vridas (360°) och placeras på det sätt som är mest bekvämt för dig.
2.  4-01 Placera brösttratten på ditt bröst så att bröstvärtan är centrerad i brösttrattens kanal.
3.  4-02 Håll fast brösttratten på ditt bröst med hjälp av tummen och pekfingeret. Stöd bröstet med handen.
4. Påbörja pumpningen enligt beskrivningen i **avsnitt 7.2**.

# 7. Använda bröstpumpen

## 7.1 Efterliknar barnets rytm (2-Phase expression)

Barn tillämpar ett sugmönster med två hastigheter. Först suger de snabbt och därefter övergår de till en långsammare, djupare rytm när mjölken väl har börjat flöda. Det snabbare sugbeteendet stimulerar mjölkutsöndringsreflexen och utlöser mjölkflödet. Det långsammare sugbeteendet drar ut mjölken för matningsfasen.


2-Phase Expression är en pumpteknik med två hastigheter som efterliknar barnets naturliga sugmönster. Utförandet hos pumpens handtag gör att du kan börja med det snabba sugmönstret som kallas **stimuleringsfasen**. För att göra det manövrerar du den korta sidan av handtaget med din tumme med snabba rörelser. När du ser mjölk flöda eller känner mjölkutdrivning kan du växla till **utdrivningsfasen** genom att manövrera den längre sidan av handtaget med dina fingrar på ett långsammare sätt, med fulla utslag.





## 7.2 Pumpa ur bröstmjölk

### OBSERVERA

- Håll inte i pumpen genom att greppa om flaskan. Detta kan leda till tilltäppning av mjölkgångarna och mjölkstockning.
- Fyll bara flaskan till 150 ml-markeringen.
- Kontakta vårdpersonal eller amningsspecialist om du endast kan pumpa ur lite eller ingen mjölk, eller om utdrivningen är smärtsam.

Se bild  5 på utvikssidorna.

1.  5-01 Börja pumpa genom stimulering: Använd tummen och tryck ned den mindre delen av handtaget, dvs. delen med mjölkdroppar ovanpå. Tryck ned och släpp handtaget i snabb följd tills dess att mjölken börjar rinna.
2.  5-02 Byt till utdrivningsläge när mjölken börjar flöda: Använd fingrarna för att trycka ned den nedre, längre delen av handtaget. När du gör detta byggs ett vakuum upp, vilket underlättar mjölkflödet. Du reglerar vakuumnivån med hastigheten på handtagsrörelserna och kompressionen som skapas. Du känner själv vilken pumprytm som passar dig bäst.
3. Sluta pumpa när du känner att mjölken inte längre flödar eller när flaskan är full.

## 7.3 Efter pumpning

Förbered mjölken för förvaring på följande sätt:

1. Skruva loss flaskan från anslutningsdelen.
2. Använd flaskstället för att förhindra att flaskan välter.
3. Stäng flaskan med ett lock.

## 8. Hantera bröstmjölk

### 8.1 Allmänna riktlinjer för förvaring

#### Riktlinjer för förvaring av nyligen utpumpad bröstmjölk (för friska, fullgångna barn)

Rumstemperatur 16 till 25 °C (60 till 77 °F)	Kylskåp 4 °C (39 °F) eller kallare	Frys -18 °C (0 °F) eller kallare	Bröstmjölk som tinas upp i kylskåpet
Upp till 4 timmar är bäst	Upp till 3 dagar är bäst	Upp till 6 månader är bäst	I rumstemperatur: upp till 2 timmar
* Upp till 6 timmar för mjölk som har pumpats ut under mycket rena förhållanden	* Upp till 5 dagar för mjölk som har pumpats ut under mycket rena förhållanden	* Upp till 9 månader för mjölk som har pumpats ut under mycket rena förhållanden	Kylskåp: Upp till 24 timmar  <b>Frys inte in på nytt!</b>

\* Riktlinjer för urpumpning av mjölk under mycket rena förhållanden:

Innan bröstmjölken pumpas ut ska mamman tvätta händerna med tvål och vatten eller ett alkoholbaserat handdesinfektionsmedel. Pumpdelarna, flaskorna och pumpområdet måste vara rena/rent. Brösten och bröstvårtorna behöver inte tvättas före pumpning.

- Dessa riktlinjer för förvaring och upptining av bröstmjölk är rekommendationer. Kontakta din amningsrådgivare eller amningsspecialist för mer information.
- Förvara bröstmjölken på den svalaste platsen i kylskåpet (längst bak på hyllan ovanför grönsaksfacket).

### 8.2 Frysning

#### **OBS!**

- Upprepade frysnings-/upptiningscykler förstör mjölkens sammansättning. Frys därför aldrig om bröstmjölk.
- Frys utpumpad bröstmjölk i mjölkflaskor av plast eller i mjölkförvaringspåsar. Fyll aldrig flaskorna eller påsarna mer än till 3/4 så att bröstmjölken har utrymme att expandera.
- Märk flaskorna eller påsarna med datumet för urpumpningen.
- Plastflaskor och andra delar blir sköra efter nedfrysning och kan gå sönder om de tappas.
- Använd inte bröstmjölk från flaskor eller andra komponenter som visar tecken på skada.

## 8.3 Upptining

### OBSERVERA

Undvik att tina upp eller värma bröstmjölk i mikrovågsugn eller i en kastrull med kokande vatten. På så sätt bevaras viktiga komponenter i mjölken och brännskador undviks.

- Bevara bröstmjölkens komponenter genom att tina mjölken i kylskåp under natten.
- Du kan också hålla flaskan eller påsen under lagom varmt vatten (max. 37 °C/98,6 °F).

### OBS!

Snurra flaskan eller påsen försiktigt så att eventuellt separerat fett blandas med mjölken igen. Undvik att skaka mjölken eller röra om i den.

## 9. Felsökning

Om din bröstpump inte fungerar som vanligt ska du titta i felsökningstabellen för att se om du hittar problemet i kolumnen "Problem" och följa anvisningarna i kolumnen "Lösning".

### Felsökningstabell

Problem	Lösning
Pumpen suger dåligt/suger inte alls	<p>Kontrollera O-ringen på skaffet med avseende på förekomst och korrekt status. Om den saknas eller är defekt ska du kontakta Medelas kundservice.</p> <p>Se till att brösttratten sluter tätt kring bröstet. Se till att det gula ventilhuvudet och det vita ventilmembranet är rena och fria från skador. Kontrollera att ventilmembranet ligger plant mot ventilhuvudet. Se till att ventilhuvudet är placerat i sidled på anslutningsdelen. Se till att handtagets delar är korrekt monterade. Kontrollera alla anslutningar. Om sugningen inte förbättras efter dessa steg ska du kontakta Medelas kundservice.</p>
Mjölklöde saknas	<p>Se till att din bröstpump är korrekt monterad och att den suger. Ta en 10-15 minuter lång paus om mjölkutdrivningen inte har kommit igång efter två på varandra följande pumpningar. Kontakta din amningsrådgivare eller amningsspecialist om det fortfarande inte går att pumpa ur någon mjölk.</p>

Om du inte har lyckats lösa problemet med din bröstpump eller har ytterligare frågor är du välkommen att kontakta Medelas kundservice. Kontaktinformation finns på [www.medela.se](http://www.medela.se). Välj ditt land under "Kontakt".

## 10. Tillbehör

Följande produkter säljs separat:

- PersonalFit Flex brösttrattsstorlekar S (21 mm), M (24 mm), L (27 mm), XL (30 mm)
- Bröstmjölksflaska 150 ml, 250 ml
- Förvaringspåsar för bröstmjök

Se lokal webbplats/lokala butiker i din region för information om tillgänglighet.

## 11. Garanti

Vi hänvisar till "International Warranty" för Medelas produkter som finns på [www.medela.com](http://www.medela.com) om du vill ta reda på om eller i vilken utsträckning garantin gäller denna produkt.

## 12. Avfallshantering

När bröstpumpen har nått slutet av sin livslängd ska du ta isär den i dess olika delar och kassera dem i enlighet med lokala bestämmelser.

### Brösttrattar, anslutningsdel och tillbehör

Delarna är tillverkade av plastmaterial som inte är skadliga för miljön när de kasseras som hushållssopor. Återvinn eller kassera i enlighet med lokala bestämmelser.

## 13. Symboler

### Symboler som används i dessa instruktioner



Allmän säkerhetssymbol för att uppmärksamma information som gäller säkerhet.



Läs och följ bruksanvisningen.

## Symboler som finns på produktens delar och dess förpackning.

	Identifierar tillverkaren av produkten.		Anger tillverkningsdatum.
	Anger apparatens artikelnummer.		Anger serie-/batchnummer.
	Läs och följ bruksanvisningen.		Förpackningen innehåller produkter som är avsedda att komma i kontakt med livsmedel enligt EG-förordning 1935/2004.
	Utsätt inte produkten för regn. Förvara torrt.		Anger att materialet ingår i en återanvändnings-/återvinningsprocess.
	Produkten ska inte utsättas för solljus.		Anger att förpackningen är tillverkad av kartong.
	Innehåller ömtåligt gods. Hantera varsamt.		

## 14. Internationella bestämmelser

### 14.1 Drickutrustning för barn

Napp och flaska avsedda för matning av barn uppfyller kraven i den europeiska standarden SS-EN 14350.

## 15. Tekniska specifikationer

### Material som vidrör hud eller kommer i kontakt med mjölk

- Brösttratt: polypropylen och termoplast
- Anslutningsdel, ventilhuvud: Polypropylen
- Membran, ventilmembran: Silikongummi
- Flaska: Polypropylen
- Lock: Polypropylen

Alla delar som kommer i kontakt med bröstmjölk är fria från BPA (bisfenol A).



# 1. Vigtig sikkerhedsinformation



Læs alle instruktioner igennem, før produktet tages i brug.  
Gem denne vejledning til senere brug.

Advarsler markerer alle instruktioner, der er vigtige for sikkerheden. Hvis instruktionerne ikke følges og overholdes, kan det medføre personskade eller skade på produktet. Følgende symboler og signalord angiver betydningen af advarslerne:



## ADVARSEL

Kan medføre alvorlig skade eller død.



## FORSIGTIG

Kan medføre mindre skader.

## BEMÆRK

Kan medføre materiel skade (ikke relateret til personskade).

## i Information

Nyttige eller vigtige oplysninger, som ikke vedrører sikkerhed.



## ADVARSEL

Undgå sundhedsrisici og reducer risikoen for alvorlig personskade:

- Pumpning kan igangsætte en fødsel. Pump ikke, før efter du har født. Hvis du bliver gravid, mens du stadig ammer eller pumper brystmælk, skal du rådføre dig med en læge eller sundhedsplejerske, før du fortsætter.
- Hvis du er inficeret med hepatitis B, hepatitis C eller human immundefekt virus (HIV), vil pumpning af brystmælk ikke reducere eller fjerne risikoen for overførsel af virus til barnet gennem din brystmælk.
- Vask alle dele, der kommer i kontakt med dine bryster og brystmælken, umiddelbart efter hver brug.
- Småbørn kan komme til at sluge de små dele. Når brystpumpen eller tilbehøret bruges i nærheden af børn, skal de være under tæt opsyn.

## **FORSIGTIG**

Undgå sundhedsrisici og reducer risikoen for personskade:

- Dette produkt er beregnet til én bruger. Hvis det anvendes af flere, kan det indebære en sundhedsrisiko.
- Apparatet og tilbehøret er ikke modstandsdygtige over for varme. Hold udstyret på afstand af varme overflader og åben ild.
- Apparatet må ikke udsættes for direkte sollys.
- Hver gang apparatet skal bruges, skal de enkelte komponenter efterses for skader eller slitage. Brug aldrig et defekt apparat. Hvis der er tegn på skader eller svagheder, skal de pågældende dele kasseres.
- Du må ikke selv reparere apparatet. Apparatet må ikke ændres.
- Brug kun apparatet til det, som det er beregnet til, som beskrevet i denne brugsanvisning.
- Brystmælk må ikke opvarmes i mikrobølgeovn eller koges. Mælk opvarmet i mikrobølgeovn kan forårsage alvorlig skoldning i barnets mund på grund af varme områder, der dannes i mælken under opvarmningen (opvarmning i mikrobølgeovn kan også ændre sammensætningen af brystmælk).
- Rengør og desinficer alle dele, der kommer i kontakt med dit bryst og din brystmælk, inden første brug.
- Brug kun dele, der er anbefalet af Medela.
- Det kan føles lidt ubehageligt, første gang du bruger en brystpumpe, men det må ikke gøre ondt. Hvis du stadigvæk er usikker på, om du har valgt den rigtige størrelse brysttragt, kan du gå ind på **www.medela.com** eller tale med en ammerådgiver eller en specialist i amning, som kan hjælpe dig med at finde den rigtige størrelse.

## **BEMÆRK**

- Vær forsigtig, når du håndterer flasker og produktdele:
- Plastflasker og andre produktdele bliver skrøbelige, når de fryses, og de kan gå i stykker, hvis de tabes.
- Flasker og andre dele kan blive beskadiget, hvis de håndteres forkert (f.eks. bliver tabt, spændt for hårdt eller væltet).
- Anvend ikke brystmælk fra flasker eller produktdele, der viser tegn på beskadigelse.



# Indholdsfortegnelse

<b>1. Vigtig sikkerhedsinformation</b>	<b>31</b>
<b>2. Tilsigtet anvendelse</b>	<b>34</b>
<b>3. Produktbeskrivelse</b>	<b>34</b>
3.1 Produktvarianter	34
3.2 Harmony brystpumpen inkluderer	34
<b>4. Sådan kommer du i gang</b>	<b>34</b>
<b>5. Rengøring</b>	<b>35</b>
5.1 Vask og desinficering af pumpen	35
<b>6. Klargøring til pumpning</b>	<b>37</b>
6.1 Valg af den rigtige størrelse brysttragt	37
6.2 Samling af konnektoren og brysttragten	37
6.3 Samling af håndtaget	38
6.4 Placering af brysttragten	38
<b>7. Anvendelse af brystpumpen</b>	<b>38</b>
7.1 Efterligning af barnets rytme (2-Phase Expression)	38
7.2 Pumpning af din brystmælk	39
7.3 Efter pumpning	39
<b>8. Håndtering af brystmælk</b>	<b>40</b>
8.1 Generelle retningslinjer for opbevaring	40
8.2 Nedfrysning	40
8.3 Optøning	41
<b>9. Fejlfinding</b>	<b>41</b>
<b>10. Tilbehør</b>	<b>42</b>
<b>11. Garanti</b>	<b>42</b>
<b>12. Bortskaffelse</b>	<b>42</b>
<b>13. Symbolernes betydning</b>	<b>42</b>
<b>14. Internationale bestemmelser</b>	<b>43</b>
14.1 Drikkeudstyr til børn	43
<b>15. Tekniske specifikationer</b>	<b>43</b>

## 2. Tilsigtet anvendelse

Harmony brystpumpen er en manuel brystpumpe, der er beregnet til at blive anvendt af kvinder, som pumper og indsamler mælk fra deres bryster. Harmony brystpumpen er beregnet til at blive anvendt af én bruger.

## 3. Produktbeskrivelse

Harmony er en manuel brystpumpe til personlig brug med en PersonalFit Flex bryststragt og et ergonomisk pumpehåndtag med to faser.

Det betyder, at du kan skifte mellem korte bevægelser med lav volumen for at stimulere mælkeflowet og lange, dybe bevægelser for at opnå optimal pumping af din brystmælk – ligesom dit barn gør det.

Harmony brystpumpen

- er nem at håndtere og rengøre.
- gør dig i stand til at pumpe din mælk ud lydløst og diskret.
- inkluderer en 24 mm PersonalFit Flex bryststragt for at give dig større komfort og mere mælk.


### 3.1 Produktvarianter















Der findes to forskellige varianter af Harmony brystpumpen:

- Harmony brystpumpen: Omfatter kun pumpen.
- Harmony Essentials Pack: Indeholder pumpen, en silikonesut, der passer til Harmony flasken, fire opbevaringsposer til mælk og fire ultratynde Safe & Dry ammeindlæg.

**Læs venligst også brugsanvisningerne til disse ekstra dele.**

### 3.2 Harmony brystpumpen inkluderer

Se figur  6 på folde-ud-siderne.

- |  |   |
|--|---|
|  6-01 Beskyttende overtræk (til engangsbrug) |  6-09 Flaske                                   |
|  6-02 PersonalFit Flex bryststragt 24 mm     |  6-10 Låg                                      |
|  6-03 Konnektor                              |  6-11 Flaskeholder                             |
|  6-04 Håndtag                                | Følgende dele medfølger kun i Harmony   |
|  6-05 Studs med O-ring                       | Essentials Pack:  |
|  6-06 Brystpumpemembran                     |  6-12 Madningssut                             |
|  6-07 Ventilhoved                          |  6-13 Opbevaringspose til brystmælk (4 stk.) |
|  6-08 Ventilmembran (2 stk.)               |  6-14 Safe & Dry ammeindlæg (4 stk.)         |

## 4. Sådan kommer du i gang

Før du bruger din brystpumpe første gang, skal du skille brystpumpen ad og derefter vaske og desinficere delene – se **afsnit 5.1**.

## 5. Rengøring

### 5.1 Vask og desinficering af pumpen

Vask og desinficering er to forskellige aktiviteter. De skal udføres hver for sig for at beskytte dig og dit barn og for at bevare apparatets ydeevne.

**Vaske** – At rengøre delenes overflade ved fysisk at fjerne kontaminering.

**Desinficere** – At dræbe mikroorganismer såsom svampe, bakterier og virus, der kan befinde sig på delenes overflade.

#### **FORSIGTIG**

- Adskil og rengør alle dele, der er i kontakt med brystmælk, umiddelbart efter brug. Det vil hjælpe med at fjerne rester af brystmælk og forhindre bakterievækst.
- Vask hænderne grundigt med vand og sæbe.
- Brug kun postevand i drikkevandskvalitet eller flaskevand til rengøring.
- Anbring ikke pumpedele direkte i vasken for at skylle eller vaske dem. Brug en ren opvaskebalje, der kun er til dele, der bruges til madning af spædbarnet.
- Brug ikke et viskestykke til at gnide eller duppe delene tørre.
- Brug ikke desinfektionsmidler til rengøring.

#### **BEMÆRK**


Vær særligt opmærksom på følgende:

- Pas på ikke at beskadige dele af pumpen under rengøring. Brug ikke en skarp genstand (som f.eks. en tandstik) til rengøring.
- Nogle af Harmony brystpumpens dele er meget små (f.eks. O-ringen og ventilmembranen). Kontrollér, at ingen af delene mangler, når du samler pumpen efter rengøring.
- Opbevar de tørre pumpedele i en ren pose/beholder, til de skal bruges igen.
- Opbevar ikke våde eller fugtige dele, da der kan udvikles mug.
- Hvis du bemærker en hvid belægning på delene efter kogning, har dit vand muligvis et højt indhold af mineraler. Fjern resterne ved at tørre delene af med en ren klud, og lad dem lufttørre.
- Det anbefales at anvende destilleret vand til kogning af delene for at undgå væsentlig opbygning af mineraler i tidens løb, da det kan ødelægge delene.


#### **i Information**

Hvis du bruger opvaskemaskinen, kan delene blive misfarvede. Det påvirker ikke delenes funktion.

**Hvad skal gøres hvornår: Se detaljerede anvisninger på næste side.**

**Før første brug** skal du **fjerne** og **kassere** det beskyttende overtræk (  6-01) fra brysttragten. Vask og desinficer pumpedelene og flaskerne ved at følge trin 1 til 4 herunder. Vask pumpedelene og flaskerne **efter hver brug**, og desinficer delene **én gang dagligt**, når de er blevet vasket.

## 1. Adskil

Se figur  1 på folde-ud-siden.

- i. Skil pumpen ad i dens enkelte dele (brysttragt, konektor, håndtag, ventilhoved og brystmælkeflaske).
- ii. Fjern brystpumpemembranen fra håndtaget, og træk studsens ud.
- iii. Fjern ventilmembranen fra ventilhovedet.
- iv. Adskil mælkeflasken, låget og flaskeholderen.

## 2. Vask

### Skyl og vask i hånden



- i. Skyl de adskilte dele i koldt vand (ca. 20 °C).
- ii. Rengør delene i rigeligt, varmt sæbevand (ca. 30 °C). Brug et almindeligt håndopvaskemiddel.
- iii. Skyl delene i koldt vand i 10 til 15 sekunder (ca. 20 °C).

eller

### Vask i opvaskemaskinen



Anbring de adskilte dele i den øverste kurv eller i bestikkurven. Brug et almindeligt maskinopvaskemiddel.

## 3. Desinficer (før første brug og én gang om dagen)

### Desinficer på komfuret



Dæk de adskilte, vaskede dele med vand, og kog dem i mindst 5 minutter.

eller

### Desinficer i mikrobølgeovnen



(bortset fra håndtaget)

Anvend Quick Clean\* poser i mikrobølgeovnen, som beskrevet i brugsanvisningen til poserne.

\*Se, om de er tilgængelige i dit land, på det lokale websted eller i de lokale webbutikker.

## 4. Tør

Lad delene tørre på et rent, ubrugt viskestykke eller et papirhåndklæde. Opbevar de tørre dele i rene omgivelser. Opbevar ikke delene i en lufttæt beholder/pose, hvis de er fugtige. Det er vigtigt, at al tilbageværende fugt tørrer helt.

## 6. Klargøring til pumpning

Saml kun rene og tørre dele. Se **kapitel 5** om rengøring.

### **FORSIGTIG**

Sådan forhindrer du kontaminering af mælken:

- Vask hænderne grundigt med vand og sæbe, før du rører ved pumpedelene og brystet.
- Tør hænderne i et rent håndklæde eller et engangspapirhåndklæde.
- Undgå at berøre det indvendige af flasker og låg.

Kontrollér, at apparatet virker korrekt og sikkert:

- Efterse pumpens bestanddele for slitage og skader før brug. Udskift om nødvendigt.
- Kontrollér altid, om alle dele er rene før brug. Hvis de er snavsede, skal de rengøres i overensstemmelse med anvisningerne i **kapitel 5**.

### **BEMÆRK**





- O-ring O-ringen sikrer en tætsluttende forbindelse mellem håndtaget og konnektoren. Det er nødvendigt for at opbygge et vakuum.
- Studs Kontrollér, at den hvide O-ring sidder i rillen på studs.

Hvis den mangler eller er defekt, skal du kontakte Medelas kundeservice.

### 6.1 Valg af den rigtige størrelse brysttragt





Se figur  7 på folde-ud-siderne.

1. Find den rigtige størrelse ved at måle diameteren af din brystvorte (  7-01).
2. Vælg den brysttragt, der er en smule større end din brystvorte (  7-02).

Du kan finde flere oplysninger om brysttragtstørrelse på [www.medela.com](http://www.medela.com).





### 6.2 Samling af konnektoren og brysttragten

Se figur  2 på folde-ud-siderne.


1.  2-01 Tryk forsigtigt brysttragten ind i den øverste åbning på konnektoren.  
→ Vælg en brysttragtstørrelse, der passer til dine behov.
2.  2-02 Sæt ventilmembranen i vandret position på ventilhovedet. Tryk forsigtigt knoppen på membranens bagside ind i det mindste hul på ventilhovedet, indtil den sidder fast.  
→ Membranen skal ligge fladt på ventilhovedet.
3.  2-03 Tryk ventilhovedet på konnektorens inderste muffe.  
→ Ventilhovedet skal være placeret sidelæns som vist på billedet.
4.  2-04 Skru flasken ind i konnektoren.



## 6.3 Samling af håndtaget

Se figur  3 på folde-ud-siderne.

1.  3-01 Sæt studsens (med O-ringen) ind i hullet på den øverste side af brystpumpe-membranen.
2.  3-02 Kontrollér, at studsens ovale bund er placeret korrekt i forhold til brystpumpe-membranen.
3.  3-03 Sæt brystpumpe-membranen på plads i pumpehåndtaget. Sørg for at vende den rigtigt (indhakket i brystpumpe-membranen passer med tungen på håndtaget), og tryk den fast hele vejen rundt i kanten for at sikre en korrekt forsegling.
4.  3-04 Sæt studsens i håndtagsdelen ind i åbningen øverst på konnektoren. Skub ind, indtil studsens låses på plads.

## 6.4 Placering af brysttragten

Se figur  4 på folde-ud-siderne.

1. De ovale brysttragte kan drejes (360°) og placeres i den position, der er mest behagelig for dig.
2.  4-01 Anbring brysttragten på brystet, så brystvorten sidder lige midt i tragtrøret.
3.  4-02 Hold brysttragten mod brystet med tommel- og pegefinger. Støt brystet med håndfladen.
4. Begynd at pumpe, som beskrevet i **afsnit 7.2**.

# 7. Anvendelse af brystpumpen

## 7.1 Efterligning af barnets rytme (2-Phase Expression)

Spædbørn suger med to hastigheder. De suger først hurtigt og skifter derefter til en langsommere, dybere sugerytme, når mælken begynder at løbe. Den hurtigere sugning stimulerer nedløbsrefleksen og får mælken til at løbe; den langsommere sugning trækker mælken ud i madningsfasen.



2-Phase Expression er pumpning med to hastigheder, der efterligner barnets naturlige sugerytmer. Pumpens håndtag er designet, så du kan begynde med den hurtige sugning, som kaldes **stimuleringsfasen**. Det gør du ved at aktivere den korte side af håndtaget hurtigt med tommelfingeren. Når du kan se mælkeflow eller mærker nedløb af mælk, kan du skifte til **udpumpningsfasen** ved at aktivere den lange side af håndtaget med fingrene med langsommere, dybere tag.

## 7.2 Pumpning af din brystmælk

### FORSIGTIG

- Pumpen må ikke holdes ved at holde i flasken. Det kan medføre blokering af mælkekanalerne og brystspænding.
- Fyld kun flasken til 150 ml-markeringen.
- Kontakt din læge, en sundhedsplejerske eller en ammerådgiver, hvis du kun kan pumpe meget lidt eller ingen mælk ud, eller hvis pumpningen gør ondt.

Se figur  5 på folde-ud-siderne.

1.  5-01 Start pumpning med stimulering: Tryk nedad på den mindste del af håndtaget med tommelfingeren. Det er den del, der har mælkedråber på toppen. Pump hurtigt gentagne gange, indtil mælken begynder at løbe.
2.  5-02 Når mælken begynder at løbe, skal du skifte til pumpning: Tryk nedad på den nederste, lange del af håndtaget med fingrene. Derved opbygger du et vakuum, der sætter gang i mælkeflowet. Du kan styre vakuumniveauet med hastigheden af tryk på håndtaget og den kompression, der opstår. Du kan selv afgøre hvilken pumperytme, der passer dig bedst.
3. Stop med at pumpe, når du føler, at mælken ikke flyder længere, eller når flasken er fuld.

## 7.3 Efter pumpning

Klargør mælken til opbevaring på denne måde:

1. Skru flasken af konnektoren.
2. Brug flaskeholderen, så flasken ikke vælter.
3. Sæt låg på flasken.

## 8. Håndtering af brystmælk

### 8.1 Generelle retningslinjer for opbevaring

#### Vejledning til opbevaring af nyudpumpet brystmælk (til raske fuldbårne spædbørn)

Stuetemperatur 16 til 25 °C (60 til 77 °F)	Køleskab 4 °C (39 °F) eller koldere	Fryser -18 °C (0 °F) eller koldere	Brystmælk optøet i køleskabet
Op til 4 timer er bedst	Op til 3 dage er bedst	Op til 6 måneder er bedst	Ved stuetemperatur: Op til 2 timer
*Op til 6 timer for mælk pumpet under meget rene forhold	*Op til 5 dage for mælk pumpet under meget rene forhold	*Op til 9 måneder for mælk pumpet under meget rene forhold	Køleskab: Op til 24 timer
			<b>Må ikke genfryses!</b>

\*Retningslinjer for pumpning af mælk under meget rene forhold:

Før pumpning af brystmælk skal moderen vaske hænder med vand og sæbe eller et spritbaseret hånddesinfektionsmiddel. Pumpedele, flasker og pumpeområdet skal være rent. Det er ikke nødvendigt at vaske bryst og brystvorter før pumpning.

- Disse retningslinjer for opbevaring og optøning af brystmælk er anbefalinger. Kontakt din ammerådgiver, hvis du har brug for flere oplysninger.
- Opbevar brystmælken på det koldeste sted i køleskabet (bagerst på glashylden over grøntsagsskuffen).

### 8.2 Nedfrysning

#### BEMÆRK

- Gentagne frysings-/optøningscyklusser ødelægger mælken struktur. Nedfrys derfor aldrig brystmælk igen.
- Nedfrys udpumpet brystmælk i plastflasker eller opbevaringsposer til brystmælk. Fyld ikke flaskerne eller poserne mere end 3/4 op, så der er plads til, at mælken kan udvide sig.
- Mærk flaskerne eller poserne med dato og pumpet mængde.
- Plastflasker og andre produktdele bliver skrøbelige, når de fryses, og de kan gå i stykker, hvis de tabes.
- Anvend ikke brystmælk fra flasker eller produktdele, der viser tegn på beskadigelse.



## 8.3 Optøning

### **FORSIGTIG**

Brystmælk må ikke optøes eller opvarmes i en mikrobølgeovn eller i en gryde med kogende vand. Hvis du gør det, kan mælken miste vigtige indholdsstoffer, og du risikerer skoldning.

- For at bevare indholdsstofferne i brystmælken skal mælken optøes i køleskabet natten over.
- Man kan også vælge at holde flasken eller posen under varmt vand (maks. 37 °C/98,6 °F).

### **BEMÆRK**

Hvirvl forsigtigt mælken rundt i flasken eller posen for at fordele eventuelt udskilt fedt. Undlad at ryste eller omrøre mælken.

41

## 9. Fejlfinding

Hvis din brystpumpe gør noget uventet, kan du se, om du kan finde problemet i kolonnen "Problem" i fejlfindingstabellen. Derefter følger du vejledningen i kolonnen "Løsning".

### Fejlfindingstabel

Problem	Løsning
Der er lav sugestyrke eller ingen sugestyrke	Kontrollér, at O-ringen på studsens er til stede og i ordentlig stand. Hvis den mangler eller er defekt, skal du kontakte Medelas kundeservice. Sørg for, at brysttragten slutter helt tæt omkring brystet. Kontrollér, at det gule ventilhoved og den hvide membran er rene og ubeskadigede. Kontrollér, at membranen ligger fladt mod ventilhovedet. Kontrollér, at ventilhovedet er placeret sidelæns på konnektoren. Kontrollér, at håndtagets komponenter er samlet korrekt. Kontrollér alle samlinger. Hvis sugestyrken ikke forbedres, efter du har fulgt disse trin, skal du kontakte Medelas kundeservice.
Der er intet mælkeflow	Kontrollér, at brystpumpen er samlet korrekt og at sugefunktionen fungerer. Slap af, og hold en pause på 10-15 minutter, hvis det ikke lykkes at gennemføre pumpningen efter at have forsøgt to gange i træk. Kontakt din ammerådgiver, hvis pumpningen fortsat ikke lykkes.

Hvis du ikke har løst problemet med brystpumpen, eller hvis du har flere spørgsmål, bedes du kontakte Medelas kundeservice. Se [www.medela.com](http://www.medela.com) for at få kontaktoplysninger. Vælg dit land under "Kontakt".

## 10. Tilbehør

Følgende produkter sælges separat:

- PersonalFit Flex brysttragt i størrelse S (21 mm), M (24 mm), L (27 mm), XL (30 mm)
- Brystmælkflaske 150 ml, 250 ml
- Opbevaringsposer til brystmælk

Undersøg, om de ønskede produkter er tilgængelige i dit land på lokale websteder eller i lokale webbutikker.

## 11. Garanti

Se "International garanti" for Medelas produkter på [www.medela.com](http://www.medela.com) for at se, i hvilken udstrækning garantien gælder for dette produkt.

## 12. Bortskaffelse

Når brystpumpens levetid er udløbet, skal du skille den ad og bortskaffe den i henhold til de lokale regler.

### **Brysttragte, konektor og tilbehør**

Delene er fremstillet af plast, som ikke er skadeligt for miljøet, når det bortskaffes som husholdningsaffald. Genbrug eller bortskaf delene i overensstemmelse med de lokale bestemmelser.

## 13. Symbolernes betydning

### **Symboler, der anvendes i denne brugsanvisning**














Generelt sikkerhedssymbol, henviser til sikkerhedsrelaterede oplysninger.



Læs og følg brugsanvisningen.

## Symboler på produktdele og emballage.

	Identificerer producenten.		Angiver produktionsdatoen.
	Angiver enhedens varenummer.		Angiver parti-/batchnummer.
	Læs og følg brugsanvisningen.		Emballagen indeholder produkter, der er beregnet til kontakt med fødevarer i henhold til forordning EF 1935/2004.
	Må ikke udsættes for regn. Opbevares tørt.		Angiver, at materialet indgår i en genvindings-/genbrugsproces.
	Må ikke udsættes for sollys.		Angiver, at indpakningen er af pap.
	Indeholder skrøbelige genstande. Skal håndteres med forsigtighed.		

## 14. Internationale bestemmelser

### 14.1 Drikkeudstyr til børn

Sutten og flasken, der er beregnet til madning af spædbørn, overholder den europæiske standard EN 14350.

## 15. Tekniske specifikationer

### Materialer, der er i kontakt med hud eller mælk

- Brysttragt: Polypropylen, termoplastisk elastomer
- Konnektor, ventilhoved: Polypropylen
- Brystpumpemembran, ventilmembran: Silikonegummi
- Flaske: Polypropylen
- Låg: Polypropylen

Alle dele, der kommer i kontakt med brystmælk, er fremstillet uden brug af BPA (bisphenol A).



# 1. Viktig sikkerhetsinformasjon



**Les alle anvisningene før du bruker dette produktet.**

**Oppbevar disse anvisningene som fremtidig referanse.**

Advarslene angir alle anvisninger som er viktige for sikkerheten. Hvis disse anvisningene ikke følges, kan det føre til personskade eller skade på produktet.

Følgende symboler og signalord viser advarslenes alvorlighetsgrad:



## **ADVARSEL**

Kan føre til alvorlig personskade eller dødsfall.



## **FORSIKTIG**

Kan føre til mindre skader.

## **LES DETTE**

Kan føre til materielle skader  
(ikke forbundet med personskade).

## **i Informasjon**

Nyttig eller viktig informasjon som ikke er forbundet med sikkerheten.



## **ADVARSEL**

For å unngå helseserisiko og redusere risikoen for alvorlig skade:

- Pumping kan sette i gang fødselen. Ikke pump før etter fødselen. Hvis du blir gravid mens du ammer eller pumper, skal du snakke med godkjent helsepersonell før du fortsetter.
- Hvis du er smittet med hepatitt B, hepatitt C eller Humant immunsviktvirus (HIV), kan du ikke redusere eller fjerne risikoen for å overføre viruset til barnet via brystmelken ved å pumpe ut melken.
- Alle deler som kommer i kontakt med bryst og brystmelk må vaskes etter hver bruk.
- Småbarn kan svelge små deler. Hvis brystpumpen eller tilbehør brukes i nærheten av barn, må barna være under tett tilsyn.

## FORSIKTIG

For å unngå helserisiko og redusere risikoen for skade:

- Dette er et personlig produkt for én bruker. Hvis flere personer bruker produktet, kan dette medføre en helserisiko.
- Enheten og tilbehøret er ikke varmebestandige. Holdes unna varme overflater og åpen ild.
- Må ikke eksponeres for direkte sollys.
- Hver enkelt komponent skal undersøkes for tegn på skade eller slitasje før hver bruk. Bruk aldri et apparat som er defekt. Kast delene ved første tegn på skade eller svakhet.
- Ikke reparer enheten selv. Enheten må ikke modifiseres.
- Bruk enheten bare til det tiltenkt formålet, som beskrevet i denne bruksanvisningen.
- Brystmelk skal ikke varmes i mikrobølgeovn eller kokes. Oppvarming av melk i mikrobølgeovn kan føre til alvorlige brannskader i babyens munn fordi mikrobølgeovnen kan varme melken ujevnt (oppvarming i mikrobølgeovn kan også skade brystmelkens sammensetning).
- Rengjør og steriliser alle deler som kommer i kontakt med brystet eller brystmelken, før første gangs bruk.
- Bruk bare deler som er anbefalt av Medela sammen med enheten.
- Selv om du kan oppleve litt ubehag når du begynner å bruke en brystpumpe, skal det ikke gjøre vondt. Hvis du er usikker på riktig brysttraktstørrelse, kan du gå til [www.medela.no](http://www.medela.no) eller snakke med en ammekonsulent/helsepersonell som kan hjelpe deg å finne riktig størrelse.

## LES DETTE

- Vær forsiktig når du håndterer flaskene og delene:
- Plastflasker og -deler blir skjøre når de er frosne, og kan gå i stykker ved støt.
- Flasker og deler kan skades hvis de håndteres uforsiktig (f.eks. hvis man mister dem, skrur dem for hardt til eller velter dem).
- Ikke bruk brystmelk fra flasker eller deler som viser tegn på skade.

# Innhold

<b>1. Viktig sikkerhetsinformasjon</b>	<b>45</b>
<b>2. Tiltent formål</b>	<b>48</b>
<b>3. Produktbeskrivelse</b>	<b>48</b>
3.1 Produktvarianter	48
3.2 Harmony brystpumpe inkluderer	48
<b>4. Komme i gang</b>	<b>48</b>
<b>5. Rengjøring</b>	<b>49</b>
5.1 Vaske og sterilisere pumpen	49
<b>6. Forberedelse til pumping</b>	<b>51</b>
6.1 Velge brysttrakt i riktig størrelse	51
6.2 Montere koblingsstykket og brysttrakten.	51
6.3 Montere håndtaket	52
6.4 Sette på brysttrakten	52
<b>7. Bruke brystpumpen</b>	<b>52</b>
7.1 Etterligne babyens rytme (2-Phase Expression)	52
7.2 Pumpe ut brystmelk	53
7.3 Etter pumping	53
<b>8. Håndtering av brystmelk</b>	<b>54</b>
8.1 Generelle retningslinjer for lagring	54
8.2 Frysing	54
8.3 Tining	55
<b>9. Feilsøking</b>	<b>55</b>
<b>10. Tilbehør</b>	<b>56</b>
<b>11. Garanti</b>	<b>56</b>
<b>12. Kassering</b>	<b>56</b>
<b>13. Symbolforklaring</b>	<b>56</b>
<b>14. Internasjonale forskrifter</b>	<b>57</b>
14.1 Drikkeutstyr for barn	57
<b>15. Tekniske spesifikasjoner</b>	<b>57</b>

## 2. Tiltenkt formål

Harmony brystpumpe er en manuell brystpumpe som brukes av ammende kvinner til å pumpe ut og samle opp melk fra brystene. Harmony brystpumpe er ment for én enkelt bruker.

## 3. Produktbeskrivelse

Harmony er en personlig, manuell brystpumpe med en PersonalFit brysttrakt og et ergonomisk 2-fase pumpehåndtak.

Dette gjør at du kan bytte mellom korte bevegelser med lite volum for å stimulere melkestrømmen, og lange, dype bevegelser for å pumpe ut melken optimalt – på samme måte som barnet ditt gjør det.

Harmony brystpumpe

- er lett å håndtere og rengjøre.
- gjør at du kan pumpe ut melken stille og diskret.
- inkluderer en 24 mm PersonalFit Flex brysttrakt som gjør det mer behagelig og gir mer melk.

### 3.1 Produktvarianter

Det er to ulike varianter av Harmony brystpumpen:

- Harmony brystpumpe: Inkluderer bare pumpen.
- Harmony Essentials-pakke: Inkluderer pumpen, en tåtesmøkk i silikon som passer på Harmony-flasken, fire oppbevaringsposer for melk og fire ultratynne Safe & Dry ammeinnlegg.

**Les også bruksanvisningen som følger med disse tilleggsartiklene.**

### 3.2 Harmony brystpumpe inkluderer

Se figur 6 på utbrettssidene.

- 6-01 (Engangs) beskyttende deksel
- 6-02 PersonalFit Flex brysttrakt 24 mm
- 6-03 Kontakt
- 6-04 Håndtak
- 6-05 Stopper med O-ring
- 6-06 Membran
- 6-07 Ventilhode
- 6-08 Ventilmembran (2 stk.)

- 6-09 Flaske
- 6-10 Lokk
- 6-11 Flaskefot

Følgende artikler følger med bare i Harmony Essentials-pakken:

- 6-12 Matesmøkk
- 6-13 Oppbevaringspose for melk (4 stk.)
- 6-14 Safe & Dry ammeinnlegg (4 stk.)

## 4. Komme i gang

Ta delene fra hverandre, og vask og steriliser dem for å klargjøre dem for første gangs bruk til å pumpe brystmelk – se **avsnitt 5.1**.



## 5. Rengjøring

### 5.1 Vaske og sterilisere pumpen

Vasking og sterilisering er to forskjellige aktiviteter. De må gjennomføres hver for seg for å beskytte deg og barnet ditt, og for å opprettholde enhetens ytelse.

**Vask** – Rengjøring av øvre lag av delene ved å fysisk fjerne urenheter.

**Sterilisere** – Fjerne mikroorganismer, som sopp, bakterier eller virus, som kan befinne seg på overflaten på delene.

#### **FORSIKTIG**

- Skill ut og vask alle deler som kommer i kontakt med bryst og brystmelk umiddelbart etter bruk. Dette bidrar til å fjerne melkerester og forebygge bakterievekst.
- Vask hendene grundig med såpe og vann.
- Bruk bare vann fra springen av drikke kvalitet eller flaskevann til rengjøring.
- Ikke legg pumpedelene rett i vasken for å skylle eller vaske dem. Bruk et rent vaskefat som kun brukes til deler for mating av babyen.
- Ikke bruk et oppvaskhåndkle til å gni eller klappe delene tørre.
- Ikke bruk desinfeksjonsmidler til rengjøring.

#### **LES DETTE**

Vær oppmerksom på følgende:

- Vær forsiktig så du ikke skader pumpedelene under rengjøring. Ikke bruk skarpe gjenstander (f.eks. en tannpirker) til å rengjøre.
- Enkelte deler av Harmony brystpumpe er svært små (f.eks. O-ringen og ventilmembranen). Kontroller at ingen deler mangler når du monterer pumpen igjen etter rengjøring.
- Lagre de tørre pumpedelene i en ren pose/beholder til de skal brukes igjen.
- Ikke lagre våte eller fuktige deler, ettersom det kan utvikle seg mugg på dem.
- Hvis du oppdager hvite rester på delene etter koking, kan det være høyt mineralinnhold i vannet. Fjern restene ved å tørke av delene med et rent håndkle, og la dem tørke.
- Destillert vann anbefales når du skal koke deler, for å hindre at det bygger seg opp mye mineraler over tid, noe som kan svekke delene.

#### **i Informasjon**

Hvis du bruker oppvaskmaskin, kan delene bli misfarget. Dette påvirker ikke delenes funksjon.

**Da gjør du følgende: Se detaljerte instruksjoner på neste side.**

**Før første gangs bruk fjerner du og kaster** det beskyttende dekselet ( 6-01) fra brysttrakten. Vask og steriliser pumpedelene og flaskene ved å følge trinn 1 til 4 nedenfor. Vask pumpedelene og flaskene **etter hver bruk**, og steriliser delene **en gang daglig** etter at de er vasket.

## 1. Demontere

Se figur 1 på utbrettssiden.

- i. Demonter pumpen i sine enkelte deler (brysttrakt, koblingsstykke, håndtak, ventilhode og melkeflaske).
- ii. Fjern membranen fra håndtaket og trekk ut stopperen.
- iii. Fjern ventilmembranen fra ventilhodet.
- iv. Skill melkeflasken, lokket og flaskefoten fra hverandre.

## 2. Vask

### Skyll og vask for hånd



- i. Skyll de demonterte delene med kaldt vann (ca. 20 °C).
- ii. Rengjør disse delene med rikelig varmt såpevann (ca. 30 °C). Bruk et vanlig oppvaskmiddel.
- iii. Skyll delene med kaldt vann i 10 til 15 sekunder (ca. 20 °C).

eller

### Vask i oppvaskmaskin



Legg de demonterte delene i øvre skuff eller i bestikkurven. Bruk kommersielt tilgjengelig oppvaskmiddel.

## 3. Steriliser (før første gangs bruk og en gang daglig)

### Steriliser på komfyren



Dekk de demonterte, vaskede delene med vann, og kok dem i minst 5 minutter.

eller

### Steriliser i mikrobølgeovn



(bortsett fra håndtaket)

Bruk Quick Clean\*-poser i mikrobølgeovn i samsvar med instruksjonene på posene.

\*Se lokale nettsider/butikker for tilgjengelighet i landet ditt.

## 4. Tørk

La delene lufttørke på et rent, ubrukt oppvaskhåndkle eller papirhåndkle. Lagre de tørre delene i et rent miljø. Deler skal ikke lagres i lufttette bokser eller poser når de er fuktige. Det er viktig at all fuktighet tørker opp.

## 6. Forberedelse til pumping

Bruk bare rene og tørre deler til montering. Se **avsnitt 5** for informasjon om rengjøring.

### ⚠ FORSIKTIG

Forebygge kontaminering av brystmelken:

- Vask hendene grundig med såpe og vann før du berører pumpedelene og brystene.
- Tørk hendene dine med et rent håndkle eller et papirhåndkle.
- Unngå å berøre innsiden av flasker og lokk.

Slik sikrer du at enheten virker trygt og som den skal:

- Kontroller pumpedelene for slitasje eller skade før bruk. Skift ut deler om nødvendig.
- Undersøk alltid alle deler før bruk, for å sikre at de er rene. Hvis de er skitne, rengjør du dem i henhold til **kapittel 5**.

### LES DETTE






- O-ring O-ringen sikrer en forseglest forbindelse mellom håndtaket og koblingsstykket. Dette er nødvendig for å bygge opp vakuum.  
Stopper Pass på at den hvite O-ringen er på plass i sporet på stopperen.

Kontakt Medela kundeservice hvis den mangler eller er ødelagt.

51


### 6.1 Velge brysttrakt i riktig størrelse





Se figur  7 på utbrettssidene.

1. Mål diameteren på brystvorten din for å finne riktig størrelse (  7-01).
2. Velg den brysttrakten som er litt større enn brystvorten (  7-02).


Du finner mer informasjon om valg av brysttraktstørrelse på [www.medela.no](http://www.medela.no).





### 6.2 Montere koblingsstykket og brysttrakten.

Se figur  2 på utbrettssidene.


1.  2-01 Skyv brysttrakten forsiktig inn i den øverste åpningen på koblingsstykket.  
→ Velg en brysttrakt som passer dine behov.
2.  2-02 Legg ventilmembranen i horisontal stilling på ventilhodet. Skyv knotten på membranen forsiktig inn i det minste hullet i ventilhodet til den sitter.  
→ Membranen må ligge flatt inntil ventilhodet.
3.  2-03 Skyv ventilhodet inn på den innvendige hylsen på koblingsstykket.  
→ Ventilhodet må plasseres sideveis som vist på bildet.
4.  2-04 Skru flasken inn på koblingsstykket.



## 6.3 Montere håndtaket

Se figur  3 på utbrettssidene.

1.  3-01 Sett inn stopperen (med O-ringen) i hullet på oversiden av membranen.
2.  3-02 Kontroller at den ovale foten på stopperen er riktig posisjon innrettet med membranen.
3.  3-03 Sett membranen inn på pumpehåndtaket. Vær oppmerksom på retningen (fordypningen i membranen festes på tungen i håndtaket) og trykk godt ned rundt hele kanten for å sikre god forsegling.
4.  3-04 Sett stopperen på håndtaksdelen inn i åpningen øverst på koblingsstykket. Trykk til stopperen låses på plass.

## 6.4 Sette på brysttrakten

Se figur  4 på utbrettssidene.

1. Den ovale brysttrakten kan roteres (360°) og plasseres i ønsket posisjon for å være mest behagelig for deg.
2.  4-01 Plasser brysttrakten på brystet slik at brystvorten er midt i trakten.
3.  4-02 Hold brysttrakten mot brystet med tommel og pekefinger. Støtt brystet med håndflaten.
4. Start pumping som beskrevet i **avsnitt 7.2**.

# 7. Bruke brystpumpen

## 7.1 Etterligne babyens rytme (2-Phase Expression)


Babyer bruker en sugeteknikk med "to hastigheter". Først suger de raskt, og deretter bytter de til en langsommere, dypere sugerytme når melken begynner å strømme. Den raskere sugerytmen stimulerer utdrivingsrefleksen og utløser melkestrømmen, og den langsommere sugerytmen trekker ut melken i matefasen.



2-Phase expression er en pumpefunksjon med "to hastigheter" som etterligner barnets naturlige sugerytmer. Utformingen av pumpehåndtaket gjør at du kan begynne med rask sugerytme, som kalles **stimuleringsfasen**. For å gjøre dette aktiverer raskt du den korte siden av håndtaket med tommelen. Når du ser melkestrømmen eller merker at melken kommer ut, kan du bytte til **utpumpingsfasen** ved å aktivere den lange siden av håndtaket med fingrene med langsommere, lange tak.

## 7.2 Pumpe ut brystmelk

### FORSIKTIG

- Ikke hold pumpen etter flasken. Dette kan føre til brystspreng og blokkering av melkekanalene.
- Fyll flasken bare opp til 150 ml-merket.
- Kontakt helsepersonell eller en ammekonsulent hvis du bare kan pumpe ut lite eller ingen melk, eller hvis pumpingen er smertefull.

Se figur  5 på utbrettssidene.

1.  5-01 Begynn å pumpe med stimulering: Bruk tommelen til å trykke ned den minste delen av håndtaket. Dette er den delen av håndtaket merket med melkedråper. Trykk og slipp raskt, igjen og igjen, til melken begynner å strømme.
2.  5-02 Så snart melken begynner å strømme, skifter du til utpumping: Bruk fingrene til å trykke ned den nederste, lange delen av håndtaket. Ved å gjøre dette bygger du opp et vakuum som skaper melkestrøm. Du styrer vakuumnivået med hastigheten på bevegelsen av håndtaket og kompresjonen som dannes. Finn den pumperytmen som passer best for deg.
3. Stopp pumpingen når du merker at det ikke strømmer melk lenger, eller når flasken er full.

## 7.3 Etter pumping

Klargjør melken for lagring på følgende måte:

1. Skru flasken løs fra koblingsstykket.
2. Bruk flaskefoten for å hindre at flasken velter.
3. Lukk flasken med et lokk.

## 8. Håndtering av brystmelk

### 8.1 Generelle retningslinjer for lagring

#### Retningslinjer for lagring av nypumpet brystmelk (for friske barn født ved termin)

Romtemperatur 16 til 25°C (60 til 77°F)	Kjøleskap 4°C (39°F) eller kaldere	Fryser -18°C (0°F) eller kaldere	Opptint brystmelk i kjøleskapet
Opptil 4 timer er best	Opptil 3 dager er best	Opptil 6 måneder er best	Ved romtemperatur: Opptil 2 timer
*Opptil 6 timer for melk utpumpet under meget rene forhold	*Opptil 5 dager for melk utpumpet under meget rene forhold	*Opptil 9 måneder for melk utpumpet under meget rene forhold	Kjøleskap: Opptil 24 timer  <b>Må ikke gjenfryses!</b>

\*Retningslinjer for utpumping av melk under meget rene forhold:

Mødre må vaske hendene med såpe og vann eller bruke en alkoholbasert håndrens før pumping av brystmelk. Pumpedeler, flasker og pumpeområdet må være rent. Det er ikke nødvendig å vaske brystene og brystvortene før pumping.

- Disse retningslinjene for lagring og tining av brystmelk er en anbefaling. Kontakt helsepersonell eller en ammespesialist for mer informasjon.
- Oppbevar brystmelk i den kaldeste delen av kjøleskapet (bakerst på glasshyllen over grønnsaksskuffen).

### 8.2 Frysing

#### LES DETTE

- Gjentatt frysing/tining ødelegger melkens struktur. Derfor skal aldri brystmelk fryses på nytt.
- Frys nypumpet brystmelk i plastflasker eller melkelagringsposer. Unngå å fylle flaskene eller posene mer enn 3/4 fulle, slik at det er plass til eventuell ekspansjon.
- Merk flaskene eller posene med pumpedatoen og utpumpet mengde.
- Plastflasker og -deler blir skjøre når de er frosne, og kan gå i stykker ved støt.
- Ikke bruk brystmelk fra flasker eller deler som viser tegn på skade.

## 8.3 Tining

### **FORSIKTIG**

Unngå å fine eller varme opp brystmelk i mikrobølgeovn eller i en kjele med kokende vann. Dette bidrar til å bevare viktige komponenter og forhindre forbrenninger.

- Melken skal tines over natten i kjøleskapet for å bevare komponentene i brystmelken.
- Alternativt kan flasken eller posen holdes under varmt vann (maks 37 °C / 98.6 °F).

### **LES DETTE**

Roter flasken eller posen forsiktig for å blande fett som har skilt seg ut. Unngå å riste eller røre om melken.

## 9. Feilsøking

Dersom brystpumpen ikke fungerer som den skal, må du se i feilsøkingstabellen om du finner problemet i kolonnen "Problem", og følge instruksjonene i kolonnen "Løsning".

### Feilsøkingstabell

Problem	Løsning
Pumpen suger ikke eller suger for svakt	Kontroller at O-ringen på stopperen er til stede og i god tilstand. Kontakt Medela kundeservice hvis den mangler eller er ødelagt. Kontroller at brysttrakten tetter helt rundt brystet. Pass på at det gule ventilhodet og den hvite membranen er rene og uskadet. Pass på at membranen ligger flatt inntil ventilhodet. Pass på at ventilhodet er plassert sideveis på koblingsstykket. Pass på at komponentene på håndtaket er riktig montert. Kontroller alle koblinger. Hvis suget ikke blir bedre etter at du har prøvd disse trinnene, skal du kontakte Medela kundeservice.
Det kommer ikke noe melk	Kontroller at brystpumpen er riktig montert og at sugeseffekt oppnås. Slapp av og ta 10–15 minutters pause hvis det ikke kommer ut melk etter to påfølgende pumpeøkter. Rådfør deg med ammeveileder/helsepersonell hvis det fortsatt ikke kommer ut melk.

Hvis du ikke har løst problemet med brystpumpen, eller hvis du har flere spørsmål, kan du kontakte Medela kundeservice. Du finner kontaktinformasjon på [www.medela.no](http://www.medela.no). Velg land under "Kontakt".

## 10. Tilbehør

Følgende produkter selges separat:

- PersonalFit Flex brysttrakter størrelse S (21 mm), M (24 mm), L (27 mm), XL (30 mm)
- Brystmelkflaske 150 ml, 250 ml
- Oppbevaringsposer for brystmelk

Sjekk det lokale nettstedet/butikken for tilgjengelighet, avhengig av hvor du befinner deg.

## 11. Garanti

Se "Internasjonal garanti" for Medela-produkter, tilgjengelig under [www.medela.com](http://www.medela.com), for å finne ut om og i hvilken grad garantien gjelder for dette produktet.

## 12. Kassering

Når brystpumpen har nådd slutten av levetiden, skal du ta den fra hverandre og kassere delene i samsvar med lokale forskrifter.

### **Brysttrakter, koblingsstykke og tilbehør**

Delene er laget i plast som ikke er skadelig for miljøet når de kasseres som husholdningsavfall. Kildesorter eller kasser i samsvar med lokale bestemmelser.

## 13. Symbolforklaring

### **Symboler brukt i denne bruksanvisningen**














Generell sikkerhetsalarmsymbol, peker mot informasjon forbundet med sikkerhet.



Les og følg bruksanvisningene.



## Symboler på produktdelene og emballasjen.

	Identifiserer produsenten.		Angir produksjonsdato.
	Angir delenummeret til apparatet.		Indikerer lot-/batchnummeret.
	Les og følg bruksanvisningene.		Emballasjen inneholder produkter beregnet på å komme i kontakt med mat i henhold til forskrift EC 1935/2004.
	Må ikke utsettes for regn. Oppbevares tørt.		Angir at materialet er en del av en gjenvinnings-/resirkuleringsprosess.
	Må ikke utsettes for sollys.		Angir at emballasjen er laget av papp.
	Inneholder ømtålige varer. Håndteres med forsiktighet.		

## 14. Internasjonale forskrifter

### 14.1 Drikkeutstyr for barn

Smokken og flasken som er ment for mating av spedbarn, samsvarer med Europeisk standard EN 14350.

## 15. Tekniske spesifikasjoner

### Materialer som berører huden eller kommer i kontakt med melk

- Brysttrakt: Polypropylen, termoplastisk elastomer
- Koblingsstykke, ventilhode: Polypropylen
- Membran, ventilmembran: Silikongummi
- Flaske: Polypropylen
- Lokk: Polypropylen

Alle deler som kommer i kontakt med brystmelk, er laget uten bruk av BPA (bisfenol A).



# 1. Tärkeitä turvallisuustietoja

 **Lue kaikki ohjeet ennen tämän tuotteen käyttöä.**  
**Säilytä ohjeet myöhempää käyttöä varten.**

Varoitusten avulla voidaan tunnistaa kaikki ohjeet, jotka ovat turvallisuuden kannalta tärkeitä. Näiden ohjeiden noudattamatta jättäminen voi johtaa loukkaantumiseen tai tuotteen vaurioitumiseen.

Seuraavat merkit ja signaalisanat osoittavat varoitusten tärkeyden:

## **VAROITUS**

Voi johtaa vakavaan vammaan tai kuolemaan.

## **HUOMIO**

Voi johtaa lievään vammaan.

## **HUOMAUTUS**

Voi johtaa aineelliseen vahinkoon (ei liity henkilövahinkoon).

## **Tietoja**

Hyödyllisiä tai tärkeitä tietoja, jotka eivät liity turvallisuuteen.

## **VAROITUS**

Terveysriskien ja loukkaantumisvaaran vähentämiseksi:

- Pumpppaus voi käynnistää synnytyksen. Pumpppaa vasta synnytyksen jälkeen. Jos tulet raskaaksi imetyksen tai rintapumpppauksen aikana, keskustele terveydenhoitohenkilökunnan kanssa ennen jatkamista.
- Äideillä, joilla on hepatiitti B-, hepatiitti C- tai HIV-infektio, rintamaidon pumpppaaminen ei vähennä tai poista riskiä, että virus välittyy vauvalle rintamaidon kautta.
- Pese jokaisen käytön jälkeen kaikki osat, jotka koskettavat rintaa tai rintamaitoa.
- Pienet lapset voivat niellä pieniä osia. Tarkka valvonta on tarpeen, kun rintapumpppua tai lisävarusteita käytetään lasten läheisyydessä.

## HUOMIO

Terveysriskien ja loukkaantumisvaaran vähentämiseksi:

- Tämä on yhden henkilön käyttöön tarkoitettu tuote. Jos tuotetta käyttää useampi henkilö, seurauksena voi olla terveysriski.
- Laite ja sen lisävarusteet eivät ole kuumuutta kestäviä. Pidä ne poissa kuumien pintojen ja avotulen lähettäviltä.
- Älä altista laitetta suoralle auringonvalolle.
- Tarkista ennen jokaista käyttöä yksittäiset osat näkyvien vaurioiden tai kulumisen varalta. Älä koskaan käytä viallista laitetta. Heitä osa pois heti huomattuasi ensimmäiset vaurioiden tai heikentymisen merkit.
- Älä korjaa laitetta itse. Älä tee laiteeseen muutoksia.
- Laitetta saa käyttää vain sille suunniteltuun tarkoitukseen näiden käyttöohjeiden mukaan.
- Älä kuumenna rintamaitoa mikroaaltouunissa tai keitä sitä. Mikroaaltouunissa kuumennettu maito voi aiheuttaa vakavia palovammoja vauvan suuhun, koska maito lämpenee mikroaaltouunissa epätasaisesti (mikroaaltouunin käyttö voi myös muuttaa rintamaidon koostumusta).
- Puhdista ja desinfioi ennen ensimmäistä käyttöä kaikki osat, jotka koskettavat rintaa tai rintamaitoa.
- Käytä laitteen kanssa vain Medelan suosittelemia osia.
- Vaikka rintapumpun käyttö voi aluksi tuntua epämukavalta, sen ei pitäisi aiheuttaa kipua. Jos et ole varma oikeasta rintakupin koosta, käy osoitteessa **www.medela.com** tai ota yhteyttä imetysohjaajaan tai rintaruokinta-asiantuntijaan, joka voi auttaa oikean koon valinnassa.

## HUOMAUTUS

- Käsittele pulloja ja muita osia varovasti:
- Muovipullot ja -osat haurastuvat jäättyessään ja saattavat pudotessaan rikkoutua.
- Pullot ja osat voivat vaurioitua, jos niitä käsitellään väärin (esimerkiksi pudotetaan, kiristetään liikaa tai kaadetaan nurin).
- Älä käytä rintamaitoa sellaisista pulloista, joiden pullo tai muut osat osoittavat vaurioitumisen merkkejä.

# Sisältö

<b>1. Tärkeitä turvallisuustietoja</b>	<b>59</b>
<b>2. Käyttötarkoitus</b>	<b>62</b>
<b>3. Tuotekuvaus</b>	<b>62</b>
3.1 Tuoteversiot	62
3.2 Harmony-rintapumpun sisältö	62
<b>4. Käytön aloittaminen</b>	<b>62</b>
<b>5. Puhdistaminen</b>	<b>63</b>
5.1 Pumpun puhdistaminen ja desinfiointi	63
<b>6. Pumppauksen valmistautuminen</b>	<b>65</b>
6.1 Oikean rintakupin koon valitseminen	65
6.2 Välikappaleen ja rintakupin kokoaminen	65
6.3 Kahvan kokoaminen	66
6.4 Rintakupin asettaminen	66
<b>7. Rintapumpun käyttö</b>	<b>66</b>
7.1 Vauvan rytmin jäljittely (2-Phase Expression)	66
7.2 Rintamaidon lypsäminen	67
7.3 Pumpaamisen jälkeen	67
<b>8. Rintamaidon käsittely</b>	<b>68</b>
8.1 Yleiset säilytysohjeet	68
8.2 Pakastus	68
8.3 Sulatus	69
<b>9. Vianmääritys</b>	<b>69</b>
<b>10. Tarvikkeet</b>	<b>70</b>
<b>11. Takuu</b>	<b>70</b>
<b>12. Hävittäminen</b>	<b>70</b>
<b>13. Merkkien selitykset</b>	<b>70</b>
<b>14. Kansainväliset määräykset</b>	<b>71</b>
14.1 Lapsille tarkoitettu juomaväline	71
<b>15. Tekniset tiedot</b>	<b>71</b>

## 2. Käyttötarkoitus

Harmony-rintapumppu on manuaalinen rintapumppu, joka on tarkoitettu imettävien naisten käyttöön maidon lypsämiseen rinnasta ja talteen ottamiseen. Harmony-rintapumppu on tarkoitettu vain yhden käyttäjän käytettäväksi.

## 3. Tuotekuvaus

Harmony on henkilökohtaiseen käyttöön tarkoitettu rintapumppu, jossa on PersonalFit Flex -rintakuppi ja ergonominen 2-vaiheinen pumppauskahva.

Näin voit vaihdella maidon virtausta stimuloivien lyhyiden liikkeiden ja pitempien, maidon optimaaliseen lypsämiseen tarkoitettujen, liikkeiden välillä, aivan kuten vauvasi tekee.

Harmony-rintapumppu

- on helppo käsitellä ja puhdistaa
- mahdollistaa hiljaisen ja huomaamattoman maidon pumppaamisen
- sisältää 24 mm:n PersonalFit Flex -rintakupin, joka lisää mukavuutta ja maidon tuloa.

### 3.1 Tuoteversiot

Harmony-rintapumpusta on kaksi tuotevaihtoehtoa:

- Harmony-rintapumppu: Sisältää vain pumpun.
- Harmony Essentials Pack: Sisältää pumpun, Harmony-pullon kanssa yhteensopivan silikonitutin, neljä maidon säilytyspussia ja neljä ultraohutta Safe & Dry -liivinsuojusta.

**Lue myös näiden lisätuotteiden kanssa toimitettavat käyttöohjeet.**

### 3.2 Harmony-rintapumpun sisältö


Katso kuva  6 taitettavilla sivuilla.


 6-01 (kertakäyttöinen) suojus

 6-02 PersonalFit Flex -rintakuppi, 24 mm


 6-03 välikappale

 6-04 kahva


 6-05 varsi O-renkaan kanssa


 6-06 läpinäkyvä tiiviste

 6-07 venttiilirunko


 6-08 kalvo (2 kpl)


 6-09 pullo


 6-10 kansi

 6-11 pulloteline

Seuraavat tuotteet sisältyvät vain Harmony Essentials Pack -pakettiin:

 6-12 syöttötutti

 6-13 maidon säilytyspussi (4 kpl)

 6-14 Safe & Dry -liivinsuojus (4 kpl)

## 4. Käytön aloittaminen

Valmistaudu ensimmäiseen maidon pumppauskertaan purkamalla rintapumpun osat ja pesemällä ja desinfioimalla ne – katso **kohta 5.1**.

## 5. Puhdistaminen

### 5.1 Pumpun puhdistaminen ja desinfiointi

Puhdistaminen ja desinfiointi ovat kaksi eri asiaa. Ne on tehtävä erikseen, jotta pumpun käyttäjä, lapsi ja rintapumpun toimintakyky voidaan suojata.

**Pesu** – osien pintojen puhdistaminen näkyvästä liasta.

**Desinfiointi** – osien pinnoilla mahdollisesti olevien mikro-organismien, kuten sienten, bakteerien ja virusten, tappaminen.

#### HUOMIO

- Pura ja pese välittömästi käytön jälkeen kaikki osat, jotka altistuvat rintamaidolle. Tämä auttaa poistamaan rintamaidon jäämät ja estämään bakteerien kasvua.
- Pese kädet huolellisesti saippualla ja vedellä.
- Käytä pesuun vain juomavedeksi kelpavaa vesijohto- tai pullotettua vettä.
- Älä laita pumpun osia suoraan pesualtaaseen huuhdeltavaksi tai pestäväksi. Käytä puhdasta pesuvettä, jota käytetään vain lapsen syöttämistuotteita varten.
- Älä hiero tai taputtele tuotteita kuivaksi astiapyyhkeellä.
- Älä käytä puhdistamiseen desinfiointiaineita.

#### HUOMAUTUS

Huomioi seuraavat:

- Varo, ettet vahingoita pumpun osia puhdistuksen aikana. Älä käytä puhdistamiseen terävää esinettä (kuten hammastikkua).
- Jotkin Harmony-rintapumpun osat ovat hyvin pieniä (esim. O-rengas ja kalvo). Varmista, että osia ei puutu, kun kokoat pumpun puhdistuksen jälkeen.
- Säilytä kuivuneita pumpun osia puhtaassa pussissa/astiassa seuraavaan käyttöön asti.
- Älä varastoi märkiä tai kosteita osia, sillä niihin voi kehittyä homeita.
- Jos huomaat osissa valkoisia jäämiä keittämisen jälkeen, vesi voi olla hyvin mineraalipitoista. Poista jäämät pyyhkimällä puhtaalla pyyhkeellä ja anna kuivua.
- Tislattua vettä suositellaan osien keittämiseen, jotta estetään merkittävä mineraalien kertyminen, joka voisi heikentää osien kuntoa.

#### i Tietoja

Jos peset osia astianpesukoneessa, osien väri voi muuttua. Tämä ei vaikuta osan toimintaan.

**Mitä tehdä eri tilanteissa: Katso tarkat ohjeet seuraavalta sivulta.**

**Ennen ensimmäistä käyttöä, poista ja hävitä** suojus (  6-01) rintakupista. Pese ja desinfioi pumpun osat ja pulat suorittamalla seuraavat vaiheet 1–4.  
Pese pumpun osat ja pulat **jokaisen käytön jälkeen** ja desinfioi osat **kerran päivässä** pesun jälkeen.

## 1. Purkaminen

Katso kuva  1 taitettavalla sivulla.

- i. Pura pumppu yksittäisiin osiin (rintakuppi, välikappale, kahva, venttiilirunko ja maitopullo).
- ii. Poista läpinäkyvä tiiviste kahvasta ja vedä varsi ulos.
- iii. Irrota kalvo venttiilirungosta.
- iv. Irrota maitopullo, kansi ja pullojalusta.

## 2. Pesu

### Huuhtele ja pese käsin



- i. Huuhtele puretut osat viileällä vedellä (n. 20 °C).
- ii. Puhdista nämä osat runsaalla määrällä lämmintä vettä (n. 30 °C), jossa on mieto astianpesuainetta. Käytä yleisesti myynnissä olevaa astianpesuainetta.
- iii. Huuhtele osia viileällä vedellä (n. 20 °C) noin 10–15 sekuntia.

tai

### Pese astianpesukoneessa



Aseta puretut osat yläkoriin tai ruokailuvälineille tarkoitettuun osaan. Käytä yleisesti myynnissä olevaa astianpesuainetta.

## 3. Desinfiointi (ennen ensimmäistä käyttöä ja kerran päivässä)

### Desinfiointi liedellä



Peitä puretut ja pestyt osat vedellä ja keitä ainakin viisi minuuttia.

tai

### Desinfiointi mikroaaltouunissa



(kahvaa lukuun ottamatta)

Käytä Quick Clean\*-pusseja\* mikroaaltouunissa pusseissa olevien ohjeiden mukaan.

\*Katso saatavuus maassasi paikallisilta sivustoilta/kaupoista.

## 4. Kuivaus

Anna kuivua puhtaana, käyttämättömän astiapyyhkeen tai talouspaperin päällä. Säilytä kuivuneita osia puhtaassa ympäristössä. Älä säilytä osia ilmatiiivissä säiliössä tai pussissa, jos ne ovat kosteita. On tärkeää, että kaikki jäljelle jäänyt kosteus kuivuu.



## 6. Pumppaukseen valmistautuminen

Kokoa osat vain, kun ne ovat puhtaita ja kuivia. Katso puhdistamisesta **luku 5**.

### HUOMIO

Välttääksesi epäpuhtauksien pääsyn maitoon:

- Pese kädet huolellisesti saippualla ja vedellä ennen pumpun osiin ja rintoihin koskemista.
- Kuivaa kädet puhtaalla pyyhkeellä tai kertakäyttöisellä paperipyyhkeellä.
- Älä kosketa pullojen sisäpintoihin tai kansiin.

Varmista, että laite toimii oikein ja turvallisesti.

- Tarkista ennen käyttöä, etteivät pumpun osat ole kuluneet tai vioittuneet. Vaihda tarvittaessa.
- Tarkista aina kaikkien osien puhtaus ennen käyttöä. Puhdista likaiset osat **luvun 5** ohjeiden mukaisesti.

### HUOMAUTUS





- O-rengas O-rengas varmistaa tiiviin yhteyden kahvan ja välikappaleen välillä.
- Varsi Tämä on välttämätöntä alipaineen luomiseksi.

Varmista, että valkoinen O-rengas on paikallaan varren urassa.

Jos se puuttuu tai on viallinen, ota yhteyttä Medelan asiakaspalveluun


### 6.1 Oikean rintakupin koon valitseminen





Katso kuva  7 taitettavilla sivuilla.

1. Jotta tiedät oikean koon, mittaa nännisi halkaisija (  7-01).
2. Valitse hieman nänniäsi suurempi rintakuppi (  7-02).


Lisätietoja rintakupin koon valinnasta on osoitteessa **www.medela.com**.





### 6.2 Välikappaleen ja rintakupin kokoaminen

Katso kuva  2 taitettavilla sivuilla.


1.  2-01 Työnnä rintakuppi varovasti välikappaleen yläaukkoon.  
→ Valitse sopiva rintakupin koko.
2.  2-02 Aseta kalvo vaakasuoraan venttiilirungon päälle. Paina varovasti kalvon takapuolella olevaa nuppia venttiilirungon pienimpään aukkoon, kunnes se tarttuu kiinni.  
→ Kalvon on oltava tiiviisti venttiilirunkoa vasten.
3.  2-03 Työnnä venttiilirunko välikappaleen sisäholkilille.  
→ Venttiilirungon pitää olla sivuttain, kuten kuvassa.
4.  2-04 Kierrä pullo kiinni välikappaleeseen.



## 6.3 Kahvan kokoaminen

Katso kuva  3 taitettavilla sivuilla.

1.  3-01 Työnnä varsi (O-renkaan kanssa) reikään läpinäkyvän tiivisteeseen yläpuolella.
2.  3-02 Varmista, että varren soikea kanta on kohdistettu oikein läpinäkyvälle tiivisteelle.
3.  3-03 Aseta läpinäkyvä tiiviste pumpun kahvalle. Huomioi suunta (läpinäkyvän tiivisteeseen lovi tarttuu kahvan kielekkeeseen) ja paina lujasti koko reunan ympäriltä tiiviyyden varmistamiseksi.
4.  3-04 Työnnä kahvakokonaisuuden varsi välikappaleen päällä olevaan aukkoon. Työnnä, kunnes varsi lukittuu paikalleen.

## 6.4 Rintakupin asettaminen

Katso kuva  4 taitettavilla sivuilla.

1. Ovaalimuotoista rintakupia voi kiertää (360°) ja asettaa siihen asentoon, joka tuntuu sinusta mukavimmalta.
2.  4-01 Aseta rintakuppi rinnalle niin, että nänni on oikein tunnelin keskellä.
3.  4-02 Pidä rintakupia rinnan päällä peukalon ja etusormen avulla. Tue rintaa kämmenelläsi.
4. Aloita pumppaaminen kuten kuvataan **kohdassa 7.2**.

# 7. Rintapumpun käyttö

## 7.1 Vauvan rytmin jäljittely (2-Phase Expression)

Vauva käyttää usein ”kahden nopeuden” imemistekniikkaa. Ensinnä vauva imee nopeasti ja vaihtaa sitten hitaampaan, syvempään imemisrytmiin, kun maito on alkanut virrata. Nopeampi imeminen stimuloi maidon herumisheijastetta ja laukaisee maidon valumisen. Hitaampi imeminen saa maidon tulemaan ulos syöttämisympäristössä.



2-Phase Expression on ”kahden nopeuden” pumppaustekniikka, joka jäljittelee vauvan luontaisia imemisrytmejä. Pumpun kahvan rakenne mahdollistaa aloittamisen nopealla imemisellä, jota kutsutaan **stimulaatiovaiheeksi**. Tämän teet liikuttamalla nopeaan tahtiin kahvan lyhyttä puolta peukalollasi. Kun näet maidon valuvan tai tunnet se heruvan, voit vaihtaa **lypsyvaiheeseen** liikuttamalla kahvan pitempää puolta sormillasi hitaampaan ja syvempään tahtiin.

## 7.2 Rintamaidon lypsäminen

### HUOMIO

- Älä pitele pumppua pullosta.  
Tämä voi johtaa maitotiehyeiden tukkeutumiseen ja maidon pakkautumiseen.
- Täytä pullo vain 150 ml:n merkkiin.
- Jos maitoa tulee vai vähän tai ei ollenkaan tai jos lypsäminen on kivuliasta, ota yhteyttä terveydenhoitohenkilökuntaan tai rintaruokinta-asiantuntijaan.

Katso kuva  5 taitettavilla sivuilla.

1.  5-01 Aloita pumppaus stimulaatiolla: paina kahvan pienempää osaa alas peukalollasi. Tämä on osa, jonka yläpinnalla on maitopisaroita. Paina ja vapauta nopeasti, yhä uudelleen, kunnes maito alkaa virrata.
2.  5-02 Kun maito alkaa valua, vaihda lypsytilaan: paina alas kahvan alemmaa, pitempää osa sormillasi.  
Näin tekemällä luot alipaineen, joka saa maidon valumaan. Alipaineen tasoa hallitaan kahvan painalluksen nopeuden ja luotavan paineen avulla.  
Päätä itse, mikä pumppausrytmi sopii itsellesi.
3. Lopeta pumppaaminen, kun sinusta tuntuu, että maito ei valu enää tai pullo on täysi.

## 7.3 Pumppaamisen jälkeen

Valmistele maito säilytystä varten seuraavasti:

1. Kierrä pullo irti välikappaleesta.
2. Voit estää pullon kaatumisen käyttämällä pullotelinettä.
3. Sulje pullo kannella.

## 8. Rintamaidon käsittely

### 8.1 Yleiset säilytysohjeet

Vastalypsetyn rintamaidon säilytysohjeet (terveille, täysiaikaisille vauvoille)

<b>Huoneenlämpö</b> 16 ... 25 °C (60 ... 77 °F)	<b>Jääkaappi</b> 4 °C (39 °F) <b>tai kylmempi</b>	<b>Pakastin</b> -18 °C (0 °F) <b>tai kylmempi</b>	<b>Jääkaapissa sulatettu</b> <b>rintamaito</b>
Enintään 4 tuntia on paras	Enintään 3 päivää on paras	Enintään 6 kuukautta on paras	Huoneen lämpötilassa: Enintään 2 tuntia
*Enintään 6 tuntia hyvin puhtaissa oloissa lypsetylle maidolle	*Enintään 5 päivää hyvin puhtaissa oloissa lypsetylle maidolle	*Enintään 9 kuukautta hyvin puhtaissa oloissa lypsetylle maidolle	Jääkaappi: Enintään 24 tuntia  <b>Älä pakasta uudelleen!</b>

\*Ohjeet maidon lypsämiseen hyvin puhtaissa oloissa:

Äitiön on ennen rintamaidon lypsämistä pestävä kätensä saippualla ja vedellä tai alkoholipohjaisella käsidesinfiointiaineella. Pumpun osien, pullojen ja pumppausalueen on oltava puhtas. Rintoja ja nännejä ei tarvitse pestä ennen pumppausta.

- Nämä rintamaidon säilytys- ja sulatusohjeet ovat suosituksia. Kysy lisätietoja imetysohjaajalta tai rintaruokinta-asiantuntijalta.
- Säilytä rintamaito jääkaapin viileimmässä kohdassa (lasihyllyn takaosassa vihanneslokeron yläpuolella).

### 8.2 Pakastus

#### **HUOMAUTUS**

- Toistuva pakastaminen/sulattaminen tuhoaa maidon rakenteen. Älä siis koskaan pakasta rintamaitoa uudelleen.
- Pakasta lypsetty rintamaito muovipulloissa tai maidon säilytyspusseissa. Älä täytä pulloja tai pusseja kuin enintään 3/4 täyteen, jotta maidolla on tilaa laajeta.
- Merkitse pulloihin tai pusseihin lypsypäivämäärä ja lypsetyn maidon määrä.
- Muovipullot ja -osat haurastuvat jäätyessään ja saattavat pudotessaan rikkoutua.
- Älä käytä rintamaitoa sellaisista pulloista, joiden pullo tai muut osat osoittavat vaurioitumisen merkkejä.

## 8.3 Sulatus

### HUOMIO

Älä sulata tai lämmitä rintamaitoa mikroaaltouunissa tai kattilassa kiehuvaassa vedessä. Niin tuet tärkeiden ravintoaineiden säilymistä ja estät palovammat.

- Jotta rintamaidon ravintoaineet säilyisivät, sulata maitoa yön yli jääkaapissa.
- Vaihtoehtoisesti voit pitää pulloa tai pussia lämpimän veden alla (enint. 37 °C / 98,6 °F).

### HUOMAUTUS

Kääntelee pulloa tai pussia varovasti, jotta mahdollisesti erottunut rasva sekoittuisi maitoon. Vältä maidon ravistelua tai hämmentämistä.

## 9. Vianmääritys

Jos rintapumppu toimii epänormaalisti, tarkista, löytyykö ongelma vianmääritystaulukon Ongelma-sarakkeesta ja jos löytyy, noudata Ratkaisu-sarakkeen ohjeita.

### Vianmääritystaulukko

Ongelma	Ratkaisu
Imu on heikkoa tai sitä ei ole	Tarkista, että O-renkas on paikallaan varressa ja hyvässä kunnossa. Jos se puuttuu tai on viallinen, ota yhteyttä Medelan asiakaspalveluun Varmista, että rintakuppi on täysin tiiviisti rinnan ympärillä. Varmista, että keltainen venttiilirunko ja valkoinen kalvo ovat puhtaat ja vahingoittumattomat. Varmista, että kalvo on tiiviisti venttiilirunkoa vasten. Varmista, että venttiilirunko on sivuttain välikappaleeseen nähden. Varmista, että kahvan osat on koottu oikein. Tarkista kaikki liitännät. Jos imu ei parane näiden vaiheiden suorittamisen jälkeen, ota yhteyttä Medelan asiakaspalveluun.
Maitoa ei valu	Varmista, että rintapumppu on koottu oikein ja imee. Rentoudu ja pidä 10–15 minuutin tauko, jos lypsy ei onnistu kahden peräkkäisen pumppauskerran jälkeen. Jos pumppaus ei vieläkään onnistu, ota yhteyttä imetysohjaajaan tai rintaruokinta-asiantuntijaan.

Jos et onnistu ratkaisemaan rintapumppuusi liittyvää ongelmaa, ota yhteyttä Medelan asiakaspalveluun. Lisätietoja on osoitteessa [www.medela.com](http://www.medela.com). Valitse maasi kohdassa "Contact".

## 10. Tarvikkeet

Seuraavat tuotteet myydään erikseen:

- PersonalFit Flex -rintakuppikoot S (21 mm), M (24 mm), L (27 mm), XL (30 mm)
- Rintamaitopullo 150 ml, 250 ml
- Rintamaidon säilytuspussit

Tarkista saatavuus alueesi sivustoilta/myymälöistä.

## 11. Takuu

Katso Medelan tuotteiden ”Kansainvälinen takuu” osoitteesta [www.medela.com](http://www.medela.com) nähdäksesi, missä määrin takuu kattaa tämän tuotteen.

## 12. Hävittäminen

Kun rintapumpun käyttöikä on päättynyt, pura se osiin ja hävitä osat paikallisten määräysten mukaisesti.

### Rintakupit, välikappale ja tarvikkeet

Osat on tehty muovista, joka voidaan hävittää kotitalousjätteen mukana vahingoittamatta ympäristöä. Kierätä tai hävitä paikallisten määräysten mukaisesti.

## 13. Merkkien selitykset

### Näissä ohjeissa käytetyt merkit












Yleinen turvallisuussymboli, osoittaa turvallisuuteen liittyviä tietoja.



Lue käyttöohjeet ja noudata niitä.

## Tuotteen osissa ja pakkauksessa olevat merkinnät.

	Osoittaa valmistajan.		Osoittaa valmistuspäivän.
	Osoittaa laitteen osanumeron.		Osoittaa eränumeron.
	Lue käyttöohjeet ja noudata niitä.		Pakkaus sisältää tuotteita, joiden on tarkoitus joutua kosketuksiin elintarvikkeiden kanssa asetuksen (EY) 1935/2004 mukaisesti.
	Laitte on pidettävä poissa sateesta. Pidä kuivissa olosuhteissa.		Osoittaa, että materiaali on osa kierrätyskäsitellyä.
	Laitte on pidettävä poissa auringonvalosta.		Osoittaa, että pakkaus on tehty pahvista.
	Sisältää hauraita tavaroita. Käsittele varoen.		

## 14. Kansainväliset määräykset

### 14.1 Lapsille tarkoitettu juomaväline

Lapsen syöttämiseen tarkoitettu tutti ja pullo täyttävät eurooppalaisen standardin EN 14350 vaatimukset.

## 15. Tekniset tiedot

### Ihon tai maidon kanssa kosketuksiin joutuvat materiaalit

- Rintakuppi: polypropyleeni, termoplastinen elastomeeri
- Välikappale, venttiilirunko: polypropyleeni
- Läpinäkyvä tiiviste, kalvo: silikonikumi
- Pullo: polypropyleeni
- Kansi: polypropyleeni

Rintamaidon kanssa kosketuksiin joutuvien osien valmistuksessa ei ole käytetty BPA:ta (bisfenoli A:ta).



### **Medela AG**

Lättichstrasse 4b  
6340 Baar, Switzerland  
[www.medela.com](http://www.medela.com)

### **International Sales**

Medela AG  
Lättichstrasse 4b  
6340 Baar  
Switzerland  
Phone +41 41 562 51 51  
[www.medela.com](http://www.medela.com)

### **Denmark**

Medela Medical Danmark  
Hørskæften 16, stuen  
2630 Tåstrup  
Danmark  
Phone +45 48 14 52 60  
[info@medela.dk](mailto:info@medela.dk)  
[www.medela.dk](http://www.medela.dk)

### **Norway**

Medela Medical Norge  
Lienga 6  
1414 Trollåsen  
Norge  
Phone +47 47 77 77 17  
Fax +47 66 80 99 13  
[info@medela.no](mailto:info@medela.no)  
[www.medela.no](http://www.medela.no)

### **Sweden**

Medela Medical AB  
Box 7266  
187 14 Täby  
Sweden  
Phone +46 8 588 03 200  
Fax +46 8 588 03 299  
[info@medela.se](mailto:info@medela.se)  
[www.medela.se](http://www.medela.se)

### **EU Representative:**

Medela Medizintechnik  
GmbH & Co. Handels KG  
Georg-Kollmannsberger-Str. 2  
85386 Eching, Germany  
[www.medela.com/support](http://www.medela.com/support)