

HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG MÁY HÚT SỮA MEDELA FREESTYLE

Freestyle™



Máy hút sữa Freestyle được thiết kế với ý tưởng tạo sự thoải mái và tự do cho các bà mẹ trong khi hút sữa. Là sản phẩm mới nhất của Medela, có kiểu dáng nhỏ gọn để các bà mẹ tiện sử dụng, các mẹ có thể đi lại và làm các việc khác trong khi hút sữa, không phải giữ tay trong khi hút. Máy được trang bị động cơ hiệu suất cao hoạt động êm ái, bộ nhớ lập trình quá trình hút, kèm theo pin sạc dùng liên tục trong 3 giờ.

Freestyle là máy hút cá nhân có thể kích thích sữa trở lại cho các bà mẹ đã ngừng cho con bú và nay lại muốn duy trì nguồn sữa mẹ nuôi con.

Tính năng

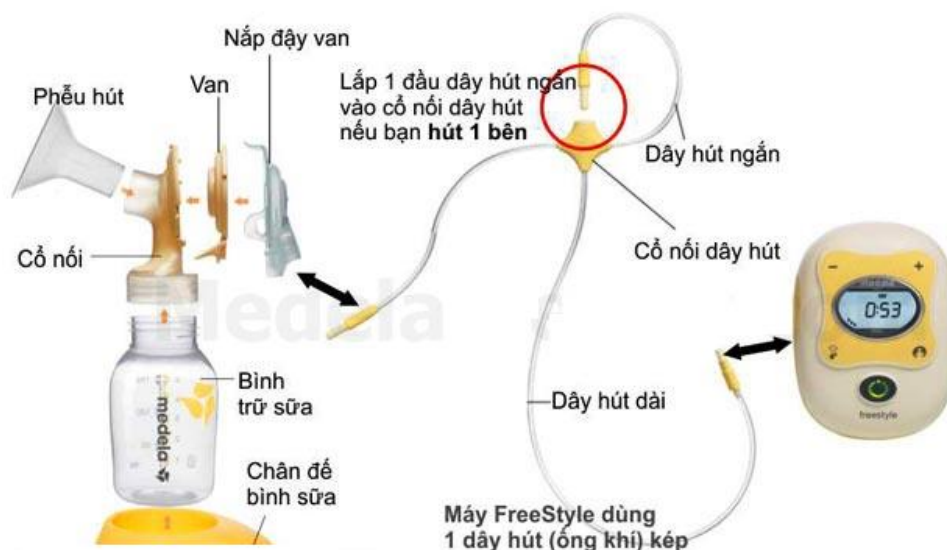
- Công nghệ hút sữa 2 pha "2 Phase Expression® technology" (hút sữa 2 pha: "Kích thích" và "Ra sữa") - hút sữa thông minh và hiệu quả, giống như em bé bú.
- Hút hai ngực cùng một lúc.
- Túi xách sành điệu kèm theo bộ bảo quản lạnh chuyên dụng và 04 bình sữa 150ml.
- Pin sạc dùng nhiều lần dùng trong 3 giờ.
- Màn hình LCD, hiển thị số - Màn hình được thiết kế đặc biệt để có thể nhìn trong đêm, khi các mẹ phải hút sữa muộn.
- Phím bộ nhớ - cho phép bạn lưu lại chế độ hút hiệu quả và thích hợp nhất của mình, để gọi ra cho lần hút sau này.

Lưu ý:

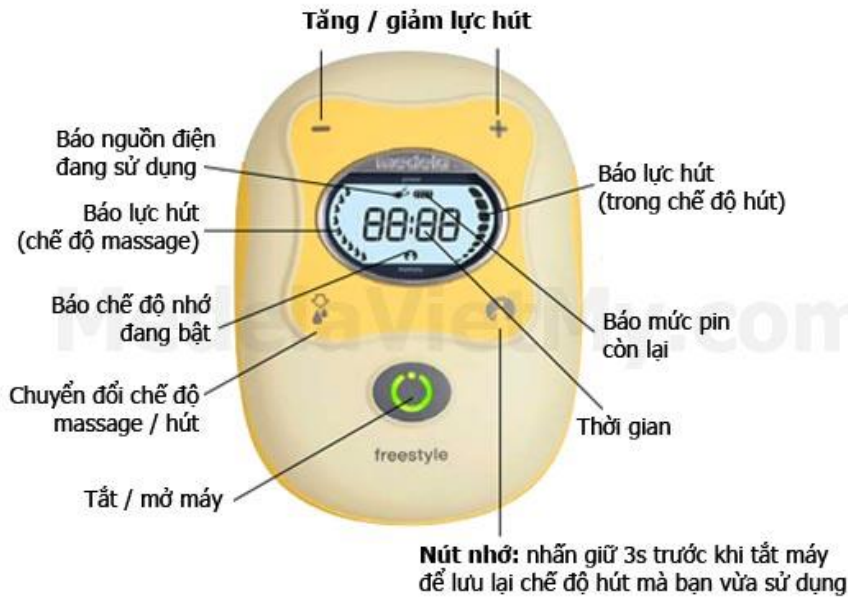
- **Máy mới mua về:** cắm adapter vào động cơ để sạc đầy pin lần đầu tiên trong 24 giờ liên tục. **Vệ sinh phụ kiện như hướng dẫn ở mục 3.**
- Để pin trong máy lâu bị "chai" thì bạn nên dùng adaptor thường xuyên, mỗi khi nào có thể. **Hầu hết các loại pin sạc li-ion hiện nay có số lần nạp xả khoảng vài trăm lần** đến khoảng 1000 lần. Việc hạn chế nạp xả pin giúp duy trì tuổi thọ pin được lâu hơn, cũng như pin ở các thiết bị khác như laptop, điện thoại. Nếu dự kiến sẽ không dùng máy trong 1 thời gian dài thì nên bảo quản khi pin chưa đầy, mức pin ở khoảng 50% đến 70%, tháo pin ra khỏi động cơ.
- Nhà có em bé, trẻ nhỏ, an toàn là trên hết: rút phích cắm khỏi ổ điện khi không cần thiết, để nguồn điện ngoài tầm với của trẻ nhỏ.



1. Lắp ráp



2. Hướng dẫn sử dụng các nút chức năng



- Sau khi **mở máy** thì máy tự động ở chế độ massage, sau khoảng 2 phút thì tự chuyển sang chế độ hút sữa.
- Trong khi massage hoặc hút, bấm nút chỉnh **tăng giảm lực hút** để có lực hút phù hợp
- Bấm **nút chuyển đổi chế độ** bất cứ khi nào bạn muốn chuyển từ massage sang hút và ngược lại.
- **Tùy chọn sau khi hút xong, trước khi tắt máy**: bấm giữ **nút nhớ** trong vòng 3 giây đến khi thấy màn hình chớp sáng để lưu lại chương trình hút (các thông số về lực hút khi massage và khi hút). Lần sau bạn **chỉ việc mở máy và bấm nút nhớ** để máy

gọi lại chế độ vận hành giống như lần hút vừa rồi.

- Nút **chuyển đổi chế độ massage /hút** còn có chức năng đặt lại bộ đếm thời gian hút: khi bạn nhấn giữ nút này trong 3 giây.

3. Vệ sinh

Vệ sinh tất cả các phụ kiện có thể tiếp xúc với sữa mẹ: **phễu hút, cổ nối phễu, van, nắp đậy van, bình sữa**. Không cần vệ sinh dây hút (ống khí).

- Vệ sinh bằng nước rửa bình sữa: dùng bàn chải lông mềm mịn để hạn chế trầy xước gây tăng khoảng hở → giảm lực hút. hong khô sau khi rửa.
- **Đun sôi tiệt trùng**: chỉ áp dụng sau khi đã rửa sạch bằng nước rửa bình sữa (sạch chất béo). Đun sôi trong 5 phút. Tránh để phụ kiện chạm đáy nồi và thành nồi. Máy mới mua nên áp dụng đun sôi tiệt trùng (theo đề nghị của nhà sản xuất). Sử dụng loại nước rửa bình sữa tốt, hong khô và cất trữ vệ sinh thì không nhất thiết phải đun sôi mỗi ngày. **Hạn chế đun sôi van (mềm)** thường xuyên, vì như thế vật liệu của van dễ bị lão hóa.
- **Vệ sinh ngay** sau mỗi lần sử dụng và hong khô trên 1 tấm vải /giấy/ khay đựng sạch. Có thể đựng tất cả trong hộp nhựa kín (như Super Lock), hoặc túi nylon sạch buộc kín (loại túi trong không dùng vật liệu tái chế nhé) rồi bỏ vào ngăn mát tủ lạnh.

4. Kích sữa hiệu quả với máy hút sữa Medela FreeStyle

- Khi vừa mở máy, máy sẽ hoạt động ở chế độ massage khoảng 2 phút trước khi tự động chuyển sang chế độ hút sữa. Không nên hút lâu hơn 30 phút mỗi lần. Chia ra nhiều lần hút ngắn (chẳng hạn 10 phút), xen kẽ với chế độ massage sẽ cho hiệu quả cao hơn là dùng chế độ hút liên tục.
- Chỉnh tăng từ từ lực hút đến khi phù hợp nhất với mình (mình cảm thấy thoải mái, dễ chịu, không bị đau) – chỉnh trong cả chế độ massage và chế độ hút.
- Không tập trung nhìn vào bình sữa. Nên quên nó đi, thư giãn trong lúc kích sữa để có hiệu quả tốt nhất.
- Trước khi tắt máy, bạn có thể nhấn giữ **nút NHỚ** trong 3 giây để máy lưu lại chương trình hút (lực hút bạn đã chọn sau cùng trong 2 chế độ massage và hút). Lần sau, khi mở máy bạn nhấn nút NHỚ để gọi lại chương trình, không cần phải hiệu chỉnh lại từ đầu.
- Không để cơ thể phải ngưng dẫu hiệu cần sữa quá 3 giờ (nên dưới 2 giờ cho các mẹ cần tăng sữa). Tốt nhất nên cho bé bú kết hợp kích sữa bằng máy thường xuyên để **cơ thể hiểu rằng “bé đang cần rất nhiều sữa, cần liên tục, phải tiết nhiều sữa hơn”**.
- Xin nhấn mạnh lại: với cùng một quỹ thời gian mỗi ngày, **“chia nhiều lần hút với mỗi lần hút ngắn”** hiệu quả tốt hơn là **“chia ít lần hút với mỗi lần hút lâu”**
- Uống nhiều nước ấm nóng, chia làm nhiều lần uống trong ngày. Người bình thường uống 2 lít nước mỗi ngày, còn các mẹ sữa không nên uống dưới 3 lít nước mỗi ngày.