

Instrucciones para la Recolección, Almacenamiento y Transporte de

Leche Materna Extraída

1. Bañarse todos los días. Lávese las manos con jabón; enjabonar activamente durante al menos 15 segundos, prestando atención especial alrededor y debajo de las uñas. Use una toalla de papel para cerrar la llave del agua. El jabón líquido es preferible.
2. Masaje los senos para promover la bajada de la leche.
3. Centre cada pezón en el embudo. Comience a bombear en la configuración más baja y aumente la succión según lo tolere. Ajuste para mayor comodidad. Si sus pezones se vuelven sensibles, disminuya la succión. Bombeo doble ahorra tiempo y aumenta la producción. Comience con la configuración de Inicio (la bomba se apaga después de 15 minutos y dice: "DONE"="HECHO"). (Dos ciclos para múltiplos)
4. Bombee ocho veces en un período de veinte y cuatro horas. Puede lograr esto bombeando cada dos o tres horas durante el día y cada cuatro horas por la noche, o bombeando cada tres horas durante todo el día.
5. Cuando bombee un total de 20 ml. 3 veces seguidas, o haya bombeado durante 5 días, comience a usar la configuración Maintain (que usted desactivará cuando termine). Continúe masajeando antes y después de la extracción. Sus senos deben sentirse llenos antes de la extracción y más suaves después de cada sesión. Recuerde, todo el mundo es diferente; El tiempo y el volumen de bombeo variarán. Esfuércese por bombear 500 ml cada 24 horas al día 6 y 750 ml en 24 horas por 2 semanas. El bombeo de rutina es necesario para mantener el suministro. Se ha encontrado que el contacto de piel con piel con su bebé es beneficioso para el suministro de leche.
6. Cada madre está obligada a tener sus propias piezas de bomba. Se le proporcionarán frascos estériles mientras su bebé está hospitalizado. Bombee directamente en estas botellas. Use botellas nuevas cada vez. Es posible que combine la leche en 1 biberón que se haya extraído al mismo tiempo, pero no coloque la leche en capas de un bombeo a otro. Las botellas no deben llenarse más de 3/4 de su capacidad. Pida más botellas según sea necesario.

Almacenamiento y Transporte de Leche

1. Etiquete los recipientes de leche con las etiquetas proporcionadas. Escriba la fecha y la hora de la recolección, prescripciones o medicamentos de venta libre que está tomando, o las preparaciones a base de hierbas que está tomando (notifique también a su médico). Pida más etiquetas según sea necesario.
2. Mientras esté en el hospital, lleve la leche a la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales inmediatamente después de la extracción. En casa, coloque la leche en el refrigerador y muévala al congelador si no la transporta a la unidad de Cuidados Intensivos o si la usa dentro de los primeros cuatro días. No colóque la leche en la puerta del congelador. La leche congelada utilizada dentro de 3 meses es óptima.
3. Desde casa, transporte la leche a la Unidad de Cuidados Intensivos Neonatales en una bolsa hielera limpia. Las botellas deben estar bien empaquetadas con paquetes de gel congelados use toallas limpias o papel arrugado para llenar cualquier espacio extra.

Consejos Útiles

La extracción de leche después de sostener o visitar a su bebé ayuda a aumentar la producción de leche.

La extracción manual más la extracción eléctrica pueden aumentar la producción de leche.

Las primeras dos semanas son fundamentales para establecer un suministro de leche saludable: ¡extraiga leche de forma rutinaria!

Cuando use bombas eléctricas en la UCIN, asegúrese de limpiarlas bien usando Sani-Cloths (provistos) antes y después de cada uso.

El alcohol, la nicotina, la marihuana y la cocaína entran en la leche materna. Evite estas sustancias.

Póngase en Contacto con un Especialista en Lactancia si tiene algún sangrado en el pezón o signos de mastitis.

Almacenamiento de Leche Extraída para Bebés Prematuros o Enfermos

Fresco- Refrigere inmediatamente o es aceptable <4 horas si la refrigeración no está disponible

Refrigerado – 4 días

Congelador- Ideal: 1 mes

Óptimo: 3 meses

Aceptable: < 12 meses en ultracongelación

Limpie las Piezas de la Bomba Después de Cada Uso

Siempre lávese las manos.

Prepare un lugar limpio para secar las piezas.

1-RETIRE las mangueras de aire. ¡MANTÉNGA SECAS las mangueras de aire!

2-ENJUAGUE estas partes en AGUA FRÍA para eliminar la proteína de la leche.

3- SEPARAR TODAS LAS PARTES-ver foto.

4-LAVAR LAS PIEZAS CON AGUA TIBIA Y JABÓN.

Use agua de la llave o un recipiente limpio -- no use el fregadero.

Use un cepillo para biberones según las pautas de la CDC.

5-ENJUAGAR BIEN las partes lavadas.

A continuación, sacuda las gotas grandes de agua para ayudar a que se seque.

6- SEQUE AL AIRE sobre una toalla de papel limpia en el lavabo, no sobre la cubierta de la cocina o la mesa.

7- CUBRIR ligeramente para mantener limpias las piezas mientras se secan.

DESPUÉS CUANDO ESTE EN CASA:

DESINFECTE DIARIAMENTE todas las partes lavadas y enjuagadas HIRVIÉNDOLAS en un sartén tapado encima de la estufa durante 5-10 MINUTOS. Utiliza un cronómetro o pon una alarma para evitar que se derritan las piezas. Secar al aire como se indicó anteriormente.

(Una alternativa a # 4, # 5, # 6, después de enjuagar en frío, es colocar las piezas en la rejilla superior de la máquina para lavar platos y ejecute ciclos de lavado en caliente y secado en caliente. No es necesario hervir si se usa la máquina para lavar platos, lavar y secar en caliente o bolsas de microvapor cíclicas o de limpieza rápida).

Antes de almacenar en un recipiente cerrado, asegúrese de que las piezas estén totalmente SECAS. Use toallas de papel si es necesario.

Nota: Si se ven gotas de humedad en las mangueras de aire, hacer funcionar la bomba con las mangueras conectadas esto ayudará a secarlas. Deseche si la leche o el moho están presentes en las mageras o tubos.