

*No. 1 choice
of hospitals
& mothers*

Calma™

PL Instrukcja obsługi



Gratulujemy podjęcia decyzji o zakupie produktu Calma. Przez prawie 50 lat firma Medela utworzyła drogę innowacyjnym produktom, które pomagają w poprawie zdrowia niemowląt dzięki życiodajnym korzyściom z karmienia mlekiem matki. Możecie zaufać produktowi Calma, który został opracowany w oparciu o ustalone założenia badawcze. Nasze badanie wykazało, że Twoje dziecko podczas stosowania produktu Calma jest w stanie zachowywać się tak, jak podczas karmienia piersią. Twoje dziecko będzie zawsze preferowało i czerpało korzyści z karmienia piersią. Jeśli jednak zostaniesz oddzielona od swojego dziecka, Calma zapewni wyśmienitą alternatywę, która zminimalizuje jakiegokolwiek zakłócenia w relacji pomiędzy Tobą a Twoim dzieckiem podczas karmienia piersią. Calma jest przeznaczona do karmienia zdrowych niemowląt mlekiem matki.

Spis treści

4

1. Przeznaczenie	5
2. Znaczenie symboli	6
3. Ważne informacje na temat bezpieczeństwa	8
4. Opis produktu	10
4.1 Calma: to unikalny produkt dla matki i dziecka	10
4.2 Części produktu	11
4.3 Materiał	11
5. Mycie	12
5.1 Przed pierwszym użyciem	12
5.2 Każdorazowo po użyciu	13
5.3 Raz dziennie	15
6. Przygotowanie do karmienia	16
6.1 Czynności do wykonania	16
6.2 Składanie Calmy	17
7. Karmienie	18
7.1 Poprawna pozycja uchwycenia	18
7.2 Karmienie	19
8. Rozkładanie Calmy	20
9. Przechowywanie i rozmrażanie pokarmu	21
9.1 Przechowywanie	21
9.2 Zamrażanie	21
9.3 Rozmrażanie	21
10. Czy wiedziałaś? Najczęściej zadawane pytania	22
11. Utylizacja	24
12. Kompleksowa oferta produktów wspomagających karmienie piersią	25

1. Przeznaczenie



Calma jest przeznaczona do karmienia zdrowych niemowląt mlekiem matki. Calma nie jest przeznaczona do podawania sztucznych mieszanek.

Dzięki Calmie dziecko będzie powielalo zachowania, których nauczyło się przy piersi. Przy korzystaniu ze zwykłego smoczka, dziecko musiałoby się nauczyć nowej techniki picia. Aby zapobiec tym komplikacjom, Medela zaleca wyłączenie stosowania Calmy od pierwszego dnia karmienia mlekiem matki.

Jeśli Twoje dziecko już korzystało z innego smoczka, pamiętaj, że Medela działa inaczej. Przy korzystaniu z Calmy wypływ mleka jest kontrolowany przez ruch ssący Twojego dziecka i system kontroli przepływu mleka. Różni się to od pozostałych smoczków – możesz zatem potrzebować odrobiny cierpliwości.

Calmę można stosować w połączeniu z butelkami firmy Medela.

2. Znaczenie symboli

6

Symbol ostrzeżenia oznacza wszelkie instrukcje ważne dla bezpieczeństwa. Niezastosowanie się do tych instrukcji może prowadzić do zranienia lub uszkodzenia. Calmy.

Jest kilka symboli ostrzegawczych. Każdy symbol jest używany z konkretnym słowem. Symbol ostrzeżenia/ kombinacja słów oznacza:



Przeestroga

Niezastosowanie się do tych instrukcji może prowadzić do zranienia się lub zanieczyszczenia lub rozwoju bakterii.



Uwaga

Nieprzeostrzeżenie tych instrukcji może prowadzić do uszkodzenia materiału.



Informacje

Przydatne lub ważne informacje nie związane z bezpieczeństwem.

Symbol na opakowaniu



Ten symbol oznacza, że materiał podlega procesowi odzyskiwania/recyklingu.



Ten symbol oznacza opakowanie kartonowe.



Ten symbol oznacza, że należy przechowywać urządzenie z dala od światła słonecznego.



Ten symbol oznacza, że urządzenie jest delikatne i należy się z nim obchodzić ostrożnie.



Ten symbol oznacza ograniczenie temperatury podczas pracy, transportu i przechowywania.



Ten symbol oznacza ograniczenie wilgotności podczas pracy, transportu i przechowywania urządzenia.



Ten symbol oznacza ograniczenie ciśnienia atmosferycznego podczas pracy, transportu i przechowywania urządzenia.



Ten symbol oznacza, że urządzenie należy przechowywać w suchym miejscu.



Ten symbol oznacza numer GTIN (GSI Global Trade Item Numbers).



Ten symbol oznacza, że należy postępować według instrukcji obsługi.



Ten symbol oznacza kod recyklingu (tu 01 dla produktów wykonanych z PET).



Ten symbol oznacza, że urządzenie jest zatwierdzone do kontaktu z żywnością.

EN 14350

Ten kod oznacza europejską normę „Artykuły do pielęgnowania i użytkowania przez dzieci – sprzęt do podawania napojów”.

Symbole na produkcie/na instrukcji obsługi



Ten symbol oznacza producenta.

PP

Ten kod oznacza zastosowanie polipropylenu.

3. Ważne informacje na temat bezpieczeństwa

8



Nieprzestrzeganie zawartych tu informacji dotyczących bezpieczeństwa może prowadzić do zagrożeń.

Urządzenie



Calma nie jest odporna na wysoką temperaturę: trzymać z dala od grzejników i otwartego ognia.



Nie wystawiać Calmy na bezpośrednie działanie promieni słonecznych.



Sprawdzić przed każdym użyciem: rozciągnąć przezroczysty element silikonowy we wszystkich kierunkach, aby sprawdzić, czy nie został uszkodzony. Niesprawny element należy wyrzucić po wystąpieniu pierwszych oznak uszkodzenia lub wad.



Ze względów higienicznych zaleca się wymianę Calmy co 3 miesiące.

Ważne:

- I Wszystkie akcesoria należy traktować z należytą dbałością.
- I Plastikowe butelki i elementy nakrętki mogą stać się łamliwe na skutek zamrożenia i pęknąć w razie upadku.
- I Butelki i elementy nakrętki mogą ulec uszkodzeniu na skutek nieprawidłowego obchodzenia się z nimi, tj. upuszczenia, nadmiernego dokręcenia lub potrącenia.
- I Nie należy używać mleka matki, jeśli butelki lub elementy uległy uszkodzeniu.

Użytkowanie



Używać Calmy tylko zgodnie z przeznaczeniem, tak jak to opisano w niniejszej instrukcji.



Nie używać podczas snu lub w stanie nadmiernego zmęczenia.



Jest to produkt przeznaczony dla jednej osoby. Używanie przez więcej niż jedną osobę może stanowić zagrożenie dla zdrowia.



Wszystkie elementy, które nie są używane, trzymać w miejscu niedostępnym dla dzieci.

Dla bezpieczeństwa i zdrowia Twojego dziecka

OSTRZEŻENIE

- I Produkt powinien być zawsze używany w obecności osoby dorosłej.**
- I Nigdy nie używać smoczków do karmienia jako środka uspokajającego.**
- I Nieprzerwane i długotrwałe ssanie powoduje próchnicę zębów.**
- I Zawsze sprawdzać temperaturę pokarmu przed podaniem go dziecku (ryzyko poparzenia).**
- I Nie podgrzewać mleka w kuchence mikrofalowej, gdyż może to spowodować nierównomierne ogrzanie i być przyczyną oparzenia dziecka.**

4. Opis produktu

10

4.1 Calma: to unikalny produkt dla matki i dziecka

Calma nie tylko wygląda inaczej. Jest w ogóle czymś innym. W przeciwieństwie do smoczków konwencjonalnych, Calma pozwala dziecku utrzymać naturalne odruchy nabyte przy piersi.

Zalety systemu Calma...

- ... dziecko z łatwością powraca do piersi. Nie musi uczyć się nowej techniki picia.
- ... dziecko może ssać, robić przerwy i oddychać w naturalnym rytmie. Dziecko będzie spokojne i zrelaksowane w trakcie karmienia i po jego zakończeniu.
- ... Twoje dziecko będzie kontrolować proces karmienia, nie Ty. Tak samo to działa, gdy dziecko karmi się mlekiem z piersi.

Więcej informacji na temat karmienia zawartych jest w rozdziale 7.



4.2 Części produktu

Wykaz części zamiennych i akcesoriów można znaleźć w rozdziale 12.



4.3 Materiał

- I Pokrywka zabezpieczająca/multinakrętka: polipropylen
- I Smoczek silikonowy: silikon
- I Nakładka/pokrywka: polipropylen i elastomer termoplastyczny

5. Mycie

12



Przeostroga

- I **Czyścić wszystkie części natychmiast po użyciu, w celu uniknięcia zasychania pozostałości mleka oraz zapobiegania rozwijaniu się bakterii.**
- I Do mycia używać wyłącznie wody pitnej.
- I Nie myć elementów systemu Calma ostrym ani twardym przedmiotem (takim jak szczotka, wykałaczka, czy ostre paznokcie).
- I Nie dotykać wewnętrznych stron elementów po czyszczeniu, aby zapobiec zabrudzeniom.
- I Przechowywać Calmę w przewiewnym i czystym worku/pojemniku lub przewiewnym i czystym papierze/ściereczce.



Uwaga

- I Mycie Calmy w zmywarce do naczyń może spowodować odbarwienie się niektórych części. Nie ma to wpływu na działanie urządzenia.
- I Nie wystawiać Calmy na bezpośrednie działanie promieni słonecznych ani wysokiej temperatury na dłużej niż jest to zalecane, gdyż może to doprowadzić do uszkodzeń.

5.1 Przed pierwszym użyciem

Przed użyciem Calmy po raz pierwszy, dokładnie wyczyść produkt. Wykonaj następujące czynności:

- I Najpierw wykonaj czynności opisane w rozdziale 5.2 (po każdorazowym użyciu).
- I Następnie wykonaj czynności opisane w rozdziale 5.3 (raz na dzień).



Delikatnie umyć wszystkie elementy dużą ilością ciepłej wody z mydłem (o temp. ok. 30°C).

5.2 Każdorazowo po użyciu (część I)

1



Więcej informacji w rozdziale 8, czynności 1–3.

Rozłożyć zestaw do karmienia na elementy składowe.

2



Płukać wszystkie elementy w zimnej wodzie (o temp. ok. 20°C). Sprawdzić części pod kątem uszkodzeń i wyrzucić po wystąpieniu pierwszych oznak uszkodzenia lub wad.

4



Płukać wszystkie elementy w zimnej wodzie (o temp. ok. 20°C) przez 10–15 sekund.

5



Osuszyć za pomocą czystej ściereczki lub pozostawić na czystej ściereczce do wyschnięcia.

5. Mycie

14



Przeostroga

- I Do mycia używać wyłącznie wody pitnej.
- I Nie dotykać wewnętrznych stron części po sterylizacji, aby zapobiec ich zanieczyszczeniu.
- I Przechowywać Calmę w przewiewnym i czystym worku/pojemniku lub przewiewnym i czystym papierze/ściereczce do następnego użycia



Uwaga

- I Do gotowania części akcesoriów do Calmy można dodać łyżeczkę kwasu cytrynowego, aby uniknąć tworzenia się kamienia. Lekkie ślady kwasu cytrynowego mogą pozostać na elementach produktu. Zmyć je wodą pitną. Suszenie Calmy pokazane jest na rysunku 3.
- I Nie wystawiać Calmy na bezpośrednie działanie promieni słonecznych ani wysokiej temperatury na dłużej niż jest to zalecane, gdyż może to doprowadzić do uszkodzeń.

5.2 Każdorazowo po użyciu (część II)



Metoda alternatywna do kroków 2, 3, 4 i 5 pokazana jest na poprzednich stronach. Mycie Calmy w zmywarce. W przypadku mycia Calmy w zmywarce należy umieścić jej elementy w górnym koszu lub w sekcji przeznaczonej na sztućce.

5.3 Raz dziennie

1



Więcej informacji w rozdziale 8, czynności 1–3

Rozłożyć zestaw do karmienia na elementy składowe.

2a



lub

Zanurzyć wszystkie elementy w wodzie i gotować je przez pięć minut.

2b



Użyć torebek do dezynfekcji w kuchenke mikrofalowej* zgodnie z instrukcjami obsługi.

3



Osuszyć za pomocą czystej ściereczki lub pozostawić na czystej ściereczce do wyschnięcia.

*Więcej informacji na stronie www.medela.pl

6. Przygotowanie do karmienia

16



Przestroga

- I Przed dotknięciem Calmy dokładnie umyć ręce (przez ok. 1 minutę) wodą z mydłem.
- I Mleko należy podgrzewać w butelce z nałożoną multinakrętką! (Patrz ilustracja.) Podgrzać mleko do temperatury 37°C.

**Maks.
37°C**



Multina-
krętka

- I Wykonać starannie wszystkie czynności w prawidłowej kolejności.



Uwaga

- I Stosować tylko oryginalne akcesoria firmy Medela.
- I Przed użyciem sprawdzić elementy Calmy i butelkę pod kątem zużycia lub uszkodzeń. W razie potrzeby wymienić.
- I Wszystkie elementy muszą być przed użyciem całkowicie suche.
- I Nie wystawiać Calmy na działanie bezpośredniego światła słonecznego lub wysokich temperatur.



Informacje

- I Multinakrętki na butelce można używać podczas przenoszenia. Multinakrętki można używać jako podstawki pod butelkę Calma podczas przechowywania.

6.1 Czynności do wykonania

- I Odciągnąć mleko matki i odstawić. Instrukcje dotyczące przechowywania zawarte są w rozdziale 9.
- I Umyć Calmę zgodnie z procedurą w rozdziale 5.
- I Składanie Calmy wykonać według zawartego tu opisu.
- I Podgrzać przechowywane mleko matki. Podgrzać do temperatury maks. 37°C!
- I Tuż przed karmieniem nałożyć Calmę na butelkę.



Opuść krawędź spodnią silikonowego smoczka.

6.2 Składanie Calmy

1



Zdejmij smoczek. Wywiń krawędź spodnią smoczka do góry. Nie dotykaj czubka elementu!

2



Wciśnij smoczek (z podniesioną krawędzią) na wystającą górną część nakładki i opuść krawędzie smoczka.

4



Zamontuj nakładkę ze smoczkiem na podstawie. Sprawdź, czy wszystkie elementy zostały złożone prawidłowo.

5



Napełnij butelkę mlekiem matki. Tuż przed karmieniem nałóż Calmę na butelkę.

7. Karmienie

18

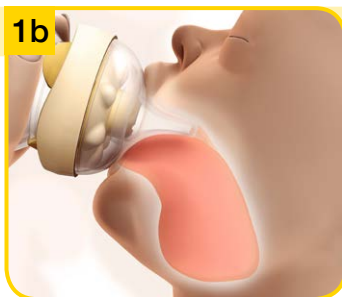
i Informacje

- I Aby zachęcić Twoje dziecko do otwarcia buzi w celu nakarmienia go Calmą, należy stymulować wargi tak jak w przypadku karmienia piersią.
- I Prosimy uzbroić się w cierpliwość, zanim dziecko zaakceptuje zestaw Calma. To pierwszy moment, gdy Twoje dziecko ma kontakt z materiałem sztucznym, zamiast ze znajomą mu piersią. Dla dziecka jest to nowość. Dziecko nie może wyczuć Twojego zapachu oraz zapachu mleka, tak jak przy karmieniu piersią.



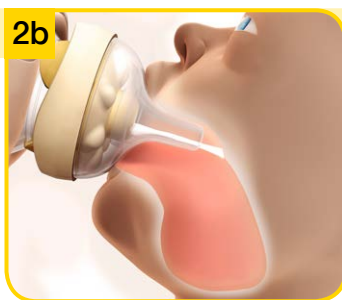
7.1 Poprawna pozycja uchwycenia

- I Przytrzymaj dziecko w położeniu ukośnym.
- I Przytrzymaj Calmę pod kątem ok. 45 stopni do warg.
- I Gdy dziecko otworzy buzię, dotknij Calmą czubek jego języka. Nie próbuj pchać. Dziecko weźmie Calmę do ust tak głęboko, jak będzie mu to odpowiadać, podobnie jak dziecko nauczyło się korzystać z sutka (patrz rysunki 1a i 1b na kolejnej stronie).
- I Przez cały czas karmienia trzymaj Calmę w położeniu, jakie wybrało dziecko. Aby ułatwić przepływ mleka, Twoje dziecko musi wytworzyć podciśnienie (patrz ilustracje na kolejnej stronie). Wyciąganie lub wpychanie Calmy zakłóci proces. Może również spowodować zakrztuszenie.



Ilustracja 1a powyżej pokazuje, jak dziecko ssie sutek podczas karmienia piersią. Ilustracja 1b pokazuje prawidłową pozycję uchwycenia, gdy stosujesz Calmę do karmienia dziecka.

7.2 Karmienie



Podczas karmienia piersią, dziecko musi wytworzyć podciśnienie, aby mleko popłynęło. Mleko popłynie, gdy podciśnienie w buzi Twojego dziecka znajduje się na najwyższym poziomie. W tym momencie język Twojego dziecka znajduje się wówczas w najniższym punkcie, a brodawka jest przysunięta do buzi dziecka (patrz ilustracja 2a powyżej).

Calma działa na podobnej zasadzie. Twoje dziecko musi wypracować podobny odruch, aby wytworzyć podciśnienie umożliwiające przepływ mleka (patrz ilustracja nr 2 powyżej). Z tego względu ważne jest, by Calma pozostawała w pozycji wybranej przez dziecko podczas karmienia.

8. Rozkładanie Calmy

20



Przeostroga

I Czystać wszystkie części natychmiast po użyciu, w celu uniknięcia zasychania pozostałości mleka oraz zapobiegania rozwijaniu się bakterii.

1



Zdejmij Calmę z butelki.

2



Zdejmij nakładkę ze smoczkiem z podstawy.

3



Wywróć krawędź spódnią silikonowego smoczka do góry. Zdejmij smoczek z górnej części nakładki.

Właśnie rozebrałaś Calmę na części. Wyczyść wszystkie części, jak opisano w rozdziale 5.

9. Przechowywanie i rozmrażanie pokarmu

9.1 Przechowywanie

Wskazówki dotyczące przechowywania świeżo odciągniętego pokarmu

(dla zdrowych niemowląt urodzonych o czasie)

Temperatura pokojowa	W lodówce	W zamrażarce	Rozmrożony pokarm
4–6 godzin przy 19–26°C (66–78°F)	3–8 dni przy 4°C (39°F) lub niższej	6–12 miesięcy -18 do -20°C (0 do 4°F)	W lodówce maks. 10 godzin. Nie zamrażać ponownie!

I Nie przechowywać pokarmu na półkach drzwi lodówki. Zamiast tego należy wybrać najchłodniejsze miejsce w lodówce (jest to tylna część szklanej półki nad komorą warzyw).

9.2 Zamrażanie

I Odciągnięty pokarm można zamrozić w butelkach na mleko lub torebkach „Pump & Save”*. Nigdy nie napełniać butelek ani torebek „Pump & Save” powyżej $\frac{3}{4}$ objętości, aby pozostawić miejsce na możliwe zwiększenie objętości.

I Oznaczyć butelki lub torebki „Pump & Save” datą odciągnięcia.

9.3 Rozmrażanie



Przeostroga

Nie należy rozmrażać ani podgrzewać mleka matki w kuchence mikrofalowej ani w naczyniu z wrzącą wodą, aby uniknąć utraty witamin, minerałów oraz innych ważnych składników i aby zapobiec oparzeniu.

I Aby zachować składniki pokarmu, należy go rozmrażać, zostawiając na noc w lodówce. Można też trzymać butelkę bądź torebkę „Pump & Save” pod strumieniem bieżącej, ciepłej wody (maks. 37°C).

I Należy delikatnie obracać butelkę lub torebkę „Pump & Save”, aby wymieszać tłuszcz, który się wytrącił. Należy unikać potrząsania pokarmem oraz wzbudzania go.

10. Czy wiedziałaś? Najczęściej zadawane pytania

22

Czy Calma nie jest zbyt długa?

Nawet jeśli sądzisz, że Calma jest zbyt długa: nie martw się, jest idealna. Jak wiesz, długość brodawki zwiększa się nawet dwukrotnie w buzi dziecka w czasie karmienia piersią. Calma dochodzi do tego samego miejsca w buzi Twojego dziecka, co brodawka. Ważne jednak, aby Twoje dziecko uzyskało poprawną pozycję uchwycenia (patrz ilustracja 7, która pokazuje więcej informacji).

Czy jeden rozmiar naprawdę wystarczy?

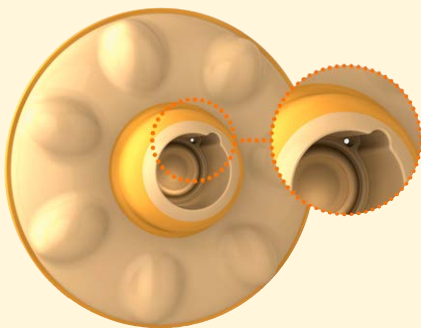
Możesz w to nie wierzyć, ale jeden rozmiar wystarczy. Twoje piersi pozostają takie same w czasie trwania laktacji. Przepływ, rozmiar i długość Zestawu Calma jest tak zaprojektowana, aby spełniać potrzeby Twojego dziecka w miarę jego rozwoju.

Czy Calma pomaga wyeliminować gromadzenie się gazów?

Calma pomaga uniknąć nagromadzenia gazów, ponieważ butelka jest wentylowana poprzez nasz unikalny system kontroli powietrza. W przeciwieństwie do wielu innych wentylowanych butelek, Calma wentyluje powietrze niezależnie od sposobu jej montażu.

Którędy wypływa mleko?

Mleko przepływa przez niewielki otwór w systemie kontroli przepływu mleka w górnej części Calmy (patrz ilustracja). Tempo przepływu mleka kontrolowane jest przez interakcję podciśnienia Twojego dziecka z systemem kontroli przepływu mleka. W przeciwieństwie do zwykłych smoczków, ściskanie Calmy nie spowoduje przepływu mleka. Możesz być pewna, że Twoje dziecko będzie mogło samo wysssać odpowiednią ilość mleka. Pamiętaj, by nie myć membrany w systemie kontroli przepływu mleka ostrym ani twardym przedmiotem (takim jak wykałaczka, ostre paznokcie czy szczotka).



Dlaczego czasem z Calmy trochę kapie?

Są dwie sytuacje, w których z Calmy może trochę kapać.

I Jedna z nich występuje pod koniec karmienia. Kapanie może wystąpić, jeśli dziecko puści Calmę przed wypiciem porcji mleka, które już zassało z butelki.

I Jeśli przytrzymasz butelkę do góry nogami, to też może wyciec kilka kropel.

Dzieje się tak, ponieważ membrana wewnątrz systemu kontroli przepływu mleka jest elastyczna, a nie sztywna. To, czy wystąpi (niewielkie) kapanie zależy od temperatury i masy mleka napierającego na membranę. Należy pamiętać, że kapanie nie ma wpływu na funkcjonowanie Calmy.

Jak często wymieniać Calmę?

Ze względów higienicznych zaleca się wymianę co 3 miesiące.



11. Utylizacja

24

Calmę należy zutylizować zgodnie z lokalnymi przepisami.



12. Kompleksowa oferta produktów wspomagających karmienie piersią

Następujące warianty produktu i wyposażenie są dostępne u partnerów dystrybucyjnych firmy Medela. Aby zamówić produkt, należy podać jego nazwę (artykuł) i numer.

Warianty produktu

Numer artykułu	Produkt
008.0138	Smoczek Calma (DE/FR)
008.0139	Smoczek Calma (EN/FR)
008.0140	Smoczek Calma (NL/FR)
008.0141	Smoczek Calma (ES/PT)
008.0142	Smoczek Calma (IT/PL)
008.0143	Smoczek Calma (SV/DA)
008.0144	Smoczek Calma (NO/FI)
008.0145	Smoczek Calma (RU/HU)
008.0146	Smoczek Calma (TR/CS)
008.0147	Smoczek Calma (EL/HE)
008.0148	Smoczek Calma (EN/JA)
008.0149	Smoczek Calma (EN/ZH)
008.0150	Smoczek Calma (TW/KO)
008.0203	Smoczek Calma (EN/AR)
008.0208	Smoczek Calma (EN/TW)

Akcesoria

Numer artykułu	Produkt
800.0796	Butelki na pokarm o poj. 150 ml (3 sztuki)
800.0797	Butelki na pokarm o poj. 150 ml (3 sztuki)
008.0072	Butelki na pokarm o poj. 150 ml (3 sztuki)
008.0073	Butelki na pokarm o poj. 150 ml (3 sztuki)
008.0074	Butelki na pokarm o poj. 150 ml (3 sztuki)
200.1659	Butelki na pokarm o poj. 250 ml (2 sztuki)
008.0091	Butelki na pokarm o poj. 250 ml (2 sztuki)
008.0075	Butelki na pokarm o poj. 250 ml (2 sztuki)
008.0137	Butelki na pokarm o poj. 250 ml (2 sztuki)

Inne produkty firmy Medela są dostępne w witrynie internetowej www.medela.com.





Medela AG
Lättichstrasse 4b
6341 Baar, Switzerland
www.medela.com

International Sales

Medela AG
Lättichstrasse 4b
6341 Baar
Switzerland
Phone +41 (0)41 769 51 51
Fax +41 (0)41 769 51 00
ism@medela.ch
www.medela.com

Poland

Medela Polska Sp. z o.o.
Ul. Lewinowska 8
PL-03-684 Warszawa
Poland
Phone (0048) 22 865 1250
Fax (0048) 22 864 3865
info@medela.pl
www.medela.pl