

# Deine PersonalFit Flex™ Brusthaube: individuell anpassbar für noch bequemeres, effizienteres Abpumpen

Brusthauben spielen eine entscheidende Rolle für bequemes und effizientes Abpumpen. Deine PersonalFit Flex™ Brusthaube von Medela besitzt ein einzigartiges Design, das du deiner Körperform anpassen kannst. So kannst du bei jedem Abpumpen noch mehr Milch gewinnen.

## Deine PersonalFit Flex™ Brusthaube kurz erklärt

Unsere Wissenschaftler haben die PersonalFit Flex™ Brusthaube in vier klinischen Studien mit stillenden Müttern getestet. Im Rahmen einer Auswertung von über 1000 Pumpvorgängen konnten sie nachweisen, dass die neue Technologie mehr Komfort und höhere Effizienz bot.

Im Vergleich zu Standard-Brusthauben mit 90°-Winkel passt sich die neue Öffnung im 105°-Winkel wesentlich besser an die unterschiedlichen Formen und Größen von Brüsten an. Dadurch kann die Milch ausserdem leichter fliessen, wahrscheinlich weil der Druck auf die Brust geringer ist.

Und da sich die PersonalFit Flex™ Brusthaube um 360° drehen lässt, kannst du ihre Position ganz einfach an deine Körperform anpassen. Dadurch dichtet sie sanft ab und du kannst die Position finden, die für dich am angenehmsten ist.

### Vorteile:

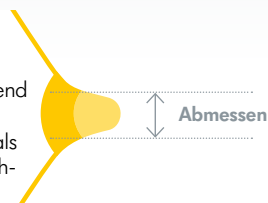
- Höhere Effizienz
- Mehr Komfort
- Verbesserte Anpassung
- Verbesserte Leistungsfähigkeit



## Individuelle Anpassung deiner PersonalFit Flex™ Brusthaubengrösse

### 1. Abmessen

Der Durchmesser deiner Brustwarze kann sich während des Abpumpens vorübergehend um 2 bis 3 mm vergrössern,<sup>1</sup> deshalb muss der Brusthaubentunnel etwas grösser sein als deine Brustwarze. Mit unserem Grössenrechner findest du die richtige Grösse.



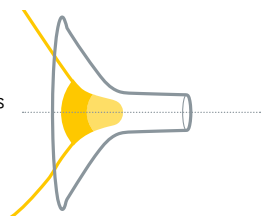
### 2. Anpassen

Es gibt keine falsche Position der ovalen Brusthaube auf deiner Brust. Drehe die ovale Form einfach bis du die Position gefunden hast, die für dich am bequemsten ist. Das kann bei jeder Mutter anders sein.



### 3. Zentrieren

Zentriere deine Brustwarze im Tunnel, sodass sie sich während des Abpumpens frei darin bewegen kann.



### 4. Prüfen

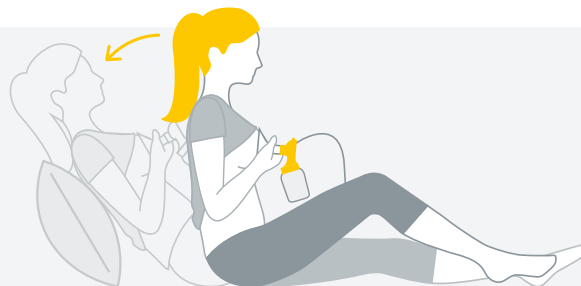
Überprüfe regelmäßig den Sitz deiner Brusthaube. Da sich die Form deiner Brustwarze und deiner Brust mit der Zeit verändern kann,<sup>2</sup> benötigst du möglicherweise eine andere Grösse. Dank der ovalen Form hast du zudem die Möglichkeit, ihre Position bei Bedarf zu ändern.



## Mach's dir bequem

Eine entspannte und bequeme Position beim Abpumpen unterstützt deinen Milchfluss.<sup>3</sup> Stress und eine angespannte Sitzhaltung dagegen können die Ausschüttung des Hormons Oxytocin behindern, das für den Milchspendereflex von entscheidender Bedeutung ist.<sup>4</sup>

Deine Medela Milchpumpe mit Flex™ Technologie hat einen Überlaufschutz und damit ein geschlossenes System, das verhindert, dass Milch in den Motor läuft. So kannst du ganz einfach in deiner Lieblingsposition abpumpen.



Den Grössenrechner für unsere Brusthauben findest du online unter [www.medela.ch/grossenrechner](http://www.medela.ch/grossenrechner) und weitere Informationen unter [www.medela.ch/flex](http://www.medela.ch/flex)

Literaturhinweise: 1. Geddes DT et al. Early Hum Develop. 2008 Jul 1;84:471-477. 2. Cox DB et al. Exp Physiol. 1999;84:421-434. 3. Jones E, Hilton S. J Neonatal Nurs. 2009;15:14-17. 4. Newton M, Newton NR. J Pediatr. 1948;33:698-704.