

选择 Medela 吸乳护罩尺寸

确保使用适合的吸乳护罩尺寸。这是进行有效吸乳的基本要素，有助于促进乳汁流出。

了解 Medela (美德乐) 吸乳护罩 的尺寸

吸乳不应造成疼痛。为确保尽可能大的舒适度和尽可能高的吸乳效率，Medela (美德乐) 提供了五种吸乳护罩尺寸。本指南能帮助您开始时通过乳头直径的长度来选择理想的护罩尺寸。



步骤 1

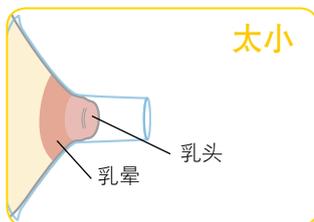
使用直尺或卷尺在基底部（横跨中间）测量乳头直径，以毫米 (mm) 表示。不要包括乳晕。

步骤 2

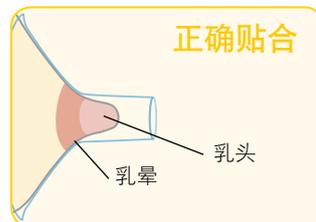
根据测量结果确定 Medela 吸乳护罩的尺寸。示例：如果测得的乳头直径为 16 毫米，则建议使用 21 毫米的 Medela 吸乳护罩。

测试吸乳护罩尺寸

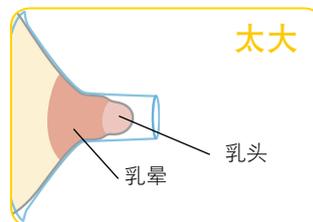
- 首先使用吸乳器附带的吸乳护罩或根据测量值确定的尺寸。
- 保持乳头居中，轻轻握住吸乳护罩贴到乳房上。
- 调整以获得 Maximum Comfort Vacuum 来实现尽可能理想的负压水平。
- 在吸乳模式（刺激泌乳模式后）下吸乳时，请参考以下图。



- 乳头摩擦管道侧面。
- 尝试更大尺寸。



- 乳头居中且可自由移动。



- 乳头和过多乳晕被吸入管道中。
- 尝试更小尺寸。

您知道吗？

- 两个乳房可能需要不同的尺寸。
- 吸乳护罩的尺寸取决于乳房组织和皮肤弹性。
- 吸乳期间，吸乳护罩的尺寸会发生改变。
- 施加负压时，乳头尺寸会发生变化。
- 过于用力按压吸乳护罩会阻塞乳导管。

尝试新尺寸的原因

- 乳头碰到管道侧面是否引发不舒适的感觉？
- 是否看到过多乳晕被吸入管道中？
- 是否发现皮肤发红？
- 乳头或乳晕是否变白？
- 吸乳后是否感觉有未吸出的乳汁？

如果对这些问题的任何一个回答“是”，则请考虑按照上述测量说明尝试新尺寸。如果仍不确信是否选择了正确的尺寸，请问哺乳顾问或母乳喂养专家咨询。