



• Para instruções precisas sobre o armazenamento mais prolongado do leite, dirija-se ao centro de aconselhamento sobre a amamentação, à sua parteira, ao seu médico ou farmacêutico.

#### Consumo

1. Se necessário, descongele o leite materno (ver tabela acima).
2. Abra o fecho zip do saco para leite materno NUK com cuidado.
3. Introduza o conteúdo do leite materno num biberão, p. ex. um biberão NUK. O saco para leite materno NUK não é adequado para a alimentação direta a partir do mesmo.
4. Antes de dar o leite ao bebé, agite-o ligeiramente para que o leite e a respetiva gordura voltem a ficar bem misturados.
5. Aqueça o biberão com o leite materno, p. ex. no aquecedor de comida para bebé NUK.

Guarde a morada, o Art. No. e o lote para referência futura.

### NUK moedermelkzakje

**NL** Met het NUK moedermelkzakje heeft u voor een product gekozen dat ideaal is voor het bewaren en invriezen van moedermelk.

#### Veiligheidsaanwijzingen

**Oogelet:** NUK moedermelkzakjes zijn bestemd voor **eenmalig gebruik**. Hergebruik wordt om hygiënische redenen niet aanbevolen en kan materiaalschade tot gevolg hebben.

- Bij de omgang met moedermelk is hygiëne bijzonder belangrijk. Neem daarom alle aanwijzingen in deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig in acht.
- Gebruik het product uitsluitend voor het hier beschreven doel.

#### Toepassing

NUK moedermelkzakjes zijn hygiënisch vervaardigd en daarom direct te gebruiken. Zij hoeven voor het gebruik niet te worden gereinigd.

1. Vermeld **voor** het vullen in het hiervoor bestemde tekstveld **naam, datum en tijd**, waarop u heeft afgeklofd.
2. Verwijder de originele sluiting op de geperforeerde lijn.
3. Open de dubbele druksluiting door deze voorzichtig aan de lippen uit elkaar te trekken.
4. Vul het zakje met moedermelk. Vul het zakje niet boven 180 ml omdat de moedermelk bij het invriezen uitzet. Lees de gevulde melkhoeveelheid af van de schaal en onthoud deze tot het zakje gesloten is. Let erop dat de bodem van het zakje helemaal is uitgevouwen en het zakje niet kruikt. De schaal van het zakje is niet zo nauwkeurig als die van een fles. De schaalwaarde van het zakje moet als richtwaarde worden beschouwd.
5. Druk de lucht er voorzichtig uit en sluit de druksluiting af door de beide delen met duim en wijsvinger naar elkaar toe te drukken.
6. Voor de veiligheid trekt u de druksluiting nog eenmaal tussen duim en wijsvinger door om ervoor te zorgen dat deze overal luchtdicht gesloten is.
7. Verwijder eventuele melkresten aan de buitenkant van het zakje.
8. Noteer nu de afgelezen melkhoeveelheid op het daarvoor bestemde tekstlabel (vel Volume').

#### Bewaren/Ontdooiien

De moedermelk kan in het moedermelkzakje worden gekoeld, ingevroren en ontdooid.

Let hierop in elk geval op de volgende aanwijzingen voor de omgang met moedermelk:

Moedermelk	Bewaarplaats	Bewaartijden
Vers afgeklofd	Bij ruimteterminatuur	niet bij ruimteterminatuur laten staan
	Koelkast (niet in de deur)	72 uur op 4 °C
	Diepvriesvak van de koelkast	2 weken
	Diepvrieskist/-kast	6 maanden op -18 °C
Ontdooid ongeopend	Koelkast (niet in de deur)	24 uur op 4 °C
Ontdooid geopend	Koelkast (niet in de deur)	12 uur op 4 °C
Ontdooi van de melk	Behoedzaam in de koelkast	ca. 24 uur op 4 °C
	Op ruimteterminatuur, dan direct toedienen	
	Wanneer het snel moet gaan: het zakje met moedermelk onder koud stromend water of lauwwarm water (max. 37 °C) ontdooien, dan direct toedienen.	

**Oogelet!** Moedermelk mag **niet in de magnetron** worden ontdooid omdat anders waardevolle ingrediënten verbrand kunnen worden en er materiaalschade aan het zakje kan optreden (explosiegevaar). Door ongelijkmatig verhitten bestaat verbrandingsgevaar!

- Ontdoode, verwarmde of niet toegediende melk mag niet opnieuw worden ingevroren maar moet worden weggegooid.
- Wanneer u binnen 24 uur meerdere keren melk afgeloft, kan de vers afgekloofde melk aan de reeds gekoelde melk worden toegevoegd.

**Aanwijzing:** De temperatuur moet gelijk zijn (koud op koud). Daarom moet de vers afgekloofde melk eerst worden gekoeld voordat deze bij de reeds gekoelde melk wordt gevoegd.

• Precieze aanwijzingen over langdurige bewaring, kunt u vragen aan uw lactatiekundige, verloskundige, arts of apotheker.

#### Voeden

1. Ontdooi de moedermelk indien gewenst (zie bovenstaande tabel).
2. Open de druksluiting van het NUK moedermelkzakje voorzichtig.
3. Vul de inhoud voor het voeden van uw baby in een babyflesje, bijv. in een NUK babyflesje. Het NUK moedermelkzakje is niet geschikt voor rechtstreeks voeden uit het zakje.
4. Voor het voeden moet de melk lichtjes worden geschud om melk en melkvet weer goed te mengen.
5. Verwarm het babyflesje met de moedermelk, bijv. in de NUK babyvoedingverwarmer.

Bewaar voor het geval van klachten het adres, artikelnummer en batchnummer.

### Σακουλάκια φύλαξης μητρικού γάλακτος NUK

Με τα σακουλάκια φύλαξης μητρικού γάλακτος NUK αποκτήσατε ένα πρώτον, το οποίο είναι κατάλληλο για τη διατήρηση και την κατάψυξη του μητρικού γάλακτος.

#### Υποδείξεις ασφάλειας

**Προσοχή:** Τα σακουλάκια μητρικού γάλακτος NUK είναι κατάλληλα για μόνο χρήση. Η επαναλαμβάνομένη χρήση δεν συνιστάται για λόγους υγεινής και γιατί θα μπορούσε να οδηγήσει σε φθορά του υλικού.

- Η υγεινή έχει εξέχουσα σημασία στη διαχείριση του μητρικού γάλακτος. Ως εκ τούτου, λάβετε σοβαρά υπόψη σας όλες τις υποδείξεις μέσα στις οδηγίες αυτές.
- Χρησιμοποιείτε το προϊόν αποκλειστικά και μόνο για το σκοπό που αναφέρεται εδώ.

#### Xρήση

Τα σακουλάκια φύλαξης μητρικού γάλακτος NUK έχουν κατασκευαστεί με γνώμονα την υγεινή και ως εκ τούτου μπορούν να χρησιμοποιηθούν άμεσα. Δεν χρειάζεται να καθαριστούν πριν από τη χρήση.

1. Πριν από τη πλήρωση σημειώστε στο προβλεπόμενο πεδίο ετικέτας της σακούλας το **όνομα, την ημερομηνία και την ώρα**, κατά την οποία πραγματοποιήσατε την άνηλη.

2. Απομακρύνετε την σφραγίδα γηνιστήτας στη διάτρητη γραμμή.
3. Ανοίξτε τη διπλή διάταξη κλειστόματος με πίεση, τραβώντας προσεκτικά τους αμφίδεστες μακριά του έναν από τον άλλο.
4. Γείστε το σακουλάκι με μητρικό γάλα. Μην γείστε το σακουλάκι με περισσότερα από 180 ml, διότι το μητρικό γάλα διαστέλλεται όταν καταψύχεται. Διαβάστε την ποσότητα γάλακτος στην κλίμακα και λάβετε την υπόψη σας, έως ότου το σακουλάκι κλείσει. Παρακαλούμε λάβετε υπόψη σας ότι το σακουλάκι δεν σχηματίζει πιπύχωσεις. Η κλίμακα στο σακουλάκι δεν αντιστοιχεί στην ακρίβεια ενός μητρικού. Οι τιμές κλίμακας στο σακουλάκι χρησιμεύουν απλά ως κατεύθυντήριες τιμές.
5. Αφαιρέστε τον αέρα πιέζοντας προσεκτικά και κλείστε τη διάταξη κλειστόματος με πίεση, πιέζοντας με τον αντίχειρα και το δείκτη σας στα δύο μέρη.
6. Για τη δική σας ασφάλεια, πιέστε τη διάταξη κλειστόματος με πίεση με τον αντίχειρα και το δείκτη, για να βεβαιωθείτε ότι το κλείσιμο είναι αεροστεγές σε όλα τα σημεία.
7. Απομακρύνετε τα κατάλοιπα γάλακτος που μπορεί να υπάρχουν από την εξωτερική πλευρά της σακούλας.
8. Σημειώστε την ποσότητα γάλακτος που αναγνώστε στο προβλεπόμενο πεδίο ετικέτας (πεδίο «Volume»).

#### Αποθήκευση/ απόψυξη

Το μητρικό γάλα μπορεί να ψυχθεί, καταψύχει και να αποψυχθεί μέσα στο σακουλάκι μητρικού γάλακτος NUK.

Για το σκοπό αυτό, λαμβάνετε οπωσδιπότε υπόψη τις παρακάτω υποδείξεις που οφερούν στη διαχείριση του μητρικού γάλακτος.

Μητρικό γάλα	Τόπος διατήρησης	Προθεσμίες φύλαξης
Φρέσκο αναρρόφημένο γάλα	Σε θερμοκρασία δωματίου	απαγορεύεται η παραμονή του σε θερμοκρασία δωματίου
	Ψυγείο (όχι στην πόρτα)	72 ώρες στους 4 °C
	Κατάμαυρη ψυγείου	2 εβδομάδες
	Καταψύκτης	6 μήνες στους -18 °C
Αποψυμένο κλειστό	Ψυγείο (όχι στην πόρτα)	24 ώρες στους 4 °C
Αποψυμένο ανοιχτό	Ψυγείο (όχι στην πόρτα)	12 ώρες στους 4 °C
Απόψυξη του γάλακτος	Σταδιακά στο ψυγείο	Περ. 24 ώρες στους 4 °C
	Σε θερμοκρασία δωματίου, με άμεση τάση	
	Όπαν βιάζετε: τοποθετήστε το δοχείο με το μητρικό γάλα κάτω από το κρύο ή λιλαρό νερό (μέν. 37 °C), εν συνεχείᾳ χρησιμοποιήστε το άμεσα.	

**Προσοχή!** Το μητρικό γάλα **δεν επιτρέπεται να αποψύχεται μέσα σε φόυρο μικροκυμάτων**, διότι στην περίπτωση αυτή καταστρέφονται πολύτιμα θερμικά συστατικά του γάλακτος και ενδέχεται να προκληθεί φθορές υλικού στο σακουλάκι (κίνδυνος: έρρεψη). Υπάρχει κίνδυνος εγκαύματος εξαιτίας ανοικόμορφης υπερέμαστης!

- Γάλα που έχει αποψυχθεί, θερμανθεί και δεν καταναλωθεί, δεν επιτρέπεται να επαναψυχθεί αλλά πρέπει να αποσυρθεί.
- Εάν κάνετε περισσότερες φορές αναρρόφηση μητρικού γάλακτος εντός 24 ώρων, μπορείτε να προσθέστε το φρέσκο αναρρόφημένο γάλα στο ήδη κρύο μητρικό γάλα.

Υπόδειξη: Η θερμοκρασία θα πρέπει να είναι ίδια (κρύο σε κρύο). Συνεπώς το φρέσκο αναρρόφημένο γάλα πρέπει να κρυώσει πρώτα, και μετά να προστεθεί στο ήδη κρύο γάλα.

- Ακριβείς υποδείξεις για τη μακροπρόθεσμη διατήρηση μπορείτε να λάβετε από την σύμβουλο θηλασμού, τη μαία σας, τον ιατρό σας ή το φαρμακοποιό σας.

#### Táσημα

1. Αν χρειάζεται αποψύξει το μητρικό γάλα (βλέπε παραπάνω πίνακα).

2. Ανοίξτε τη διάταξη κλειστόματος της σακούλας μητρικού γάλακτος NUK προσεκτικά.

3. Γείστε ένα μητρικό, π.χ. μητρικό NUK, με το περιεχόμενο από το σακουλάκι, για να τάσετε το μητρικό σας. Το σακουλάκι φύλαξης μητρικού γάλακτος NUK δεν είναι κατάλληλο για απευθείας τάσημα από το σακουλάκι.