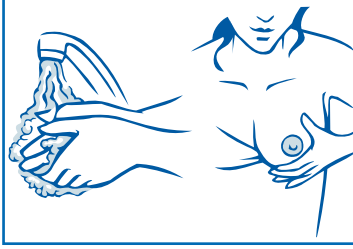


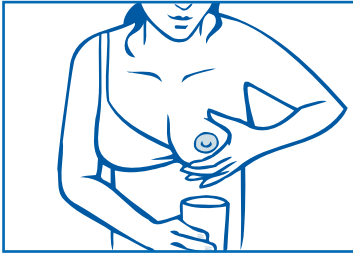
Başlamadan önce sütünüzle temas edecek olan her şeyi sterilize edin.

1



Aceleye getirmeyin ve ellerinizi iyice yıkayın. Memenizi avuçlayın ve meme ucunun sonundan geriye doğru meme dokusunun farklı bir his verdiği yeri bulun.

2



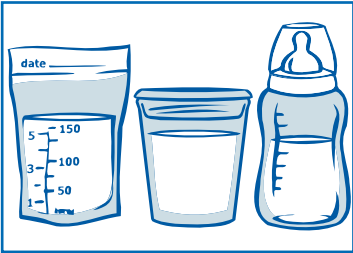
Başparmağınız ile işaret parmağınızı kullanarak bu alanı nazikçe sıkın veya masaj yapın.

3



Memeden meme ucuna olacak şekilde aşağıya doğru nazikçe masaj yapın. Bunu tekrarlayarak sütünüz akmaya başlayana kadar bir ritim tutturun.

4



Sütünüzü sterilize edilmiş bir biberona veya özel olarak tasarlanmış anne sütü dondurma torbası ya da kabına sağın.

5



Bu işlemi yaptıkça ustalaşacaksınız. Tekniği öğrenmeniz bir süre alabileceğinden sabredin. Eğer hala sütünüzü akıtmayı başaramıyorsanız, size yardımcı olmaları için bebek hemşirenize veya doktorunuza başvurabilirsiniz.

Buna benzer daha fazla yardım dosyası indirmek için lütfen web sitemizi ziyaret edin.

İlgi Hattı
444 7 762

iyibuyusuniniyiasasin.com

 /iyibuyusuniniyiasasin

 @iyibuyusun