



DESIGNED  
**USA**  
PRODUCED

# Simplisse™

Manual  
Breastfeeding  
Companion™



INSTRUCTION BOOKLET

Manual Breastfeeding  
Companion  
*Instructions For Mom*

FOLLETO DE INSTRUCCIONES

Extractor de leche materna  
manual Breastfeeding Companion  
*Instrucciones para la mamá*

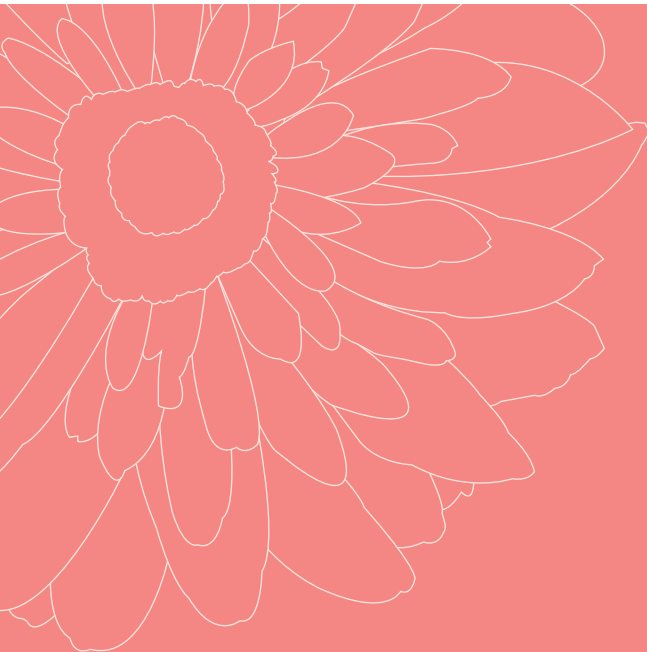
MODE D'EMPLOI

Compagnon d'allaitement manuel  
*Instructions pour la maman*

## THE SIMPLISSE STORY

Now, giving your newborn the benefits of nutritional breastmilk doesn't have to be a painful experience. After years of breastfeeding research and observation, a team of leading lactation consultants partnered with moms to create a milk collection system that simulates the comfort and benefits of baby at the breast. Simplisse Breastfeeding Companions feature a unique BabyFace™ Flexible Breastcup that authentically emulates baby's mouth movements. It conforms to mom's breast just like baby, and it alleviates the discomfort and friction often associated with traditional suck-and-release breast pumps. In addition, Continuous Comfort™ Valves mimic baby's feeding pressure without painful tugging or pinching of mom's nipple. And when mom is comfortable and happy, breastmilk quality is at its highest. Ultimate comfort for mom and optimal milk flow for baby—these are the breakthrough benefits of the Simplisse Breastfeeding Companion.

**Simplisse: Naturally Better. By Design.™**



### TABLE OF CONTENTS:

Parts Diagram	3
Disassembly	4-5
Cleaning	5
Assembly	6-8
Expressing Breastmilk	8-9
Storing Breastmilk	10
Preparing Breastmilk	10
Tips	11
Troubleshooting	12

# PARTS DIAGRAM

- A. Stand
- B. Collection Bottle
- C. Valve
- D. Connector
- E. Breastcup
- F. Stem
- G. Large Insert
- H. Small Insert
- I. Cap
- J. Handle



## DISASSEMBLY

Follow these steps to disassemble your pump for cleaning:

1



First loosen and remove the Collection Bottle from the Connector.

2



Then remove the white Valve from the underside of the Connector.

3



To remove the Breastcup, gently pull on the perimeter tabs to separate it from the Connector.

4



To remove the Handle, first push the Stem loose from the slot on the Handle with your finger.

5



Then gently twist the Handle to separate from the post on the Connector.

6



To remove the Cap, simply pull up on the Cap tab at the back of the pump. This will separate from the Connector.

7



With the Cap in hand, pull the Stem free by pulling downward.

8



Pull the Large Insert from the Cap.

9



Finally, pull the Small Insert from the Cap.



**Note:** This pump has two small valves in the Connector. Do not remove these valves. These are the Continuous Comfort™ Valves which regulate the pump's pressure so there is no high suction. These are permanent parts.

## CLEANING

Before your first use and after all other uses, it is important to wash or sterilize your pump:

Make sure all pump parts have been disassembled for cleaning or sterilization.

All pump parts can be hand-washed, steam sterilized, boil sterilized, or washed in a dishwasher.

**Note:** The white Valve and Breastcup are delicate. Please take extra care in cleaning them. It is recommended that you hand wash these parts. Do not use any rough brushes to clean these parts.

**TO HAND WASH:** Wash all parts in warm, soapy water, rinse well and air dry.

**TO STEAM STERILIZE:** Use a microwave steam sterilizer or steam sterilizer bags. Be sure to follow the instructions that come with your sterilizer or steam bags.

**TO BOIL STERILIZE:** Boil all parts for 5 minutes, carefully remove and air dry.

**IN DISHWASHER:** All pump parts are top-rack dishwasher safe. Completely air dry parts and let them cool.

## ASSEMBLY

After cleaning, follow these steps to assemble your pump. Make sure all parts are completely dry from cleaning before any assembly.

1



Begin by placing the white Valve into the bottom of the Connector with the wedge side pointing down.

2



Then secure the Collection Bottle to the Connector. Tightening the Collection Bottle firmly will seal the Valve but do not over tighten.

3



Install the Breastcup by pushing at the edges to secure to the Connector. Make sure the Breastcup is sealed all around.

4



To prepare the Cap, first take the Small Insert and push it onto the small ring on the underside of the Cap.

5



Take the Stem and insert it through the Large Insert until it bottoms out.

6



The flat, round portion of the Stem should be flush with bottom of the Large Insert.

7



To complete the Cap, take the Stem and Large Insert assembly and push the head of the Stem through the Small Insert and through the top of the Cap.

8



Make sure the Large Insert is fixed to the large ring on the underside of the Cap. Aligning the Large Insert over the two small posts will orient it properly.

9



Take the Stem and pull up gently until the Small Insert snaps itself to the middle portion of the Stem.

10



Install the Cap assembly to the Connector assembly by pivoting the front latch to the Connector.

11



Then push down on the back portion to snap the tab on the Connector.

12



Install the Handle by catching the Stem in the slot of the Handle.

13



Then firmly push the Handle down to snap onto the post of the Connector.

14



**Note:** Make sure all parts are assembled correctly and snugly fit. The pump must be air tight to function properly.

## EXPRESSING BREASTMILK

Our pump is a very different design and does not work like traditional suck-and-release breast pumps.

### BabyFace™ Flexible Breastcup

We designed this pump with a unique breastcup that is very soft and flexible. It will conform to and move with your breast as you express. Our moms have told us that the flexible breastcup makes for a more comfortable pumping session. There is no friction or tugging, which can cause trauma to your breast, especially over time.



### Continuous Comfort™ Valves

Our pump was also designed with two small valves that constantly regulate the pressure of the pump so the suction levels are similar to that of baby at the breast. This means you don't have to worry about high suction and painful pumping.

Once your pump is cleaned and assembled, you are ready to begin pumping.



- 1 Make sure your hands and breasts are clean.

2



Position the Breastcup, nipple centered, to your breast just firm enough to ensure a complete seal with no air leaks.

3



Begin pumping by squeezing the Handle.

**Note:** You may hear an airy noise as you pump the Handle. This comes from the Continuous Comfort Valves and is completely normal.

Moms often achieve Let-Down with short, quick squeezes as these are similar to the fast, non-nutritive sucking motion of baby during the first phase of breastfeeding. This should initiate milk flow which is known as Let-Down.

### **Let-Down is the biological trigger to release breastmilk and it's the first step for a successful pumping session.**

Once you have Let-Down, continue to pump at a rate that is comfortable for you. Longer, slower squeezes often yield the most milk flow as these are similar to the actual nursing phase of breastfeeding.

Breastmilk should begin to flow and collect in the bottle. Even if you do not experience milk flow immediately, continue pumping for a few minutes. Your first few times expressing may not yield any milk. This is normal. Never exceed 5 minutes of pumping without milk flow.

Always clean or sterilize your pump after every pumping session.

**Warning:** Pumping should not cause pain or discomfort. If you experience discomfort during pumping, contact a Lactation Consultant or your healthcare provider.

4



5



Press side of breast to break suction.

## STORING & HANDLING BREASTMILK

After expressing your breastmilk, it is important to store and handle it properly.

- ⦿ Make sure your hands and storage containers are clean to avoid contamination of your expressed breastmilk.
- ⦿ Use Breastmilk Collection Bottles or Breastmilk Storage Bags to store your breastmilk. These can be used in the refrigerator or freezer.
- ⦿ Be sure your storage bottle or bag is sealed tightly to ensure freshness of the breastmilk.
- ⦿ Date code your bottles or bags if you do not intend to use your collected breastmilk immediately.
- ⦿ For extended storage, freeze your breastmilk.

**Warning:** Do not add fresh breastmilk to already frozen breastmilk in a storage container. Do not save breastmilk from a used bottle for another feeding.

## THAWING & PREPARING BREASTMILK

After storing your breastmilk, follow these steps to prepare it for baby:

**Warning:** Do not microwave breastmilk. Do not microwave Collection Bottles or Storage Bags containing breastmilk. Microwave ovens can create uneven heating which could scald baby and deteriorate the nutrients of breastmilk.

- ⦿ To thaw breastmilk, place the sealed Collection Bottle or Storage Bag in refrigerator or run under cool tap water.
- ⦿ To warm breastmilk, place the sealed Collection Bottle or Storage Bag in warm tap water.
- ⦿ Always check breastmilk temperature before feeding baby.
- ⦿ Use thawed breastmilk immediately or refrigerate up to 24 hours.

**Note:** Do not thaw breastmilk in very hot or boiling water. Once thawed, do not refreeze or refrigerate breastmilk again. Do not allow thawed breastmilk to sit at room temperature.

## Storage Duration of Fresh Breastmilk (For Use with Healthy Full Term Infants)

LOCATION	TEMPERATURE	DURATION
Countertop, table	Room temperature (up to 77°F or 25°C) <i>Containers should be covered and kept as cool as possible; covering the container with a cool towel may keep milk cooler.</i>	<b>6-8 hours</b>
Insulated cooler bag	5-39°F or -15-4°C <i>Keep ice packs in contact with milk containers at all times, limit opening cooler bag.</i>	<b>24 hours</b>
Refrigerator	39°F or 4°C <i>Store milk in the back of the main body of the refrigerator.</i>	<b>5 days</b>
Freezer compartment of a refrigerator	5°F or -15°C	<b>2 weeks</b>
Freezer compartment of refrigerator with separate doors	0°F or -18°C	<b>3-6 months</b>
Chest or upright deep freezer	-4°F or -20°C <i>Store milk toward the back of the freezer, where temperature is most constant. Milk stored for longer durations in the ranges listed is safe, but some of the lipids in the milk undergo degradation resulting in lower quality.</i>	<b>6-12 months</b>

Reference: Academy of Breastfeeding Medicine. (2004) Clinical Protocol Number #8: Human Milk Storage Information for Home Use for Healthy Full Term Infants. Princeton Junction, New Jersey: Academy of Breastfeeding Medicine.

## TIPS

Breastfeeding and pumping are unique experiences for nursing moms. Please review the tips below before pumping.

- ⊙ Moms are more likely to successfully pump if they are relaxed and thinking about baby. Avoid pumping if you are rushed.
- ⊙ Efficient pumping usually takes patience and practice for moms. Moms that pump frequently become accustomed to it and are more likely to have faster Let-Down and more milk flow.
- ⊙ All moms are different. Some experience Let-Down quickly and some moms do not. Some express on their first try and some moms do not.
- ⊙ Do not be discouraged if you are unable to express milk on your first try. Simply take a break and try again later.
- ⊙ Do not be discouraged if you express only a small amount of breastmilk. This is common especially on the first few attempts.
- ⊙ Pumping consistently, in addition to breastfeeding, can help sustain your milk supply over time.
- ⊙ A warm compress or a warm bath/shower can help encourage milk flow.
- ⊙ Most important of all—pumping should be a comfortable experience. If you feel pain or discomfort during pumping, contact a Lactation Consultant or your healthcare provider.

## TROUBLESHOOTING

- ⦿ For your pump to work as designed, all parts must be properly assembled. Make sure all parts are snugly fit so you have an air tight pump.
- ⦿ When applying to your breast, make sure the Breastcup is centered around your nipple. Hold the pump firm enough to your breast for a complete seal all around, but not too firm as this could inhibit milk flow.
- ⦿ When the Handle is squeezed, make sure that you feel a light suction on your breast.
- ⦿ If you hear an airy noise as you pump the Handle, this comes from the Continuous Comfort Valves™ and is completely normal.
- ⦿ If you require personal assistance about your pump, or have lost or broken parts, please call our Simplisse Customer Service Department at 877-962-2525.





FOLLETO DE INSTRUCCIONES  
Extractor de leche materna  
manual Breastfeeding  
Companion  
*Instrucciones para la mamá*

## LA HISTORIA DE SIMPLISSE

Hoy en día, brindarle a su bebé recién nacido los beneficios de la nutritiva leche materna no tiene por qué ser una experiencia dolorosa. Después de años de investigación y observación del amamantamiento, un equipo de asesores líderes en lactancia se asoció con mamás para crear un sistema de extracción y recolección de leche materna que reproduce la comodidad y los beneficios del bebé que toma leche del pecho. El extractor de leche Simplisse Breastfeeding Companions ofrece una extraordinaria copa flexible para el pecho BabyFace,<sup>™</sup> que imita de manera realista los movimientos de la boca del bebé. Se ajusta al pecho de la mamá de la misma manera que lo hace el bebé, y alivia la incomodidad y la fricción que suele estar asociada con los extractores de leche tradicionales, que succionan y luego liberan la succión. Además, las válvulas Continuous Comfort<sup>™</sup> imitan la presión que hace el bebé al alimentarse, sin los dolorosos tirones o pellizcos al pezón de la mamá. Y cuando la mamá está cómoda y feliz, la calidad de la leche materna es la mejor. Máxima comodidad para la mamá y un flujo de leche óptimo para el bebé – estos son los novedosos beneficios que ofrece Simplisse Breastfeeding Companion.

**Simplisse: Naturally Better. By Design.<sup>™</sup>**



### TABLA DE CONTENIDO:

Diagrama de las piezas	15
Desarmado	16-17
Limpieza	17
Armado	18-20
Extracción de la leche materna	20-21
Almacenamiento de la leche materna	22
Preparación de la leche materna	22
Consejos	23
Guía para solucionar problemas	24

## DIAGRAMA DE LAS PIEZAS

- A. Base
- B. Biberón para recolectar la leche
- C. Válvula
- D. Conector
- E. Copa para el pecho
- F. Pie
- G. Pieza grande para insertar
- H. Pieza pequeña para insertar
- I. Tapa
- J. Manivela



## DESARMADO

Siga estos pasos para desarmar su extractor de leche para limpiarlo:

1



Primero afloje y retire el biberón para recolectar leche del conector.

2



Luego quite la válvula blanca de la parte inferior del conector.

3



Para quitar la copa para el pecho, jale suavemente de las lengüetas en el perímetro para separarla del conector.

4



Para retirar la manivela, primero presione con el dedo el pie para aflojarlo de la ranura que se encuentra en la manivela.

5



Luego gire suavemente la manivela para separarla de la traba en el conector.

6



Para quitar la tapa, solo levante la lengüeta de la tapa en la parte trasera del extractor de leche. Eso la separará del conector.

7



Con la tapa en la mano, retire el pie jalándolo hacia abajo.

8



Jale la pieza grande para insertar para retirarla de la tapa.

9



Por último, jale la pieza pequeña para insertar para retirarla de la tapa.



**Nota:** Este extractor de leche tiene dos válvulas pequeñas en el conector. No retire esas válvulas. Se trata de la válvulas Continuous Comfort™ que regulan la presión del extractor de leche para que la succión no sea excesiva. Esas son partes fijas.

## LIMPIEZA

Antes de usar el extractor de leche por primera vez y después de cada uso, es importante lavarlo o esterilizarlo:

Asegúrese de que todas las piezas del extractor de leche se hayan desarmado para el lavado o esterilización.

Todas las piezas del extractor de leche pueden lavarse a mano, esterilizarse con vapor, esterilizarse en agua hirviendo o lavarlas en el lavaplatos.

**Nota:** La válvula blanca y la copa para el pecho son delicadas. Por favor tenga mucho cuidado al limpiarlas. Se recomienda que lave estas piezas a mano. No use cepillos ásperos para limpiar estas piezas.

**PARA LAVAR A MANO:** Lave todas las partes en agua tibia con jabón, enjuague bien y deje secar al aire.

**PARA ESTERILIZAR CON VAPOR:** Use un esterilizador de vapor para microondas o bolsas esterilizadoras con vapor. Asegúrese de seguir las instrucciones que acompañan a su esterilizador o bolsas de vapor.

**PARA ESTERILIZAR CON AGUA HIRVIENDO:** Hierva todas las piezas durante 5 minutos, retire del agua con cuidado y deje secar al aire.

**EN EL LAVAPLATOS:** Es seguro lavar todas las piezas del extractor de leche en la rejilla superior del lavaplatos. Deje secar completamente al aire las piezas y deje que se enfríen.

## ARMADO

Después de limpiar el extractor de leche, siga estos pasos para armarlo. Antes de armar, asegúrese de que todas las piezas estén completamente secas después de lavarlas.

1



Comience colocando la válvula blanca en el fondo del conector con el lugar de la cuña hacia abajo.

2



Luego asegure el biberón para recolectar leche al conector. Al ajustar firmemente el biberón se sellará la válvula. No lo apriete demasiado.

3



Instale la copa para el pecho presionando los bordes para asegurarlo al conector. Asegúrese de que la copa para el pecho esté sellada alrededor de todo el borde.

4



Para preparar la tapa, primero tome la pieza pequeña para insertar y presiónela para colocarla en el anillo pequeño en la parte inferior de la tapa.

5



Tome el pie e insértelo a través de la pieza grande para insertar hasta que toque la parte inferior.

6



La parte plana y circular del pie debe estar al mismo nivel que la pieza grande para insertar.

7



Para completar la tapa, tome la parte armada con el pie y la pieza grande para insertar y presione la parte superior del pie a través de la pieza pequeña para insertar y a través de la parte superior de la tapa.

8



Asegúrese de que la pieza grande para insertar esté sujeta al anillo grande en la parte inferior de la tapa. Al alinear la pieza grande para insertar con las dos trabas pequeñas quedará bien colocada.

9



Tome el pie y jálelo suavemente hasta que la pieza pequeña para insertar se ajuste haciendo un chasquido en la parte media del pie.

10



Instale la parte armada de la tapa a la parte armada del conector haciendo girar el seguro delantero hacia el conector.

11



Luego presione hacia abajo en la parte trasera para que calce la lengüeta en el conector.

12



Instale la manivela ajustando el pie en la ranura ubicada en la manivela.

13



Luego presione firmemente la manivela hacia abajo para ajustar la lengüeta en el conector.

14



**Nota:** Asegúrese de que todas las piezas estén armadas correctamente y que queden bien ajustadas. El extractor de leche debe cerrar herméticamente para que funcione bien.

## EXTRACCIÓN DE LA LECHE MATERNA

Nuestro extractor de leche es un diseño muy diferente y no funciona como los extractores de leche tradicionales con un mecanismo que succiona y luego libera la succión.

### Copa flexible para el pecho BabyFace™

Hemos diseñado este extractor de leche con una original copa para el pecho que es muy suave y flexible. Se adaptará y moverá con su pecho mientras extrae la leche. Las mamás que lo han usado nos aseguran que la copa flexible hace que la sesión de extracción de leche sea más cómoda. No hay fricción ni tirones, que puedan dañar su pecho, especialmente con el transcurso del tiempo.



### Válvulas Continuous Comfort™

Además, nuestro extractor de leche fue diseñado con dos válvulas pequeñas que regulan constantemente la presión para que los niveles de succión sean similares a los del bebé. Eso significa que usted no debe preocuparse por una succión demasiado fuerte ni por el dolor al extraer leche.



Una vez que el extractor de leche está limpio y armado, usted está lista para comenzar a extraer leche.

**1** Asegúrese de que sus manos y pecho estén limpios.

2



Coloque la copa para el pecho, centrada sobre el pezón, contra su pecho de manera que ajuste como para que quede totalmente sellado, sin entradas de aire.

3



Comience a extraer presionando la manivela.

**Nota:** Es posible que oiga un ruido de aire al mover la manivela. Viene de las válvulas Continuous Comfort y es completamente normal.

Las mamás suelen lograr que la leche baje moviendo la manivela con golpes rápidos y cortos, similares a los apretones rápidos del bebé y que no sacan leche en la primera fase del amamantamiento. Eso debería iniciar el flujo que se conoce como el acto de bajar la leche.

**Cuando la leche baja es el desencadenante biológico para liberar la leche materna y es el primer paso para una sesión de extracción exitosa.**

Una vez que la leche bajó, continúe extrayendo al ritmo que le resulte cómodo. Presionar la manivela con movimientos más largos y lentos suele tener como resultado el mayor flujo de leche, ya que se parece a la fase real de alimentación durante el amamantamiento.

La leche materna deberá comenzar a fluir y a recolectarse en el biberón. Incluso si no hay un flujo de leche de inmediato, continúe haciendo funcionar el extractor de leche durante algunos minutos. Es posible que en los primeros intentos para extraer leche no obtenga ningún resultado. Es algo normal. Nunca extraiga durante más de 5 minutos si no hay flujo de leche.

Siempre limpie o esterilice el extractor de leche después de cada sesión de extracción.

**Advertencia:** La extracción de leche no debería provocar dolor ni molestias. Si sufre molestias durante la extracción, comuníquese con una asesora de lactancia o con su proveedor de cuidados de la salud.

4



5



Presione uno de los lados del pecho para interrumpir la succión.

## ALMACENAMIENTO Y MANEJO DE LA LECHE MATERNA

Después de extraer la leche materna, es importante almacenarla y manejarla de manera adecuada.

- ⊙ Asegúrese de que sus manos y los recipientes para almacenar la leche estén limpios para evitar la contaminación de la leche materna.
- ⊙ Use biberones para recoger leche materna o bolsas para almacenar leche materna para guardarla. Los biberones y las bolsas se pueden usar en el refrigerador o en el congelador.
- ⊙ Asegúrese de que el biberón o la bolsa para guardar estén bien cerrados para garantizar la frescura de la leche materna.
- ⊙ Escriba la fecha en los biberones o bolsas si no tiene intención de usar la leche materna de inmediato.
- ⊙ Para almacenar la leche materna durante períodos prolongados, congélela.

**Advertencia:** No agregue leche materna fresca a leche materna ya congelada en un recipiente para almacenar. No guarde leche materna que haya sobrado de un biberón para usar en otra oportunidad.

## DESCONGELAMIENTO Y PREPARACIÓN DE LECHE MATERNA

Después de almacenar la leche materna, siga estos pasos para prepararla y dársela al bebé:

**Advertencia:** No caliente la leche materna en el microondas. No caliente en el microondas biberones para recolectar leche materna ni bolsas para almacenar que contengan leche materna. Los hornos de microondas pueden producir un calentamiento desigual que podría quemar al bebé y deteriorar los nutrientes de la leche materna.

- ⊙ Para descongelar la leche materna, coloque el biberón para recolectar leche materna o la bolsa para almacenar en el refrigerador o colóquela bajo el chorro de agua tibia.
- ⊙ Para entibiar la leche materna, coloque el biberón para recolectar leche materna o la bolsa para almacenar en agua del grifo tibia.
- ⊙ Siempre compruebe la temperatura de la leche materna antes de alimentar al bebé.
- ⊙ Use la leche materna descongelada de inmediato o guárdela en el refrigerador por un máximo de 24 horas.

**Nota:** No descongele leche materna en agua muy caliente o hirviendo. Después de descongelar, no vuelva a congelar ni a refrigerar nuevamente la leche materna. No descongele la leche materna a temperatura ambiente.

## Período de almacenamiento para la leche materna fresca

(para usar con bebés sanos de término completo)

LUGAR	TEMPERATURA	DURACIÓN
Superficie de cocina, mesa	Temperatura ambiente (hasta 77° F o 25° C) <i>Los recipientes deben estar tapados y deben mantenerse lo más frescos posible. Si se cubre el recipiente con una toalla fría es posible mantener la leche más fresca.</i>	<b>6-8 horas</b>
Bolsa enfriadora con aislante	5-39° F o -15-4° C <i>Mantenga las bolsas de hielo en contacto con los recipientes de la leche en todo momento y evite abrir con frecuencia la bolsa enfriadora.</i>	<b>24 horas</b>
Refrigerador	39° F o 4° C <i>Guarde la leche en el fondo del refrigerador.</i>	<b>5 días</b>
En el congelador del refrigerador	5° F o -15° C	<b>2 semanas</b>
En el congelador del refrigerador con puertas independientes	0° F o -18° C	<b>3-6 meses</b>
Congelador horizontal o vertical	-4° F o -20° C <i>Guarde la leche en el fondo del congelador, donde la temperatura es más constante. La leche que se guarda durante los más largos periodos en los rangos de temperaturas mencionados es segura, pero algunos de los lípidos en la leche pueden sufrir degradación, lo que tiene como consecuencia una menor calidad.</i>	<b>6-12 meses</b>

Fuente: Academia de Medicina del Amamantamiento. (2004) Número de Protocolo Clínico 8: Información de almacenamiento de leche humana para uso en el hogar para bebés sanos de término completo. Princeton Junction, New Jersey: Academia de Medicina del Amamantamiento.

## CONSEJOS

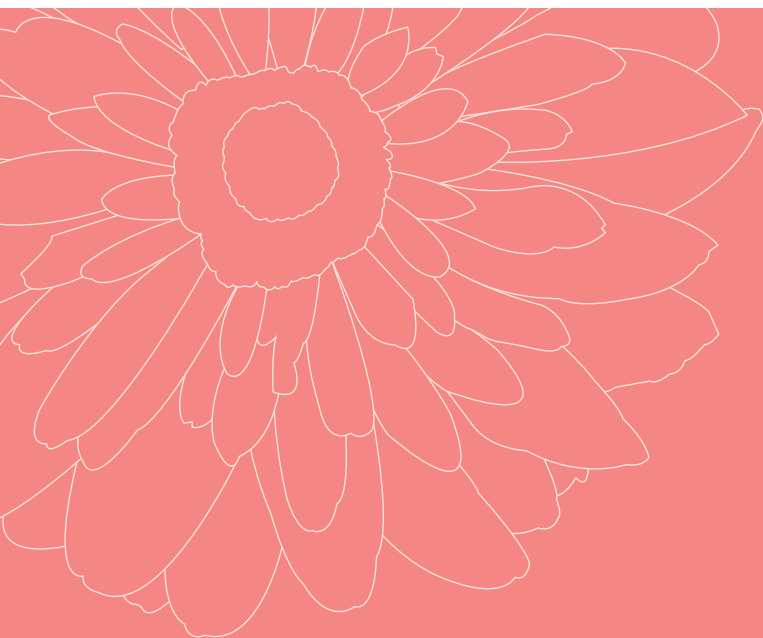
Amamantar y extraer leche son experiencias únicas para las mamás que dan pecho a su bebé. Por favor repase los consejos a continuación antes de usar el extractor de leche.

- ⦿ Las mamás tienen más posibilidades de usar el extractor de leche con éxito si están relajadas y piensan en su bebé. Evite usar el extractor de leche si tiene prisa.
- ⦿ Usar el extractor de leche de manera eficiente generalmente requiere paciencia y práctica por parte de las mamás. Las mamás que usan el extractor de leche con frecuencia se acostumbran y es más probable que la leche baje más rápido y tengan un mayor flujo.
- ⦿ Todas las mamás son diferentes. En algunas la leche baja rápidamente y en otras no. Algunas logran extraer leche la primera vez que lo intentan y otras no.
- ⦿ No se desanime si no puede extraer leche en su primer intento. Simplemente tome un descanso y vuelva a intentarlo más tarde.
- ⦿ No se desanime si solo logra extraer una pequeña cantidad de leche materna. Es algo común, especialmente en los primeros intentos.
- ⦿ Extraer leche de manera sistemática, además de amamantar, puede ayudar a mantener su producción de leche a lo largo del tiempo.

- ⦿ Una compresa tibia o darse un baño con agua tibia pueden ayudar a estimular el flujo de leche.
- ⦿ Lo más importante de todo: la extracción de la leche debe ser una experiencia confortable. Si siente dolor o incomodidad durante la extracción, consulte a una asesora de la lactancia o a su proveedor de cuidados de la salud.

## GUÍA PARA SOLUCIONAR PROBLEMAS

- ⦿ Para que su extractor de leche funcione según fue diseñado, todas las piezas deben armarse de manera adecuada. Asegúrese de que todas las piezas se ajusten bien para que cierre herméticamente.
- ⦿ Cuando se lo coloque sobre el pecho, asegúrese de que la copa quede centrada alrededor del pezón. Sostenga el extractor de leche suficientemente firme contra su pecho como para que quede sellado alrededor de todo el borde, pero no tan fuerte como para inhibir el flujo de leche.
- ⦿ Al mover la manivela, asegúrese de sentir una ligera succión en el pecho.
- ⦿ Si oye un tenue sonido de aire al presionar la manivela, se debe a la válvula Continuous Comfort™ y es completamente normal.
- ⦿ Si necesita ayuda personal para el uso del extractor de leche o si perdió o se averió alguna pieza, por favor llame al Departamento de Atención al Cliente de Simplisse al 877-962-2525.





MODE D'EMPLOI  
Compagnon d'allaitement  
manuel  
*Instructions pour la maman*

## L'HISTOIRE DE SIMPLISSE

Vous n'avez maintenant plus à souffrir pour offrir à votre nouveau-né les bienfaits nutritionnels du lait maternel. Après des années de recherche et d'observation en allaitement, une équipe de consultants en lactation de premier plan s'est associée à des mères pour concevoir un tire-lait qui imite le confort et les bienfaits de l'allaitement. Le Compagnon d'allaitement Simplisse est pourvu d'un bonnet souple BabyFace™ unique qui imite parfaitement les mouvements de la bouche du bébé. Il se moule au sein de la mère tout comme le bébé, ce qui élimine l'inconfort et la friction souvent associés aux tire-lait classiques à succion et à relâchement. De plus, les soupapes Continuous Comfort™ imitent la pression d'allaitement du bébé sans produire de traction ni de pincement douloureux sur le mamelon. Et lorsque la maman est confortable et heureuse, son lait est de meilleure qualité. Un confort ultime pour la maman, et un débit de lait optimal pour le bébé - ce sont là les bienfaits novateurs du Compagnon d'allaitement Simplisse.

**Simplisse: Naturally Better. By Design.™**



### TABLE DES MATIÈRES :

Diagramme des pièces	27
Démontage	28-29
Nettoyage	29
Assemblage	30-32
Extraction du lait maternel	32-33
Entreposage du lait maternel	34
Préparation du lait maternel	34
Conseils	35
Guide de dépannage	36

## DIAGRAMME DES PIÈCES

- A. Support
- B. Bouteille de collecte
- C. Soupape
- D. Connecteur
- E. Bonnet
- F. Tige
- G. Grand gobelet
- H. Petit gobelet
- I. Capuchon
- J. Poignée



## DÉMONTAGE

Démontez le tire-lait de la manière suivante :

1



Desserrez et enlevez la bouteille de collecte du connecteur.

2



Retirez ensuite la soupape blanche du dessous du connecteur.

3



Pour retirer le bonnet, tirez délicatement sur les languettes de son périmètre pour le détacher du connecteur.

4



Pour enlever la poignée, enfoncez tout d'abord la tige avec le doigt pour la desserrer de la fente de la poignée.

5



Tordez délicatement la poignée pour la séparer de la tige du connecteur.

6



Pour retirer le capuchon, tirez simplement sur la languette du capuchon sur l'arrière du tire-lait pour le séparer du connecteur.

7



Une fois le capuchon dans votre main, tirez la tige vers le bas pour la détacher.

8



Détachez le grand gobelet du capuchon.

9



Détachez finalement le petit gobelet du capuchon.



#### Remarque :

Ce tire-lait est pourvu de deux petites soupapes logées dans le connecteur. Ne démontez pas ces soupapes, car

elles font partie du système Continuous Comfort™ et elles règlent la pression du tire-lait pour éviter toute succion excessive. Ces pièces sont permanentes.

## NETTOYAGE

Avant la première utilisation et après toutes les utilisations subséquentes, il est important de laver ou de stériliser le tire-lait.

Assurez-vous que toutes les pièces du tire-lait ont été démontées pour le nettoyage ou la stérilisation.

Toutes les pièces du tire-lait peuvent être lavées à la main, stérilisées à la vapeur ou par ébullition ou encore lavées au lave-vaisselle.

**Remarque :** La soupape blanche et le bonnet sont des pièces délicates. Prenez des précautions particulières en les nettoyant. Il est recommandé de laver ces pièces à la main. N'utilisez jamais une brosse dure pour laver ces pièces.

**POUR LAYER À LA MAIN :** Lavez toutes les pièces dans de l'eau tiède savonneuse, rincez-les à fond et laissez-les sécher à l'air.

**POUR STÉRILISER À LA VAPEUR :** Utilisez un stérilisateur à vapeur ou des sacs de stérilisation à la vapeur pour le four à micro-ondes. Assurez-vous de suivre les instructions qui accompagnent le stérilisateur ou les sacs à vapeur.

**POUR STÉRILISER PAR ÉBULLITION :** Faites bouillir toutes les pièces pendant 5 minutes, puis retirez-les délicatement et laissez-les sécher à l'air.

**AU LAVE-VAISSELLE :** Toutes les pièces du tire-lait vont au lave-vaisselle. Laissez les pièces sécher complètement à l'air et laissez-les refroidir.

## ASSEMBLAGE

Après le nettoyage, procédez comme suit pour remonter le tire-lait. Assurez-vous que toutes les pièces sont complètement sèches et propres avant d'assembler le tire-lait.

1



Commencez en plaçant la soupape blanche dans le bas du connecteur, côté biseauté vers le bas.

2



Fixez ensuite la bouteille de collecte sur le connecteur. Il faut bien serrer la bouteille de collecte pour sceller la soupape, mais ne la serrez pas excessivement.

3



Fixez le bonnet en appuyant sur ses bords pour vous assurer qu'il se fixe au connecteur. Assurez-vous que le bonnet est scellé sur tout son pourtour.

4



Pour préparer le capuchon, insérez tout d'abord le petit gobelet et enfoncez-le dans le petit anneau sous le capuchon.

5



Insérez la tige dans le grand gobelet jusqu'à ce qu'elle se trouve bien au fond.

6



La partie plate et ronde de la tige doit être au même niveau que le fond du grand gobelet.

7



Pour terminer l'assemblage du capuchon, saisissez l'ensemble de la tige et du grand gobelet et enfoncez la tête de la tige à travers le petit gobelet et à travers le haut du capuchon.

8



Assurez-vous que le grand gobelet est fixé au grand anneau sous le capuchon. Alignez le grand gobelet par-dessus les deux petites pointes afin de l'orienter correctement.

9



Saisissez la tige et soulevez-la délicatement jusqu'à ce que le petit gobelet se fixe au milieu de la tige.

10



Installez l'ensemble du capuchon sur l'ensemble du connecteur en pivotant le loquet avant sur le connecteur.

11



Abaissez ensuite la partie arrière pour fixer la languette sur le connecteur.

12



Installez la poignée en coinçant la tige dans la fente de la poignée.

13



Abaissez ensuite fermement la poignée pour la fixer à la pointe sur le connecteur.

14



**Remarque :** Assurez-vous que toutes les pièces sont assemblées correctement et bien serrées. Le tire-lait doit être étanche pour fonctionner correctement.

## EXTRACTION DU LAIT MATERNEL

Notre tire-lait est conçu différemment et fonctionne différemment des tire-lait à succion et relâchement traditionnels.

### Bonnet souple BabyFace™

Nous avons conçu ce tire-lait avec un bonnet unique qui est très doux et souple. Il se moule au sein et suit son mouvement pendant l'extraction. Les mères nous disent que le bonnet souple rend l'extraction plus confortable. Il n'y a aucune friction ni traction qui puisse blesser le sein à court ou à long terme.



### Soupapes Continuous Comfort™

Notre tire-lait est également conçu avec deux petites soupapes qui règlent constamment la pression afin que la succion soit semblable à celle qu'exerce le bébé sur le sein. Cela signifie que vous n'avez pas à craindre une succion excessive ni une extraction douloureuse.

Une fois le tire-lait propre et assemblé, vous êtes prête à commencer l'extraction.



**1** Assurez-vous que vos mains et vos seins sont propres.

2



Positionnez le bonnet sur le sein, en le centrant sur le mamelon, juste assez fermement pour qu'il se scelle complètement et qu'il n'y ait aucune fuite d'air.

3



Commencez l'extraction en serrant la poignée.

**Remarque :** Vous pourriez entendre un petit bruit en serrant la poignée. Ce bruit provient des soupapes Continuous Comfort et il est tout à fait normal.

Les mamans obtiennent souvent une montée de lait avec des serrements courts et rapides, car ceux-ci ressemblent au mouvement de succion rapide qui démarre l'allaitement du bébé. Ces petits mouvements rapides devraient déclencher la production de lait appelée montée de lait.

**La montée de lait est un déclenchement biologique qui démarre la production de lait et elle constitue la première étape d'une séance d'extraction réussie.**

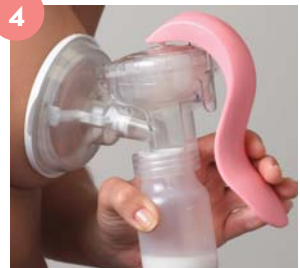
Une fois la montée de lait obtenue, continuez de pomper à un rythme confortable. Les serrements plus longs et plus lents produisent généralement le meilleur débit de lait, car ils imitent les phases naturelles de l'allaitement.

Le lait devrait commencer à s'écouler et à s'accumuler dans la bouteille. Même si le lait ne commence pas à s'écouler immédiatement, continuez à pomper pendant quelques minutes. Vos premiers essais pourraient ne produire aucun lait. Ceci est normal. Si le lait ne s'écoule pas, ne dépassez pas 5 minutes d'essai.

Nettoyez ou stérilisez le tire-lait après chaque séance d'extraction.

**Avertissement :** L'extraction ne devrait pas causer de douleur ni d'inconfort. Si vous ressentez de l'inconfort pendant l'extraction, contactez une consultante en lactation ou un professionnel de la santé.

4



5



Appuyez sur le côté du sein pour relâcher la succion.

## ENTREPOSAGE ET MANIPULATION DU LAIT MATERNEL

Il est important d'entreposer et de manipuler correctement le lait maternel après l'extraction.

- ⊙ Assurez-vous que vos mains et que les contenants d'entreposage sont propres pour éviter de contaminer le lait.
- ⊙ Utilisez les bouteilles de collecte de lait maternel ou les sacs d'entreposage de lait maternel pour entreposer ce dernier. Ces contenants peuvent être placés au réfrigérateur ou au congélateur.
- ⊙ Assurez-vous que les bouteilles ou les sacs sont scellés étanchement pour préserver la fraîcheur du lait.
- ⊙ Inscrivez la date sur les bouteilles ou les sacs si vous ne prévoyez pas utiliser le lait immédiatement.
- ⊙ Pour un entreposage prolongé, congelez le lait maternel.

**Avertissement :** N'ajoutez pas de lait maternel frais dans un contenant de lait maternel déjà congelé. Ne gardez pas le lait maternel déjà offert pour la prochaine tétée.

## DÉCONGÉLATION ET PRÉPARATION DU LAIT MATERNEL

Après avoir entreposé le lait maternel, procédez comme suit pour préparer le lait pour le bébé :

**Avertissement :** Ne mettez pas le lait maternel au four à micro-ondes. Ne mettez pas les bouteilles de collecte ni les sacs d'entreposage contenant du lait maternel dans un four à micro-ondes. Ce type de four produit un chauffage inégal qui peut causer des brûlures au bébé et détruire les éléments nutritifs du lait maternel.

- ⊙ Pour décongeler le lait maternel, placez la bouteille de collecte ou le sac d'entreposage scellé au réfrigérateur ou placez-le sous l'eau froide courante du robinet.
- ⊙ Pour réchauffer le lait maternel, placez la bouteille de collecte ou le sac d'entreposage scellé dans de l'eau tiède du robinet.
- ⊙ Vérifiez toujours la température du lait maternel avant de nourrir le bébé.
- ⊙ Utilisez immédiatement le lait maternel décongelé ou réfrigérez-le jusqu'à 24 heures.

**Remarque :** Ne décongelez pas le lait maternel dans de l'eau très chaude ou bouillante. Une fois décongelé, ne remettez pas le lait maternel au congélateur ni au réfrigérateur. Ne laissez pas le lait maternel décongelé reposer à la température de la pièce.

## Durée d'entreposage du lait maternel frais (pour l'alimentation des bébés à terme en santé)

EMPLACEMENT	TEMPÉRATURE	DURÉE
Comptoir, table	Température de la pièce (jusqu'à 25 °C ou 77 °F) <i>Les contenants doivent être couverts et conservés le plus frais possible; couvrir les contenants d'une serviette fraîche pour garder le lait plus froid.</i>	<b>de 6 à 8 heures</b>
Sacs de réfrigération isolés	de -15 à 4 °C ou 5 à 39 °F <i>Gardez les blocs réfrigérants en contact avec les contenants de lait en tout temps et évitez d'ouvrir le sac de réfrigération.</i>	<b>24 heures</b>
Réfrigérateur	4 °C ou 39 °F <i>Rangez le lait vers l'arrière du compartiment principal du réfrigérateur.</i>	<b>5 jours</b>
Compartiment congelé à l'intérieur d'un réfrigérateur	-15 °C ou 5 °F	<b>2 semaines</b>
Compartiment congelé d'un réfrigérateur avec portes séparées	-18 °C ou 0 °F	<b>de 3 à 6 mois</b>
Congélateur horizontal ou vertical à basse température	-20 °C ou -4 °F <i>Rangez le lait vers l'arrière du congélateur, là où la température est la plus constante. L'entreposage du lait pendant des périodes approchant les limites supérieures mentionnées est sécuritaire, mais certains des lipides contenus dans le lait vont se dégrader, ce qui réduira la qualité du lait.</i>	<b>de 6 à 12 mois</b>

Référence : Academy of Breastfeeding Medicine. (2004) Protocole clinique numéro 8 : Human Milk Storage Information for Home Use for Healthy Full Term Infants. Princeton Junction, New Jersey: Academy of Breastfeeding Medicine.

## CONSEILS

L'allaitement et l'extraction du lait sont des expériences uniques pour les mères qui allaitent. Veuillez lire les conseils qui suivent avant l'extraction.

- ⊙ Les mères ont de meilleures chances de réussir l'extraction lorsqu'elles sont détendues et qu'elles pensent à leur bébé. N'essayez pas d'extraire votre lait lorsque le temps vous presse.
- ⊙ L'extraction efficace requiert de la patience et de la pratique. Les mères qui extraient fréquemment leur lait en prennent l'habitude et elles ont de meilleures chances d'obtenir une montée de lait rapide et un meilleur débit.
- ⊙ Toutes les mères sont différentes. Certaines obtiennent des montées de lait rapides tandis que d'autres requièrent plus de temps. Certaines réussissent l'extraction au premier essai et d'autres pas.
- ⊙ Ne vous découragez pas si vous n'arrivez pas à extraire votre lait au premier essai. Prenez une pause et essayez de nouveau un peu plus tard.
- ⊙ Ne vous découragez pas si vous obtenez seulement une petite quantité de lait maternel. Cela est normal, surtout lors des premiers essais.
- ⊙ Une extraction régulière de lait en complément à l'allaitement peut aider à maintenir votre production de lait à long terme.
- ⊙ Une compresse chaude ou encore un bain ou une douche chaude peut aider à stimuler la montée de lait.
- ⊙ Et plus important encore – l'extraction de lait doit être une expérience confortable. Si vous ressentez de la douleur ou de l'inconfort pendant l'extraction, contactez une consultante en lactation ou un professionnel de la santé.

## GUIDE DE DÉPANNAGE

- ⊙ Pour que votre tire-lait fonctionne comme prévu, toutes ses pièces doivent être assemblées correctement. Assurez-vous que toutes les pièces sont bien serrées afin que le tire-lait soit hermétique.
- ⊙ Lorsque vous placez le tire-lait sur le sein, assurez-vous que le bonnet est bien centré sur le mamelon. Tenez le tire-lait assez fermement sur le sein pour qu'il se scelle bien sur tout son pourtour, mais ne pressez pas trop fermement, car cela pourrait entraver l'écoulement du lait.
- ⊙ Lorsque la poignée est serrée, assurez-vous de ressentir une légère succion sur le sein.
- ⊙ Si vous entendez un léger sifflement en serrant le tire-lait, ce bruit provient de la soupape Continuous Comfort™ et il est tout à fait normal.
- ⊙ Si vous avez besoin d'aide relativement au tire-lait ou que vous avez brisé ou perdu des pièces, contactez le service à la clientèle de Simplisse au 877-962-2525.

### **Simplisse, Incorporated**

St. Louis, Missouri USA

*This is a single user product that should not be shared between moms.*

*This is a personal care product and therefore cannot be returned once opened.*

*If you require personal assistance with your pump or have lost or broken parts, please contact our Customer Service Department.*

### **Customer Service Department**

Toll Free: 877-962-2525

M-F 8:00 am - 4:30 pm

Central Time

email: support@simplisse.com

**www.simplisse.com**

© 2009 Simplisse, Inc.

Printed in the USA

### **Simplisse, Incorporated**

St. Louis, Missouri USA

*Este es un artículo para ser usado por un único usuario y no debe ser compartido entre mamás.*

*Es un producto de cuidado personal y por lo tanto no puede ser devuelto después de abrirlo. Si necesita ayuda personal para el uso del extractor de leche o si perdió o se averió alguna pieza, por favor llame al Departamento de Atención al Cliente.*

### **Departamento de Atención al Cliente**

Llamada sin costo:

877-962-2525

Lunes a viernes 8 a.m. - 4:30

p.m. horario central

Correo electrónico:

support@simplisse.com

**simplisse.com**

© 2009 Simplisse, Inc.

Impreso en EE.UU.

### **Simplisse, Incorporated**

St. Louis, Missouri USA

*Ce produit est conçu pour un seul usager et il ne doit pas être partagé avec d'autres mères.*

*Ce produit est destiné à un usage personnel; il ne peut donc pas être retourné une fois ouvert. Si vous avez besoin d'aide relativement au tire-lait ou que vous avez brisé ou perdu des pièces, contactez notre service à la clientèle.*

### **Service à la clientèle**

Sans frais : 877-962-2525

L-V 8 h 00 à 16 h 30,

heure du Centre

Courriel :

support@simplisse.com

**simplisse.com**

© 2009 Simplisse, Inc.

Imprimé aux États-Unis