

*No. 1 choice
of hospitals
& mothers*

Calma™

NL Gebruiksaanwijzing



Hartelijk gefeliciteerd met uw beslissing om Calma aan te schaffen. Medela ontwikkelt nu al bijna 50 jaar innovatieve producten die de gezondheid van baby's bevorderen door de heilzame voordelen van moedermelk. Met Calma kunt u vertrouwen op een product dat ontwikkeld is op basis van goed gefundeerd onderzoek. Dit onderzoek heeft aangetoond dat uw baby met Calma hetzelfde voedingsgedrag kan aanhouden dat hij bij de borstvoeding vertoont. Uw baby heeft het liefst borstvoeding en die voeding komt hem ook ten goede. Als u echter niet bij uw baby kunt zijn, biedt Calma een uitstekend alternatief dat de band tussen u en uw baby, ontstaan door het geven van borstvoeding, niet of nauwelijks verstoort. Calma is ontwikkeld om moedermelk te voeden aan gezonde, voldragen baby's.

Inhoudsopgave

4

1. Beoogd gebruik	5
2. Betekenis van de symbolen	6
3. Belangrijke veiligheidsinformatie	8
4. Productomschrijving	10
4.1 Calma: een uniek product voor moeder en baby	10
4.2 Productonderdelen	11
4.3 Materiaal	11
5. Reiniging	12
5.1 Voorafgaand aan het eerste gebruik	12
5.2 Na elk gebruik	13
5.3 Eenmaal per dag	15
6. Voorbereidingen op het voeden	16
6.1 Uit te voeren stappen	16
6.2 Calma in elkaar zetten	17
7. Voeden	18
7.1 Juiste speenpositie	18
7.2 Voeden	19
8. Calma uit elkaar halen	20
9. Moedermelk bewaren en ontdooien	21
9.1 Bewaren	21
9.2 Invriezen	21
9.3 Ontdooien	21
10. Wist u dat? Veelgestelde vragen	22
11. Afvalverwijdering	24
12. Volledige verzorging tijdens de borstvoedingsperiode	25

1. Beoogd gebruik



Calma is bedoeld om moedermelk te voeden aan gezonde, voldragen baby's. Calma is niet bedoeld voor flesvoeding.

Met Calma kan uw baby het natuurlijke drinkgedrag aan de borst blijven toepassen. Als u een conventionele speen zou gebruiken, zou uw baby een nieuwe drinktechniek moeten aanleren. Om te voorkomen dat er verwarring ontstaat bij uw baby, adviseert Medela om vanaf de eerste keer dat u uw baby afgekolfde moedermelk voedt uitsluitend Calma te gebruiken.

Heeft uw baby al met een andere speen gedronken, houd er dan rekening mee dat Calma anders werkt. Met Calma wordt de melkstroom geregeld door de interactie tussen het zuigen van de baby en het melkstroomreguleringsysteem van Calma. Dit is anders dan bij andere, conventionele spenen - u moet dus misschien een beetje geduld hebben.

U kunt Calma gebruiken in combinatie met de moedermelkbewaarflesjes van Medela.

2. Betekenis van de symbolen

6

Het waarschuwingssymbool geeft belangrijke veiligheidsinstructies aan. Als deze aanwijzingen niet in acht worden genomen, kan dit letsel als gevolg hebben of Calma beschadigen.

Er zijn verschillende waarschuwingssymbolen. Elk symbool wordt gebruikt in combinatie met een specifieke melding. De combinaties van symbolen/meldingen staan voor:



Waarschuwing

Het niet in acht nemen van dit type aanwijzing kan (licht) letsel of besmetting/groei van bacteriën als gevolg hebben.



Opmerking

Het niet in acht nemen van dit type aanwijzing kan materiële schade als gevolg hebben.



Info

Nuttige of belangrijke informatie die niet aan veiligheid is gerelateerd.

Symbolen op de verpakking



Dit symbool geeft aan dat het materiaal deel uitmaakt van een terugwinning-/recyclingproces.



Dit symbool geeft een kartonnen verpakking aan.



Dit symbool geeft aan dat het apparaat niet in zonlicht geplaatst mag worden.



Dit symbool wijst erop dat het apparaat breekbaar is en zorgvuldig moet worden behandeld.



Dit symbool geeft de temperatuurbependingen aan bij gebruik, transport en opslag.



Dit symbool geeft de vochtigheidsbepending aan voor gebruik, transport en opslag.



Dit symbool geeft de luchtdrukbeperking aan voor bediening, transport en opslag.



Dit symbool geeft aan dat het apparaat droog gehouden moet worden.



Dit symbool geeft de unieke GSI-identificatie van handelseenheden (GTIN) aan.



Dit symbool geeft aan dat de gebruiksaanwijzing vóór gebruik geraadpleegd moet worden.



Dit symbool duidt de recyclingcode aan (in dit geval 01 voor PET-materiaal).



Dit symbool geeft aan dat het productmateriaal goedgekeurd is voor contact met voedingsmiddelen.

EN 14350

Deze code is een aanduiding voor de Europese norm voor gebruiksartikelen en verzorgingsproducten voor kinderen - drinkhulpmiddel.

Symbolen op het apparaat/in de gebruiksaanwijzing



Dit symbool geeft de fabrikant aan.

PP

Deze code geeft aan dat er polypropyleen in het product verwerkt is.

3. Belangrijke veiligheidsinformatie

8



Als de in dit hoofdstuk opgenomen veiligheidsinformatie niet wordt opgevolgd, kan dit gevaar opleveren.

Apparaat



Calma is niet hittebestendig: weghouden van radiatoren en open vuur.



Plaats Calma niet in direct zonlicht.



Vóór elk gebruik inspecteren: trek het transparante siliconen deel in alle richtingen om te controleren of het nog intact is. Gooi het onderdeel weg bij het eerste teken van beschadiging of verzwakking.



Om hygiënische redenen adviseren wij Calma na 3 maanden te vervangen.

Belangrijk:

I Ga voorzichtig om met flessen en onderdelen.

I Door invriezen worden de plastic flessen en de onderdelen broos en daardoor is er een verhoogde kans op breken als ze vallen.

I Ook kunnen flessen en onderdelen beschadigd raken bij verkeerde hantering, bv. als ze vallen, te vast worden dichtgedraaid of worden omgestoten.

I Gebruik de moedermelk niet als de flessen of onderdelen beschadigd zijn.

Gebruik



Gebruik Calma alleen voor het beoogde doel zoals beschreven in deze gebruiksaanwijzing.



Gebruik Calma niet tijdens het slapen of als u zeer slaperig bent.



Dit product is bestemd voor gebruik door één persoon. Gebruik door meerdere personen kan gezondheidsrisico's met zich meebrengen.



Houd alle ongebruikte onderdelen buiten het bereik van kinderen.

Voor de veiligheid en de gezondheid van uw kind

WAARSCHUWING!

- | Dit product altijd onder toezicht van een volwassene gebruiken.
- | Een voedingsspeen nooit gebruiken om een kind te kalmeren.
- | Continu en langdurig zuigen van vloeistoffen leidt tot tandbederf.
- | Alvorens te voeden altijd eerst de temperatuur van de voeding controleren (risico van verbranding).
- | De melk niet in een magnetron opwarmen omdat dit tot ongelijkmatige verwarming kan leiden, waardoor uw baby zich kan verbranden.

4. Productomschrijving

10

4.1 Calma: een uniek product voor moeder en baby

Calma ziet er niet alleen anders uit. Hij is ook anders. Anders dan bij conventionele spenen, kan uw baby met Calma het aan de borst geleerde zuiggedrag behouden.

Met Calma...

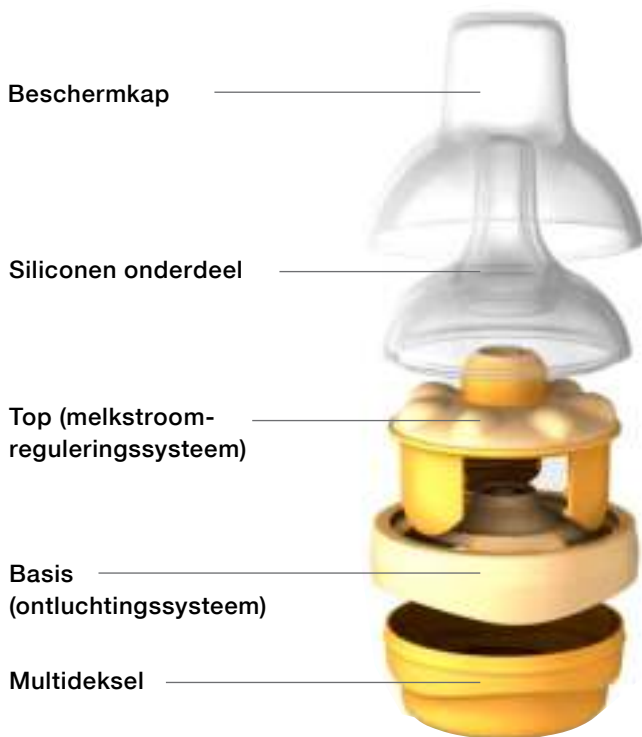
- ... kan uw baby gemakkelijk van de speen weer op de borst overschakelen.
De baby hoeft geen nieuwe drinktechniek aan te leren.
- ... kan uw baby in zijn eigen natuurlijke ritme drinken, ademen en pauzeren.
Uw baby blijft tijdens en na het voeden kalm en ontspannen.
- ... regelt uw baby het voedingsproces, niet u. Zo gaat het ook als uw baby aan uw borst drinkt.

Meer informatie over voeden vindt u in hoofdstuk 7.



4.2 Productonderdelen

Leverbare reserveonderdelen en accessoires zijn vermeld in hoofdstuk 12.



4.3 Materiaal

I Beschermkap/multideksel:

polypropyleen

I Siliconen onderdeel:

silicone

I Basis / top:

polypropyleen en thermoplastisch elastomeer

5. Reiniging

12



Waarschuwing

- I Maak de onderdelen onmiddellijk na het gebruik schoon om te voorkomen dat er melkresten opdrogen en om de groei van bacteriën tegen te gaan.**
- I Gebruik voor het reinigen alleen water van drinkkwaliteit.
- I Reinig de Calma niet met een scherp of hard voorwerp (zoals een borstel, tandenstoker of een scherpe vingernagel)
- I Raak, om verontreiniging te voorkomen, na het reinigen de binnenkant van onderdelen niet meer aan.
- I Bewaar Calma tot het volgende gebruik in een luchtdoorlatende, schone tas/verpakking of in een luchtdoorlatende, schone papieren zak of doek.



Opmerking

- I Als u Calma in een afwasmachine reinigt, kunnen onderdelen verkleuren. Dit heeft geen invloed op de werking.
- I Plaats Calma niet langer in direct zonlicht of hitte dan geadviseerd omdat deze hierdoor kan worden aangetast.

5.1 Voorafgaand aan het eerste gebruik

Voordat u Calma de eerste keer gebruikt, moet het product grondig worden gereinigd. Ga daarbij als volgt te werk:

- I Voer eerst de stappen uit zoals beschreven in hoofdstuk 5.2 (Na elk gebruik).
- I Voer daarna de handelingen uit die zijn beschreven in hoofdstuk 5.3 (Eenmaal per dag).



Reinig alle onderdelen voorzichtig met ruim warm zeepwater (circa 30 °C).

5.2 Na elk gebruik (deel I)

1



Meer informatie vindt u in hoofdstuk 8, stappen 1-3

Haal het voedingsysteem tot losse onderdelen uit elkaar.

2



Spoel alle onderdelen in koud water (circa 20°C). Controleer de onderdelen en gooi ze weg bij de eerste tekenen van beschadiging of verzwakking.

4



Spoel alle onderdelen 10 – 15 seconden in koud water van circa 20°C.

5



Droog de onderdelen af met een schone doek of leg op een schone doek om te drogen.

5. Reiniging

14



Waarschuwing

- I Gebruik voor het reinigen alleen water van drinkkwaliteit.
- I Om verontreiniging te voorkomen, na het steriliseren de binnenkant van onderdelen niet meer aanraken.
- I Bewaar Calma tot het volgende gebruik in een luchtdoorlatende, schone tas/verpakking of in een luchtdoorlatende, schone papieren zak of doek.



Opmerking

- I Als u onderdelen van Calma reinigt in kokend water, kunt u een beetje citroenzuur toevoegen om te verhinderen dat er kalkaanslag ontstaat. Bij het gebruik van citroenzuur kunnen er minieme sporen op de onderdelen van Calma achterblijven. Gebruik drinkwater om deze sporen af te spoelen. Droog Calma zoals in figuur 3 wordt getoond.
- I Plaats Calma niet langer in direct zonlicht of hitte dan geadviseerd omdat deze hierdoor kan worden aangetast.

5.2 Na elk gebruik (deel II)



Als alternatief voor de stappen 2, 3 en 4 en 5 die op de voorgaande pagina's zijn beschreven: Reinig Calma in de vaatwasmachine. Reinigt u Calma in de afwasmachine, leg de onderdelen dan op het bovenste rek of in de bestekmand.

5.3 Eenmaal per dag

1



Meer informatie vindt u in hoofdstuk 8, stappen 1 – 3

Haal het voedingssysteem tot losse onderdelen uit elkaar.

2a



of

Zorg dat alle delen onder water staan en laat vijf minuten koken.

2b



Gebruik een Quick Clean Magnetronzak* volgens de aanwijzingen.

3



Droog de onderdelen af met een schone doek of leg op een schone doek om te drogen.

6. Voorbereidingen op het voeden

16



Waarschuwing

- I Was uw handen grondig (circa een minuut) met water en zeep, voordat u Calma aanraakt.
- I Verwarm de melk met het multideksel op de fles! (Zie de afbeelding). Verwarm de melk tot max. 37 °C.

Max. 37 °C



Multideksel

- I Voer alle stappen zorgvuldig en in de juiste volgorde uit.



Opmerking

- I Gebruik alleen originele accessoires van Medela.
- I Controleer vóór het gebruik de onderdelen van Calma en de fles op slijtage en beschadiging. Vervang deze indien nodig.
- I Voor het gebruik moeten alle onderdelen helemaal droog zijn.
- I Plaats Calma niet in direct zonlicht of hitte.



Info

- I Bij vervoer kan de fles met de multideksel worden afgesloten. Bij bewaren kunt u Calma op de multideksel plaatsen.

6.1 Uit te voeren stappen

- I Moedermelk afkolven en bewaren. Aanwijzingen voor het bewaren vindt u in hoofdstuk 9.
- I Reinig Calma zoals vermeld in hoofdstuk 5.
- I Zet Calma in elkaar zoals in dit hoofdstuk is beschreven.
- I Verwarm de bewaarde moedermelk. Verwarm de melk tot max. 37 °C!
- I Vlak voor het voeden zet u Calma op de fles.



Klap de onderste rand omlaag.

6.2 Calma in elkaar zetten

1



Pak het siliconen deel vast.
Klap de onderrand om. Raak
hierbij het uiteinde van het
siliconen deel niet aan!

2



Druk het siliconen deel
(met omgeklapte rand) op het
uitstekende deel van de top.

4



Plaats de top op de basis.
Controleer of alle onderdelen
correct in elkaar zijn gezet.

5



Vul de fles met moedermelk.
Plaats Calma vlak voor het
voeden op de fles.

7. Voeden

18

i Info

- I Om uw baby aan te moedigen zijn mond te openen voor Calma, stimuleert u zijn lip zoals u zou doen bij de borstvoeding.
- I U moet misschien een beetje geduld hebben tot uw baby Calma accepteert. Het is de eerste keer dat uw baby in contact komt met kunstmatig materiaal in plaats van de vertrouwde borst. Dit is nieuw voor uw baby. Uw baby kan u en uw melk niet ruiken zoals tijdens de borstvoeding.



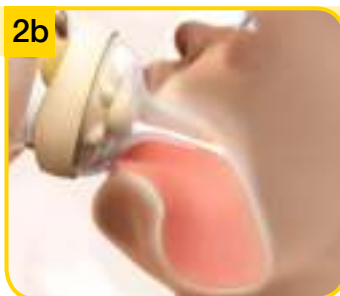
7.1 Juiste speenpositie

- I Houd uw baby half rechtop.
- I Houd Calma in een hoek van circa 45 graden ten opzichte van uw baby's onderlip.
- I Als uw baby zijn mond opent, plaatst u Calma op het puntje van zijn tong. Calma niet naar binnen drukken. Uw baby neemt het deel van Calma in de mond dat hij nodig heeft; net zoals uw baby aan de borst heeft geleerd met de tepel (zie de figuren 1a en 1b op de volgende pagina).
- I Tijdens het hele voedingsproces Calma in de positie houden die uw baby heeft gekozen. Om de melkstroom op gang te brengen, moet uw baby een vacuüm creëren (zie de figuren op de volgende pagina). Door met Calma trekkende of duwende bewegingen te maken zou dit proces worden verstoord. Uw baby zou zich hierdoor ook kunnen verslikken.



In de bovenstaande figuur 1a ziet u hoe uw baby tijdens het geven van borstvoeding de tepel in zijn mond houdt. Figuur 1b laat de juiste speenpositie zien als u Calma gebruikt om uw baby te voeden.

7.2 Voeden



Bij het drinken aan de borst moet uw baby een vacuüm creëren om de melkstroom op gang te brengen. De melk gaat stromen als het vacuüm in de mond van uw baby het grootst is. Op dat moment bevindt uw baby's tong zich in de laagste positie en wordt de tepel in de mond van uw baby getrokken (zie bovenstaande figuur 2a).

Calma werkt op een vergelijkbare manier. Uw baby moet hetzelfde doen om een vacuüm te creëren, zodat de melk gaat stromen (zie bovenstaande figuur 2b). Daarom is het belangrijk om Calma gedurende het hele voedingsproces in de positie te houden die uw baby heeft gekozen.

8. Calma uit elkaar halen

20



Waarschuwing

I Maak de onderdelen onmiddellijk na het gebruik schoon om te voorkomen dat er melkresten opdrogen en om de groei van bacteriën tegen te gaan.

1



Calma van de fles afnemen.

2



De top met siliconen gedeelte van de basis afhalen.

3



Breng de onderste rand van het siliconen deel omhoog. Het siliconen deel van de top afhalen.

Calma is nu uit elkaar gehaald. Reinig alle onderdelen zoals beschreven in hoofdstuk 5.

9. Moedermelk bewaren en ontdooien

9.1 Bewaren

Richtlijnen voor het bewaren van pas afgekolfdde moedermelk

(Voor gezonde, voldragen baby's)

Kamer-temperatuur	Koelkast	Diepvriezer	Ontdooide moedermelk
4–6 uur bij 19 tot 26 °C (66 tot 78 °F)	3–8 dagen bij 4 °C (39 °F) of lager	6–12 maanden –18 tot –20 °C (0 tot 4 °F)	In koelkast max. 10 u. Niet opnieuw invriezen!

I Moedermelk niet in de deurvakken van de koelkast bewaren. Kies in plaats daarvan de koelste plaats in de koelkast (dat is achterin op de glazen plaat boven het groentecompartiment).

9.2 Invriezen

I Pas afgekolfdde moedermelk kan worden ingevroren in de moedermelkflesjes of in “Pump&Save”^{*} moedermelkbewaarzakjes. De moedermelkflesjes of de “Pump&Save”^{*} moedermelkbewaarzakjes maximaal voor driekwart vullen, zodat er ruimte is voor het mogelijk uitzetten van de melk.

I Plak een etiket met daarop de afkolfdatum op de moedermelkflesjes of de “Pump&Save” moedermelkbewaarzakjes.

9.3 Ontdooien



Waarschuwing

Ingevroren moedermelk niet in een magnetron of in een pan met kokend water ontdooien, om te voorkomen dat er vitamines, mineralen of andere belangrijke ingrediënten verloren gaan en om brandwonden te voorkomen.

I Om de ingrediënten van de moedermelk te beschermen, wordt geadviseerd de melk gedurende een nacht in de koelkast te laten ontdooien. Een andere mogelijkheid is om het moedermelkflesje of het “Pump&Save” moedermelkbewaarzakje in warm water (max. 37 °C) te plaatsen.

I Het moedermelkflesje of het “Pump&Save” moedermelkbewaarzakje voorzichtig heen en weer bewegen om eventueel gescheiden vet door de melk te mengen. Schudden en roeren van de melk vermijden.

^{*}Meer informatie vindt u op www.medela.nl of www.medela.be

10. Wist u dat? Veelgestelde vragen

22

Is Calma niet een beetje te lang?

Zelfs als u denkt dat Calma er iets te lang uitziet: maakt u zich geen zorgen, de lengte is precies goed. Zoals u weet, wordt uw tepel in baby's mond tijdens het geven van borstvoeding tot twee keer zo lang. Calma reikt net zo ver in de mond van uw baby als de tepel. Het is echter belangrijk dat uw baby de speen van Calma in de juiste positie in zijn mond heeft (zie hoofdstuk 7 voor meer informatie).

Is het voldoende dat Calma slechts in één maat verkrijgbaar is?

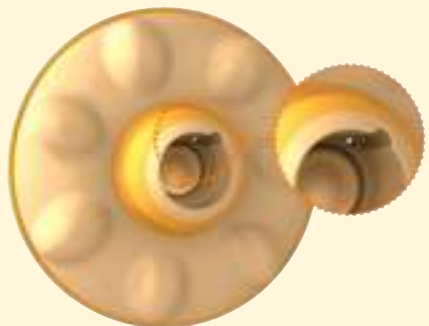
U kunt het misschien moeilijk geloven, maar er is maar één maat nodig. Net zoals uw borsten hetzelfde blijven gedurende de borstvoedingsperiode, zijn de toevoer, vorm en lengte van Calma zo ontworpen dat ze aan de behoeften van uw baby blijven voldoen naarmate hij tijdens de borstvoedingsperiode groeit.

Kan Calma helpen om gasvorming te voorkomen?

Calma helpt om gasvorming te voorkomen doordat het moedermelkflesje door ons unieke regelsysteem wordt ontluicht. Anders dan vele andere speenflessen met ontluichtingsventiel, ontluicht Calma onafhankelijk van de manier waarop het systeem in elkaar is gezet.

Waar komt de melk uit?

De melk stroomt door de kleine opening in het melkstroomreguleringsysteem in de top van Calma (zie de afbeelding). De melkstroom wordt bepaald door de interactie tussen het melkstroomreguleringsysteem en het vacuüm dat uw baby creëert. Anders dan bij conventionele speenen ontstaat er door het samendrukken van Calma geen melkstroom. Maar u kunt erop vertrouwen dat uw baby zelf in staat is om voldoende melk te drinken. Let op: reinig het melkstroomreguleringsysteem niet met een scherp of hard voorwerp (zoals een borstel, een tandenstoker of scherpe vingernagels).



Hoe komt het dat Calma soms licht druppelt?

Er zijn twee situaties waarin Calma een beetje kan druppelen.

I Dit kan zijn aan het einde van de voeding. Druppelen kan dan voorkomen als uw baby Calma loslaat voordat hij de hoeveelheid melk die hij net uit de fles heeft gezogen heeft gedronken.

I Als u de fles ondersteboven houdt, kunnen er ook enkele druppels uit Calma komen. Dit komt doordat het membraan in het melkstroomreguleringsysteem niet hard maar flexibel is. Of er een paar lichte druppels ontstaan hangt af van de temperatuur en van het gewicht van de melk die tegen het membraan drukt. Dit is niet van invloed op de functie van Calma.

Wanneer moet ik Calma vervangen?

Om hygiënische redenen adviseren wij Calma na 3 maanden te vervangen.



11. Afvalverwijdering

24

Gooi Calma weg volgens de lokale afvalverwijderingsvoorschriften.



12. Volledige verzorging tijdens de borstvoedingsperiode

De volgende productvarianten en accessoires zijn verkrijgbaar via de distributiepartners van Medela. U kunt een product bestellen aan de hand van het (artikel)nummer van het product.

25

Productvarianten

Artikelnummer	Product
008.0138	Calma Solitaire (DE/FR)
008.0139	Calma Solitaire (EN/FR)
008.0140	Calma Solitaire (NL/FR)
008.0141	Calma Solitaire (ES/PT)
008.0142	Calma Solitaire (IT/PL)
008.0143	Calma Solitaire (SV/DA)
008.0144	Calma Solitaire (NO/FI)
008.0145	Calma Solitaire (RU/HU)
008.0146	Calma Solitaire (TR/CS)
008.0147	Calma Solitaire (EL/HE)
008.0148	Calma Solitaire (EN/JA)
008.0149	Calma Solitaire (EN/ZH)
008.0150	Calma Solitaire (TW/KO)
008.0203	Calma Solitaire (EN/AR)
008.0208	Calma Solitaire (EN/TW)

Accessoires

Artikelnummer	Product
800.0796	Moedermelkflesjes 150 ml - 3 stuks (EN/DE/FR/IT/NL)
800.0797	Moedermelkflesjes 150 ml - 3 stuks (EN/ES/PT/EL/HE)
008.0072	Moedermelkflesjes 150 ml - 3 stuks (EN/JA/KO/TW/ZH)
008.0073	Moedermelkflesjes 150 ml - 3 stuks (EN/RU/HU/CS/TR)
008.0074	Moedermelkflesjes 150 ml - 3 stuks (EN/SV/DA/NO/PL)
200.1659	Moedermelkflesjes 250 ml - 2 stuks (EN/DE/FR/IT/NL)
008.0091	Moedermelkflesjes 250 ml - 2 stuks (EN/JA/KO/TW/ZH)
008.0075	Moedermelkflesjes 250 ml - 2 stuks (EN/SV/DA/NO/PL)
008.0137	Moedermelkflesjes 250 ml - 2 stuks (EN/ES/PT/EL/HE)

Andere producten van Medela vindt u op www.medela.nl of www.medela.be.



Borstverzorging

Kolfen

Voeden

Opvangen

Omgaan met moedermelk

Research Based onderzoek

Voorlichting

Expertise

Service

Innovatie

Deskundigen



Medela AG
Lättichstrasse 4b
6341 Baar, Switzerland
www.medela.com

International Sales

Medela AG
Lättichstrasse 4b
6341 Baar
Switzerland
Phone +41 (0)41 769 51 51
Fax +41 (0)41 769 51 00
ism@medela.ch
www.medela.com

Netherlands & Belgium

Medela Benelux BV
Uilenwaard 31
5236 WB 's-Hertogenbosch
Netherlands
Phone +31 73 690 40 40
Fax +31 73 690 40 44
info@medela.nl
info@medela.be
www.medela.nl
www.medela.be