

El material para la extracción, conservación y transporte de la leche que usted va a donar se le facilitará en el Banco de Leche en la U. Neonatal

Rogamos lea detenidamente y ponga en práctica, las siguientes instrucciones, para que la leche llegue al Banco en perfectas condiciones para su uso.

HIGIENE PERSONAL

Es suficiente la higiene personal diaria, no hay que lavarse el pecho especialmente para la extracción ya que se agrade el manto natural protector que recubre la piel.

Lávese muy bien las manos antes de iniciar el proceso de extracción de la leche.

No toque el cabello, ni otros objetos una vez lavadas las manos durante todo el proceso de extracción.

Use mascarilla en caso de infección respiratoria.

EXTRACCION

Para favorecer la extracción de la leche es recomendable estar en un ambiente relajado y tranquilo, dar unos masajes previos que favorecen la salida o eyección de la leche, se debe aplicar tanto en la extracción manual como con extractor de leche.

Masaje suave oprimiendo el pecho hacia la caja torácica, con un movimiento circular de los dedos en el mismo punto sin deslizarlos sobre la piel.

Frotar desde la parte superior hacia el pezón (cosquilleo) desde la periferia hacia el pezón.

Inclinarse hacia delante y balancear los pechos



TECNICA DE MARMET

Extracción manual

Empujar los dedos hacia atrás (hacia las costillas), sin separarlos.

Rodar los dedos y el pulgar hacia el pezón, sin deslizar para vaciar otras partes del pecho.

Utilizar ambas manos en cada pecho



Extracción con sacaleches eléctrico



1. Conectar las partes del extractor.
2. Para comenzar, poner el control de aspiración en el nivel más bajo.
3. Colocar el embudo del extractor en el pecho, asegúrese que selle bien.
4. Encender el extractor. Primero hará como un masaje
5. Subir progresivamente el nivel de aspiración.
6. Utilizar el extractor en cada pecho por un espacio de 10 ó 15 minutos.

LIMPIEZA DEL MATERIAL

Procure tener el material, utilizado para la extracción de la leche en perfectas condiciones de limpieza y debidamente guardado mientras no se utilice, para evitar contaminaciones. Siga las siguientes indicaciones:

Lave la campana extractora con agua y jabón, tras cada uso, para evitar adherencias. Puede usar lavavajillas o agua y jabón. Enjuague bien después. Una vez al día esterilice todo el material de extracción con el medio que usted use habitualmente.

Sacuda bien el material y deje secar sobre paño limpio. Guarde el material hasta la próxima utilización, en lugar cerrado, limpio y seco.

CONSERVACION

Utilice los envases entregados para tal efecto, si necesita mas no dude en pedirlos.



No llene completamente los envases. Tras la recogida rellene y pegue las etiquetas facilitadas, siguiendo las instrucciones recibidas ponga la fecha y congele lo antes posible.

Lo ideal es guardarlos en el congelador después de una sola extracción aunque no estén llenos

La congelación se hará a -20°C en un cajón de su congelador, separada del resto de alimentos, para evitar contaminaciones.

TRANSPORTE



La leche congelada se transportará al Banco en un plazo máximo de 15 días.

- Se entregará en la U. Neonatal. El personal sanitario de la misma se hará cargo de su leche y le facilitará el material que precise reponer.
- Transporte la leche en la nevera que le hemos entregado, que debe estar limpia y no haber sido utilizada para transportar otros alimentos.
- Coloque la leche entre los recipientes de hielo que le hemos facilitado para que llegue al Banco de Leche en adecuadas condiciones.

Todo el personal adscrito al Banco de Leche del Hospital Virgen de las Nieves queda a su disposición. No dude en solicitar ayuda o información.

CONSEJOS PARA LA EXTRACCION, TRANSPORTE Y CONSERVACION DE LA LECHE



BANCO DE LECHE HUMANA

www.hvn.es/bancodeleche

Telf. de contacto:

670941857

958020083 /958020344

Dirección de correo electrónico/email:

bancodeleche.hvn.sspa@juntadeandalucia.es

Dirección Postal: Avda. Fuerzas Armadas s/n.
18012 Granada

Horario: De lunes a viernes de 8:00 a 15:00 horas