

# Die Wahl der richtigen Brusthaubengröße: Wichtig für erfolgreiches Abpumpen

## Aus der Forschung – in die Praxis

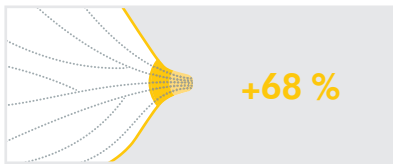
Seit Jahrzehnten arbeiten Wissenschaftler bei Medela mit führenden Laktationsforschern weltweit zusammen, um die weibliche Brust und den Prozess des Stillens immer besser zu verstehen. Mit der Entwicklung des neuen Brusthauben-Standards hat das Forschungsteam nun einen weiteren bahnbrechenden Schritt getan.

### 2005 Der Durchbruch im Wissen über die Anatomie der laktierenden Brust

#### Seitdem ist bekannt:

- Die viel diskutierten Milchseen existieren nicht!
- Es gibt ein komplexes Netz an Milchgängen, die sich zudem näher an der Mamille verzweigen, als zuvor beschrieben.
- 65 % des Drüsengewebes befindet sich in einem 30 mm Radius um die Basis der Mamille. Die Mamille selbst weist durchschnittlich 4 bis 18 Milchausführungsgänge auf.

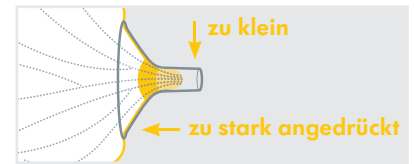
#### Was bedeutet das fürs Abpumpen?



Während eines Milchspendereflexes vergrößern sich die Milchkanäle um 68 %, damit die Milch durch sie hindurch zur Brustwarze fließen kann.



Der Durchmesser der Brustwarze kann sich vorübergehend um 2 bis 3 mm vergrößern<sup>2</sup>, deshalb muss der Brusthaubentunnel etwas größer sein als die Brustwarze.

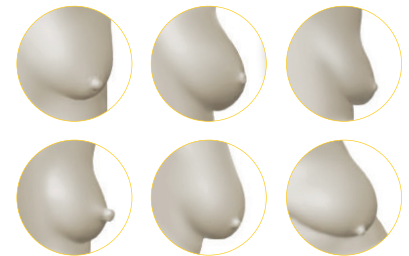


Wenn die Brusthaube nicht richtig passt oder zu stark angedrückt wird, kann das den Milchfluss behindern.

### 2019 Der Durchbruch in 50 Jahren Milchpumpen-Forschung

Brüste haben ganz unterschiedliche Formen und Größen und können sich während der Stillzeit verändern.<sup>3</sup> Um dieser Vielfalt gerecht werden zu können, erstellte das Forschungsteam von Medela die weltweit erste Datenbank mit 3D Scans laktierender Brüste.

Anhand dieser Modelle untersuchten die Wissenschaftler gemeinsam mit stillenden Müttern, welcher Öffnungswinkel der Brusthaube die Milchgänge nicht abdrückt und gleichzeitig sicher auf der Brust abschließt.



**Das Ergebnis:** Die neuen Medela Brusthauben mit innovativem 105° Öffnungswinkel (statt der herkömmlichen 90°), die jede Mutter individuell ihrer Brust anpassen kann!

- **PersonalFit Flex** heißen die neuen Brusthauben-Modelle für die Swing Flex und Swing Maxi Flex
- **PersonalFit PLUS** adaptiert den neuen Brusthauben-Standard für die Mietmilchpumpe Symphony

#### Der neue Medela Brusthauben-Standard

##### Mehr Milch. Mehr Komfort. Mehr Flexibilität.

- ✓ Besserer Sitz der Brusthaube durch den weiten Öffnungswinkel von 105° Grad
- ✓ Effektivere Brustentleerung und verbesserter Milchfluss – 11 % mehr Milch
- ✓ Bequemere Abpumpposition möglich – durch 360° drehbare, ovale Brusthaube und Überlaufschutz
- ✓ Sanfter auf der Haut – dank der neuen Passform und weichem elastischen Rand (bei PersonalFit Flex)



Helfen Sie der Mutter dabei, die passende Brusthaube für ihre Brust zu finden, um die Milchbildung beim Abpumpen optimal zu unterstützen. Geben Sie ihr den folgenden Leitfaden weiter.

# Die richtige Brusthauben-Größe

## Schnell ermitteln, einfach anpassen

Damit deine empfindlichen Brustwarzen nicht verletzt werden und die Milch gut fließen kann, nimm dir die Zeit und überprüfe genau, ob deine Brusthauben richtig sitzen, ehe du abpumpst. Die innovativen neuen Medela Brusthauben kannst du deiner individuellen Brustform anpassen.

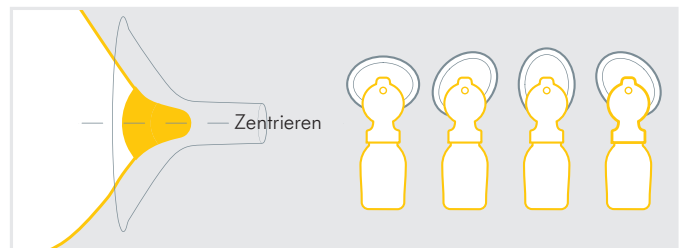
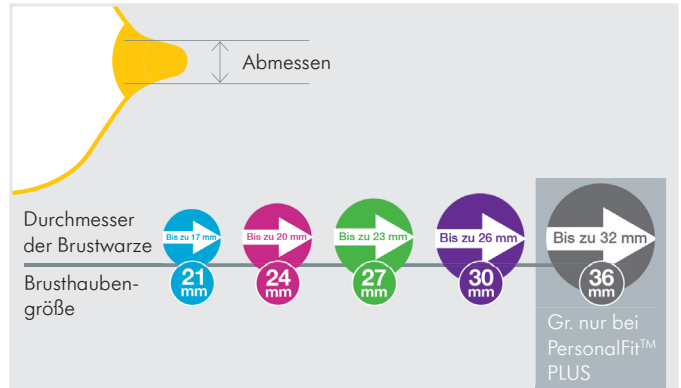
### So passt du deine Brusthaube ganz einfach an

**1. Abmessen:** Der Durchmesser deiner Brustwarze kann sich während des Abpumpens vorübergehend um 2 bis 3 mm vergrößern,<sup>1</sup> deshalb muss der Tunnel deiner Brusthaube etwas größer sein als deine Brustwarze. Um die richtige Größe zu finden, miss mit einem Lineal oder Maßband den Durchmesser deiner Brustwarze aus, direkt über ihrer Mitte.

**Wichtig:** Den Warzenhof (den dunklen Ring rund um deine Brustwarze) darfst du dabei NICHT mitmessen. In der Grafik rechts siehst du, welcher Teil gemeint ist.

**2. Anpassen & zentrieren:** Die ovalen Brusthauben von Medela kannst du um 360° drehen und sie immer so positionieren, wie es für dich am bequemsten ist. Es gibt keine falsche Position! Zentriere dabei deine Brustwarze im Tunnel, sodass sie sich während des Abpumpens frei darin bewegen kann. Deine Milchkanäle befinden sich dicht unter der Hautoberfläche. Wenn du die Brusthaube zu stark andrückst oder einen zu kleinen Tunnel verwendest, kann das deinen Milchfluss behindern.<sup>2</sup>

**3. Prüfen:** Überprüfe regelmäßig den Sitz deiner Brusthaube. Da sich die Form deiner Brustwarze und Brust mit der Zeit verändern kann,<sup>3</sup> benötigst du möglicherweise eine andere Größe. Reibt die Brustwarze an den Seiten des Tunnels oder wird gar gequetscht, ist die Brusthaube zu klein. Werden beim Pumpen nicht nur die Brustwarze, sondern auch Teile des Brustwarzenhofes in den Tunnel eingezogen, ist die Brusthaube zu groß. Auf keinen Fall sollten beim Abpumpen Rötungen oder weiße Stellen zu sehen sein!



### Mach's dir bequem!

Eine entspannte und bequeme Position beim Abpumpen unterstützt deinen Milchfluss.<sup>4</sup> Deine Medela Milchpumpe mit dem neuen Brusthauben-Standard hat einen Überlaufschutz und damit ein geschlossenes System. Es verhindert, dass Milch in den Motor läuft. So kannst du ganz einfach in deiner Lieblingsposition abpumpen.

Alles über die neuen Medela Brusthauben findest du auf der Rückseite. →

Noch mehr Tipps rund um Stillen & Abpumpen findest du auf [medela-family.de](http://medela-family.de)

# Der neue Medela Brusthauben-Standard

Mehr Milch. Mehr Komfort. Mehr Flexibilität.

Eine passende Brusthaube – der Teil des Pumpsets, der auf deine Brust aufgesetzt wird – spielt eine entscheidende Rolle. Sowohl dafür, wie bequem das Abpumpen für dich ist, als auch dafür, wieviel Milch du dabei in möglichst kurzer Zeit für dein Baby gewinnen kannst. Mit dem neuen Brusthauben-Standard machen die Medela-Wissenschaftler es dir nun noch leichter.

## Auf einen Blick

- ✓ **11% mehr Milch:** Der innovative 105°-Öffnungswinkel reduziert Druck und fördert den Milchfluss.
- ✓ **Mehr Komfort:** Die ovale Brusthaube ist 360° drehbar – für bequemes Abpumpen in jeder Position.
- ✓ **Bessere Passform:** Durch den weiten Öffnungswinkel und die ovale Form liegen die Brusthauben sanfter auf der Haut. Die PersonalFit Flex Brusthaube verfügt zusätzlich über einen weichen, flexiblen Rand.
- ✓ **Mit stillenden Müttern entwickelt:** In vier klinischen Studien und über 1000 Pumpvorgängen getestet.
- ✓ **In bis zu 5 Größen erhältlich** (S, M, L, XL, XXL), BPA-frei



## DER Durchbruch in der Milchpumpen-Forschung

Damit die Milch beim Abpumpen richtig fließt, dürfen die Milchgänge, die dicht unter der Hautoberfläche liegen, nicht gedrückt werden. Es ist deshalb entscheidend, dass die Brusthauben gut sitzen. Das Forschungsteam von Medela erstellte dafür die weltweit größte Datenbank mit 3D-Scans von Brüsten stillender Mütter. Anhand dieser Modelle untersuchten die Wissenschaftler gemeinsam mit Müttern, welcher Öffnungswinkel der beste ist.

**Das Ergebnis:** Die neuen ovalen Brusthauben mit extra weitem Öffnungswinkel von 105°. Sie passen sich deiner Brust – im Vergleich zur üblichen runden Form – noch besser an, verhindern Druck und unterstützen so den Milchfluss. Weil sie außerdem um 360° drehbar sind, kannst du sie beliebig positionieren. Immer genau so, wie es für dich am bequemsten ist – und je entspannter du bist, desto besser fließt auch deine Milch.

➔ **PersonalFit Flex** heißen die neuen Brusthauben-Modelle für Swing Flex und Swing Maxi Flex

➔ **PersonalFit PLUS** für die Mietmilchpumpe Symphony.



## Unsere Milchpumpen mit neuem Medela Brusthauben-Standard



**Swing Flex™**  
Die einseitige elektrische Milchpumpe.



**Swing Maxi Flex™**  
Die hocheffiziente elektrische Doppelmilchpumpe.



**Symphony®**  
Die Mietmilchpumpe mit zwei Abpumpprogrammen.

Alle Medela Produkte findest du auf [medela.de](http://medela.de)