



Instructions for use Calma breastmilk feeding solution

Gebrauchsanweisung Calma Muttermilchsauger

Mode d'emploi de la solution d'alimentation Calma

Gebruiksaanwijzing voor het Calma voedingsstelsel voor moedermelk

Istruzioni per l'uso Calma soluzione di alimentazione per il latte materno

Manual de instrucciones de la solución de alimentación con leche materna Calma

Instruções de utilização da solução de alimentação com leite materno Calma

Instrukcja użytkowania zestawu Calma – rozżywiania w zakresie karmienia odciągniętym mlekiem matki

Dear parents, Congratulations on your decision to purchase Calma. For almost 50 years, Medela has pioneered innovative products which help to enhance babies' health through the life-giving benefits of breastmilk. With the Calma breastmilk feeding solution you can trust in a product that has been developed on a well-established research foundation. This research has shown that your baby is able to maintain with Calma the same learnt feeding behaviour that your baby exhibits when breastfeeding. Your baby will always prefer and benefit from breastfeeding. However, if you are separated from your baby, Calma provides an excellent alternative for feeding breastmilk to minimize any interference with the breastfeeding relationship between you and your baby.

Yes, it is the right length! Even if you think that Calma looks a bit too long, don't worry, it is the perfect length. As you know, your nipple lengthens up to 2 times in your baby's mouth while breastfeeding. As such, Calma reaches a similar spot in your baby's mouth as the breast. It is, however, important that your baby has the right latch-on position (see picture 6+6a).

Do you know that your baby has to do some work? During breastfeeding, milk does not flow automatically. To facilitate milk flow, your baby has to create a vacuum. During breastfeeding milk flows when the vacuum in your baby's mouth is at its greatest level. At this time the tongue of your baby is at the lowest point and your nipple is drawn into your baby's mouth. This is the same with Calma. Your baby has to work to build up a vacuum for milk to flow (see picture 7-7a).

First time right You might not believe it, but one size is sufficient. Just as your breasts stay the same over the course of your lactation. The flow, shape and length of Calma are designed to suit your baby's needs as your baby grows. Calma will always meet your baby's needs during the lactation period.

Your baby has time to breathe

Your baby has a unique feeding pattern, with pauses to swallow and breathe. By using Calma, your baby is able to feed and pause naturally according to his personal rhythm. This helps to slow down the feed and results in a calm and relaxed baby during and after the feed.

Can Calma help avoid gassiness?

Calma helps avoid gassiness as any other vented teat bottles as the bottle is vented through our unique air control system (see picture 8). However unlike many other vented bottles Calma vents air independent of how it is assembled.

Dripping at the end of the feed

Your baby needs to apply a certain vacuum in order to get milk out of the teat at the end of the feed if baby gets off the teat before drinking the portion of milk just drawn from the bottle.

Where does the milk come from?

The milk flows through the small hole (see picture 9) at a rate that is controlled by the interaction of your baby's suction and the milk-flow control system. Compressing the teat will not result in any milk flow. You can be confident your baby will be able to get enough milk.

Why is the hole at the tip of the silicone so wide?

Only the milk that passes through the milk-flow control system will flow into the baby's mouth. The wide hole makes the teat soft, flexible and adaptable to your baby (see picture 10). Hence your baby can drink with his own feeding action.

When feeding with Calma position the baby in a different way than when feeding at the breast (e.g. sit the baby in a baby chair facing the carer). This helps your baby to learn a new way to feed and makes it easier to switch from breast to Calma and back again (see picture 5).

Your baby will always prefer and benefit from breastfeeding so breastfeed your baby whenever you are together. For those times you are separated from your baby we do recommend you to use Calma exclusively and not in conjunction with other teats when feeding your baby from a bottle. If your baby has already used another teat, be aware, that with Calma, the milk-flow control system, prevents the interaction of your baby's sucking action and the milk-flow control system. This is different than with any other teat - you may need a bit of patience.

Medela wishes you and your baby all the best!

Your feedback is important for us. We would be very pleased if you could give us your response on www.medela.com/calma. Here you can take part in the draw and win a prize.



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

Calma is designed for breastmilk. Medela does not recommend to use it with formula.

Intended use

Breastfeeding babies are able to feed calmly and breathe regularly and maintain high blood oxygen saturation levels. Babies feeding with Calma are also able to feed calmly and breathe regularly and maintain these same high blood oxygen saturation levels.

Important Safeguards

- Read all instructions before use
- Follow these cleaning instructions.
- Inspect before each use and pull the teat and different parts in all directions. Throw away at the first signs of damage or weakness.
- Plastic bottles and component parts become brittle when frozen and may break when dropped.
- Also, bottles and component parts may become damaged if mishandled, e.g. dropped, over-tightened, or knocked over.
- Take appropriate care in handling bottles and components.
- Do not use the breastmilk if bottles or components become damaged.
- Always use this product under adult supervision. All parts which are not in use must be kept out of children's reach.
- Never use a teat as a soother.
- Continuous and prolonged sucking of fluids can cause tooth decay.
- Always check the temperature of food before feeding it to your baby (risk of burning).
- Do not warm milk in a microwave oven as this may cause uneven heating and could scald your baby. **SAVE THIS INSTRUCTION MANUAL**

Cleaning and Hygiene

Clean all parts immediately after each use with soapy water to avoid dry of milk residues and to prevent growth of bacteria.

- Use drinking water quality for cleaning.
- Take care not to damage parts when using a brush.
- For hygiene reasons, we recommend replacing teats after 3 months.
- Note: Change in colours may occur. This will not affect performance.

Error to first use and once daily

- Disassemble, wash and rinse all 5 parts.
- Place parts in a saucupan of sufficient capacity.
- Fill with cold water until the parts are well covered. Optionally, a tea spoon of citric acid may be added to avoid a build-up of lime scale.
- Heat and allow to boil for 5 minutes.
- Remove from stove and drain water.
- Dry parts with a clean towel.

After first use parts can be

- cleaned in top rack of dishwasher or using Medela Quick Clean bags in the microwave in accordance with the instructions or
- using the Medela B-Well Steam Sterilizer in accordance with the instructions.

After each use

- Disassemble and wash all parts in warm, soapy water.
- Rinse in clear water. Dry parts with a clean towel.
- After cleaning, when parts are not in use, put in a clean zip lock bag or store in a container with lid.
- Alternatively, the parts can be wrapped in a clean paper or cloth towel.

- Do not leave feeding parts in direct sunlight or heat or leave soft in disinfectant ('sterilising solution') for longer than recommended by the supplier, as this may weaken the parts.
- Do not touch the inside of all parts, to avoid contamination.

BREASTMILK HANDLING	
FRESHLY EXPRESSED BREASTMILK	
Room Temperature	Do not leave at room temperature
Refrigerator	3 – 5 days at approx. 4 °C
Refrigerator Freezer Compartment	6 months at approx. –16 °C
Deep Freezer	12 months at approx. –18 °C
Thawed breastmilk (previously frozen)	
Room Temperature	Do not store
Refrigerator	10 hours
Refrigerator Freezer Compartment	Never refreeze
Deep Freezer	Never refreeze

- When freezing do not fill bottles/bags more than ¾ full to allow space for expansion.
- Label bottles/bags with the date of pumping.
- Do not store breastmilk in the door of the refrigerator.
- It is recommended to thaw breastmilk in the refrigerator overnight.
- Do not thaw frozen breastmilk in a microwave or in a pan of boiling water (danger of burning).
- Gently shake the bottle/bag to blend any fat that has separated.

Material	
Bottle/Cap/Multi-Lid	Polypropylene
Teat	Silicone
Base/Top	Polypropylene and thermoplastic elastomer

Disposal

According to local regulations

Liebe Eltern, vielen Dank, dass Sie sich für Calma entschieden haben. Seit fast 50 Jahren entwickelt Medela innovative Produkte, um die Gesundheit von Babys durch die lebenspendenden Vorteile der Muttermilch zu fördern. Der Calma Muttermilchsauger ist ein vertrauenswürdiges Produkt, das auf Grundlage fundierter Forschungsergebnisse entwickelt wurde. Diese Studien haben ergeben, dass Ihr Baby mit Calma das gleiche erlernte Saugverhalten beibehalten kann wie beim Stillen. Ihr Baby wird das Stillen immer bevorzugen und mehr davon profitieren. Wenn Sie einmal nicht bei Ihrem Baby sein können, bietet Calma eine ausgezeichnete Alternative, um weiterhin Muttermilch zu füttern und so die Stillbeziehung zwischen Ihnen und Ihrem Baby aufrechtzuerhalten.

Ja, das ist genau die richtige Länge! Auch wenn Sie den Eindruck haben, Calma wäre ein wenig zu lang, können wir Sie beruhigen - die Länge ist perfekt. Ihre Brustwarze kann sich in Mund Ihres Babys während des Stillens um das Zweifache verlängern. Daher erreicht Calma im Mund Ihres Babys dieselbe Stelle wie Ihre Brustwarze. Natürlich spielt dabei eine wichtige Rolle, dass Ihr Baby korrekt angelegt ist (siehe Bild 6+6a).

Wussten Sie schon, dass Ihr Baby an der Brust „arbeiten“ muss, um an die Muttermilch zu kommen? Denn während des Stillens fließt die Milch nicht automatisch in den Mund Ihres Babys. Während des Stillens fließt die Muttermilch genau dann, wenn das Vakuum im Mund Ihres Babys am größten ist. Zu diesem Zeitpunkt befindet sich die Zunge Ihres Babys am tiefsten Punkt, und Ihre Brustwarze wird in den Mund Ihres Babys gezogen. Genauso funktioniert es auch mit Calma. Ihr Baby muss „arbeiten“, um ein Vakuum zu bilden und dadurch den Milchfluss anzuregen (siehe Bild 7-7a).

Eine Größe genügt Es mag Sie vielleicht erstaunen, aber eine Saugergröße reicht für die gesamte Stillzeit völlig aus. Ihre Brust und Ihre Brustwarzen verändern sich während der Stillzeit, doch Calma passt sich an. Der Milchfluss, die Form und Länge von Calma sind so konzipiert, dass sie auch dann noch den Bedürfnissen Ihres Babys entsprechen, wenn es wächst. Calma wird während der Stillzeit stets den Bedürfnissen Ihres Babys gerecht.

Ihr Baby hat Zeit zum Atmen Ihr Baby hat ein individuelles Saugverhalten mit Schluck- und Atempausen. Mit Calma kann Ihr Baby in seinem eigenen Rhythmus auf natürliche Weise trinken und pausieren. Die Nahrungsaufnahme wird so verlangsamt, so dass das Baby während und nach dem Füttern ruhig und entspannt ist.

Hilft Calma bei Blähungen? Calma hilft – wie andere Flaschen mit Ventil auch – Blähungen zu vermeiden, denn die Flasche wird durch unser einzigartiges Luftregelsystem (siehe Bild 8) belüftet. Der Vorteil von Calma im Gegensatz zu vielen anderen Flaschen ist, dass das Luftregelsystem immer funktioniert, unabhängig davon, wie fest die Flasche verschlossen wird.

Herastropfen von Milch nach dem Füttern des Babys Ihr Baby muss ein bestimmtes Vakuum herstellen, damit die Milch fließt. Es ist jedoch möglich, dass am Ende des Fütterns ein wenig Milch ausläuft, wenn das Baby den Mund vom Sauger nimmt, bevor es die zuvor aus der Flasche angesaugte Milch getrunken hat.

Woher kommt die Milch? Die Milch fließt durch ein kleines Loch (siehe Bild 9), wobei die Milchmenge von dem durch Ihr Baby gebildeten Vakuum und dem Milchfluss-Kontrollsystem bestimmt wird. Durch Zusammendrücken des Saugers fließt keine Milch. Sie können sicher sein, dass Ihr Baby genügend Milch bekommt.

Warum ist das Trinkloch des Saugers so groß? Nur die Milch, die durch das Milchfluss-Kontrollsystem gelangt, fließt in den Mund des Babys. Dank des großen Lochs ist der Sauger weich, flexibel und passt sich an die Bedürfnisse Ihres Babys an (siehe Bild 10). Auf diese Weise kann Ihr Baby sein natürliches Trinkverhalten beibehalten.

Beim Füttern mit Calma empfehlen wir für das Baby eine andere Position als beim Stillen (sehen Sie z. B. das Baby in seinem Babystuhl dem Füttern gegenüber). Dies erleichtert Ihrem Baby, eine neue Art des Fütterns kennenzulernen und von der Brust zu Calma und insbesondere wieder zurück zur Brust zu wechseln (siehe Bild 5).

Ihr Baby wird das Stillen immer bevorzugen und mehr davon profitieren, also stillen Sie Ihr Baby, wann immer dies möglich ist. Wenn Sie jedoch einmal nicht bei Ihrem Baby sein können, empfehlen wir den ausschließlichen Gebrauch von Calma. Von der gleichzeitigen Verwendung mit herkömmlichen Saugern raten wir ab. Wenn Sie bererit einen anderen Sauger verwendet haben, sollten Sie wissen, dass bei Calma der Milchfluss durch die Saugbewegung Ihres Babys und durch das Milchfluss-Kontrollsystem kontrolliert wird. Dieser Vorgang ist anders als bei herkömmlichen Saugern – haben Sie also ein wenig Geduld.

Medela wünscht Ihnen und Ihrem Baby alles Gute!

Ihre Meinung ist uns wichtig. Wir würden uns freuen, wenn Sie uns Ihren Kommentar auf www.medela.com/calma mitteilen würden. Hier können Sie an der Verlosung teilnehmen und einen Preis gewinnen.

Calma wurde für Muttermilch entwickelt. Medela empfiehlt, diesen Sauger nicht mit Muttermilchersatznung zu verwenden.

Verwendungszweck
Babys stillender Mütter können ruhig saugen und regelmäßig almen, wobei eine hohe Blutsauerstoffsättigung erreicht wird. Babys, die mit Calma gefüttert werden, bleiben ebenfalls ruhig, saugen, atmen regelmäßig und haben eine hohe Blutsauerstoffsättigungswerte.

Wichtige Sicherheitshinweise
Vor Gebrauch bitte alle Anweisungen lesen
• Reinigungsanweisungen befolgen.
• Saugen vor jedem Gebrauch überprüfen. Sauger und andere Teile in alle Richtungen ziehen. Bei den ersten Anzeichen von Beschädigungen wegwerfen.
• Plastikflaschen und andere Bestandteile können durch Einfrieren brüchig werden und zerbrechen, wenn sie fallen.
• Auch bei unsachgemäßem Gebrauch können Flaschen und andere Bestandteile beschädigt werden, z. B. wenn sie fallen gelassen, zu fest zusammengeschaubt oder umgestoßen werden.
• Gehen Sie mit den Flaschen und Bestandteilen entsprechend vorsichtig um.
• Verwenden Sie die Muttermilch nicht, wenn die Flasche oder Bestandteile beschädigt wurden.
• Dieses Produkt immer unter der Aufsicht von Erwachsenen verwenden. Alle nicht verwendeten Einzelteile müssen ausserhalb der Reichweite von Kindern aufbewahrt werden.
• Den Sauger niemals als Schnuller verwenden.
• Andauerndes und längeres Saugen von Flüssigkeiten kann Karies verursachen.
• Die Temperatur der Nahrung vor dem Füttern immer überprüfen (Verbrennungsgefahr).
• Erwärmen Sie Milch nicht in der Mikrowelle, da sie möglicherweise ungleichmässig erhitzt wird und dies beim Baby zu Verbrennungen führen kann. **BEWAHREN SIE DIESE GEBRAUCHSANWEISUNG SORGFÄLTIG AUF.**

Reinigung und Hygiene
Reinigen Sie alle Teile sofort nach jedem Gebrauch mit Seifenwasser, um das Eintrocknen von Milchresten und das Wachstum von Bakterien zu verhindern.
• Für das Reinigen Trinkwasserqualität verwenden.
• Reinigen Sie sämtliche Teile sofort nach dem Abpumpen, um das Eintrocknen von Milchresten und das Wachstum von Bakterien zu verhindern.
• Geben Sie Acht, dass die Teile beim Verwenden einer Bürste nicht beschädigt werden.
• Aus Hygienegründen empfehlen wir, Sauger nach 3 Monaten zu ersetzen.
• Hinweis: Es können Farbänderungen auftreten. Dies hat keine Auswirkungen auf die Qualität des Produkts.
Vor dem ersten Gebrauch und einmal täglich
• Alle 5 Teile auseinander nehmen, waschen und spülen.
• Danach Teile in einen ausreichend grossen Topf legen.
• Mit kaltem Wasser aullösen, bis alle Teile bedeckt sind.
• Zum Kalkablagerungen zu verhindern, kann ein Teelöffel Zitronensäure hinzugefügt werden.
• Wasser erhitzen und 5 Minuten lang kochen lassen.
• Vom Herd wegnehmen und Wasser abgossen.
• Auf einem sauberen Tuch an der Luft trocknen lassen.

Nach dem ersten Gebrauch können die Teile
• im obersten Korb des Geschirrspülers oder,
• gemäß Gebrauchsanweisung mit Medela Quick Clean Mikrowellenbeuteln oder,
• gemäß Gebrauchsanweisung mit dem Medela B-Well Dampfersterilisator gereinigt werden.

Nach jedem Gebrauch

- Alle Teile auseinander nehmen und mit warmem Seifenwasser waschen.
- Die Teile mit klarem Wasser spülen. Auf einem sauberen Tuch an der Luft trocknen lassen.
- Nach dem Reinigen, wenn die Teile nicht gebraucht werden, in einem sauberen, verschliessbaren Plastikbeutel oder in einem Behälter mit Deckel aufbewahren.
- Die Teile können auch in ein sauberes Papier- oder Stoffgewickel werden.
- Bewahren Sie die Teile zum Füttern des Babys nicht bei direkter Sonneneinstrahlung auf und lassen Sie sie nicht länger als vom Hersteller empfohlen in Desinfektionslösungen (zur Sterilisierung), weil die Teile dadurch beschädigt werden könnten.
- Berühren Sie nicht das Innere der Teile, um Verschmutzungen zu vermeiden.

AUFBEWAHRUNG VON MUTTERMILCH Frisch abgepumpte Muttermilch
Raumtemperatur Nicht bei Raumtemperatur aufbewahren
Kühlschrank 3 – 5 Tage bei etwa 4 °C
Tiefkühlfach des Kühlschranks 6 Monate bei etwa –16 °C
Tiefkühltruhe 12 Monate bei etwa –18 °C

Aufgetaute Muttermilch (vorher eingefroren)
Raumtemperatur Nicht aufbewahren
Kühlschrank 10 Stunden
Tiefkühlfach des Kühlschranks Nie wieder einfrieren
Tiefkühltruhe Nie wieder einfrieren

- Beim Einfrieren Milchflaschen/Beutel nur zu ¾ füllen um Platz für Ausdehnung zu lassen.
- Milchflaschen/Beutel mit dem Abpumppatium versehen.
- Bewahren Sie Muttermilch nicht in der Kühlschranktür auf.
- Es wird empfohlen, die Muttermilch über Nacht im Kühlschrank auftauen zu lassen.
- Retournez les bords de l'embout en ou en un Topf mit kochendem Wasser auftauen (Verbrennungsgefahr).
- Milchflasche/Beutel sanft schütteln, um eventuell abgesetztes Fett wieder mit der Milch zu vermischen.

Material	
Flasche/Schutzhaube/Multi-Deckel	Polypropylen
Sauger	Silikon
Sockel/Spitze	Polypropylen und thermoplastisches Elastomer

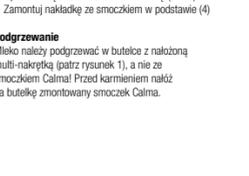
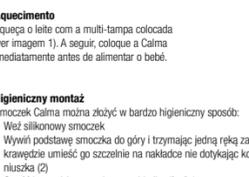
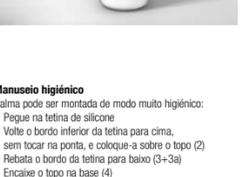
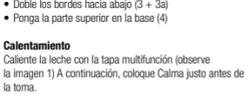
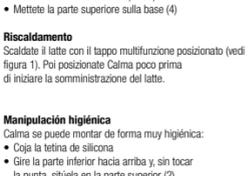
Entsorgung

Gemäss lokalen Vorschriften

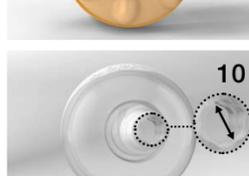
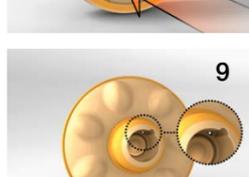
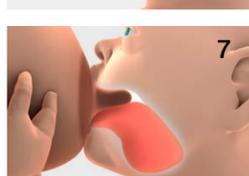
Pumping / Storing



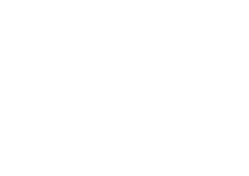
Preparation



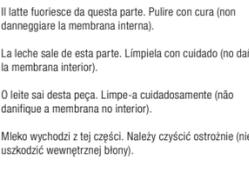
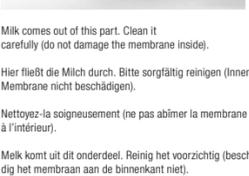
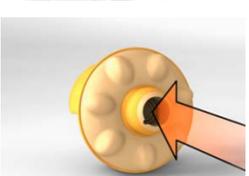
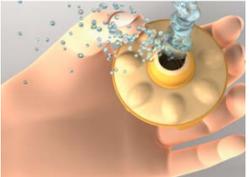
Correct latch-on position



Disassembly



Cleaning



- Tips**
- We recommend to use Calma exclusively from the first bottle feeding and only for breastmilk.
 - You may need a little patience until Calma will be accepted by your baby. It is the first time that your baby comes in contact with an artificial material instead of the familiar breast. Everything is new for your baby and he cannot smell you and your milk as with breastfeeding.
 - To encourage your baby to open his mouth to take Calma, stimulate the lip as you would with breastfeeding.
 - The Multi-Lid can be used on the bottle and on the bottom of Calma for storage.

- Tips**
- Wir empfehlen, Calma ab dem ersten Füttern mit einem Fläschchen und exklusiv mit Muttermilch zu verwenden. Calma wurde speziell für Muttermilch entwickelt.
 - Haben Sie etwas Geduld. Es besteht die Möglichkeit, dass Ihr Baby etwas Zeit benötigt, bis es aus Calma trinkt. So hässlich kommt es dabei zum ersten Mal mit einem künstlichen Material anstelle der vertrauten Brust in Berührung. Für Ihr Baby ist das alles neu und – im Gegensatz zum Stillen – kann es Sie und Ihre Milch nicht riechen.
 - Sie können Ihr Baby dazu bringen, den Mund zu öffnen und Calma anzunehmen, indem Sie wie beim Stillen seine Lippe berühren.
 - Der Multi-Deckel kann zum Verschließen der Flasche oder als Sockel für Calma für die Aufbewahrung verwendet werden.

- Conseils**
- Nous recommandons d'utiliser uniquement Calma dès le premier biberon et seulement pour le lait maternel.
 - Il vous faudra peut-être faire preuve d'un peu de patience avant que votre bébé n'accepte Calma. C'est en effet la première fois que celui-ci entre en contact avec un objet artificiel, au lieu du sein auquel il est habitué. Pour votre bébé, tout est nouveau : il ne sent plus votre odeur ni celle de votre lait, comme lorsqu'il est au sein.
 - Pour encourager votre bébé à ouvrir la bouche et attraper Calma, mettez votre doigt sur l'embout et stimulez sa lèvre comme lors de l'allaitement au sein.
 - Le couvercle peut être utilisé sur le biberon ainsi que la base de Calma pour conserver le lait.

- Tips**
- We raden u aan om Calma exclusief vanaf de eerste flesvoeding en alleen voor moedermelk te gebruiken.
 - U moet misschien een beetje geduld hebben tot Calma door uw baby wordt geaccepteerd. Het is de eerste keer dat uw baby kennismaakt met kunstmatig materiaal in plaats van de vertrouwde borst. Alles is nieuw voor uw baby en hij kan u en uw melk niet ruken zoals tijdens de borstvoeding.
 - Om uw baby aan te moedigen zijn mond te openen voor Calma, stimuleer u zijn lip zoals u zou doen bij de borstvoeding.
 - Het multideksel kan worden gebruikt om de fles of de basis van Calma af te sluiten.

- Consigli**
- Raccomandiamo di utilizzare esclusivamente Calma dal primo allattamento con poppatoio e solo per latte materno.
 - Potrebbe volerci un po' di tempo prima che Calma venga accettato dal bambino. È la prima volta che il vostro bambino entra in contatto con un materiale artificiale invece che con il seno. Per il vostro bambino è tutto nuovo, e non può sentire il vostro odore e quello del latte come nell'allattamento o al seno.
 - Per incoraggiare il bambino ad aprire la bocca per accettare Calma, stimolate il labbro come fareste allattando il seno.
 - Il Tappo può essere usato sulla bottiglia o come base di appoggio della tettarella Calma quando viene riposta.

- Consejos**
- Le recomendamos que utilice Calma exclusivamente desde la primera toma con biberón y solo con leche materna.
 - Debe tener paciencia hasta que su bebé acepte Calma. Es la primera vez que su bebé siente el contacto de un material artificial, en lugar del pecho al que está acostumbrado. Para el bebé, todo es nuevo y ya no siente su olor ni su leche, como durante la lactancia.
 - Para ayudar a su bebé a que abra la boca y acepte Calma, estimule el labio de la misma manera que durante la lactancia.
 - La tapa multifunción puede utilizarse en el biberón y en la base de Calma para su conservación.

- Sugestões**
- Recomendamos o uso da Calma a partir da primeira instância de alimentação com biberão, e apenas com leite

