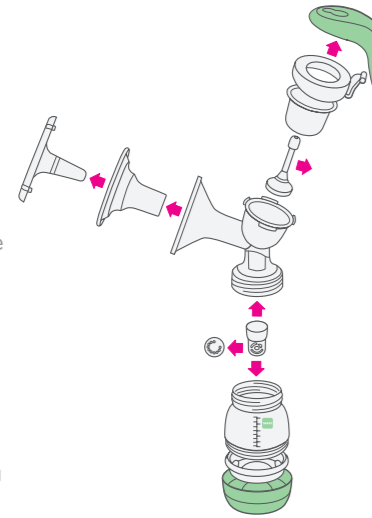


thoroughly with cold water afterwards. Do not use any abrasive cleaning agents such as anti-bacterial solutions, as these could attack the appliance's surface. Dry with a clean cloth or leave to dry on a clean cloth.

2.2. Cleaning in the dishwasher

To clean the breast pump in the dishwasher, place the separated parts on the top rack of the dishwasher or in the cutlery section. When washing the pump parts in the dishwasher, the components may become discoloured by food pigments – this does not affect their function. We recommend to carefully clean the valve body and valve membrane by hand to prevent damages and to ensure that those small components do not get lost.



2.3. Sterilising the breast pump

Before using the pump for the first time and once a day, all parts of the pump must be sterilised. The separated pump parts can be sterilised in boiling water, in an electric or microwave steam steriliser as well as in cold sterilising liquid. Store the pump set in a clean bag / container and use the funnel cover for further protection of the silicone cushion until next use.

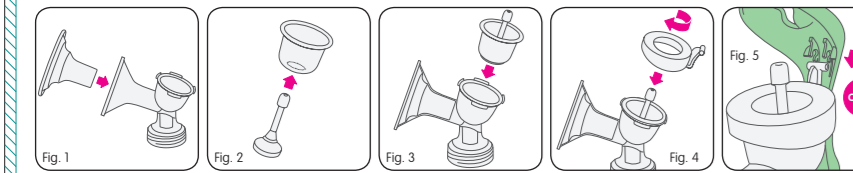
Please note: never sterilise the assembled pump – always separate the parts.
Important: allow all parts of the Breast Pump to fully cool and dry before use.

3. Using the appliance

3.1. Manual pumping

3.1.1. Assembly

- For hygienic reasons, please wash your hands thoroughly before assembling the breast pump.
- Place the silicone cushion into the funnel adaptor. Make sure to connect the silicone cushion to the rim of the funnel properly by fitting it over the rim (Fig. 1).
 - Insert the inner cap stopper into the membrane until it engages properly (Fig. 2).
 - Insert both parts into the funnel adaptor (Fig. 3).
 - Screw the handle holder on top of the membrane (Fig. 4).
 - Connect the handle to the handle holder so that it clicks firmly into place (Fig. 5). Then place the inner cap stopper in lock position by pulling the upper part of the cap stopper into the opening closer to the pump handle (Fig. 6).
 - Carefully press the valve membrane into the hole of the valve body until it engages. The valve membrane should be pressed flat and tight to avoid air leakage (Fig. 7).
 - Now correctly place the valve membrane with the valve body onto the funnel adaptor (Fig. 8).
 - Screw the bottle onto the funnel adaptor tightly (Fig. 9).



1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12

3.1.2. Preparing for pumping

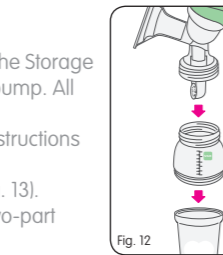
- Wash your hands with soap and your breasts and nipples with a warm washcloth and clean fresh water.
- Squeeze a little bit of milk out of each nipple to make sure the milk ducts are not clogged.
- Ensure all parts are clean before use.
- Before using, make sure that the pump is properly assembled and fully screwed onto the bottle.
- Sit comfortably and lean forward slightly. Place a glass of water within easy reach.
- Place the funnel firmly on your breast. Make sure no air escapes through the side, otherwise no suction will develop.
- Support the breast with your hand from below and hold the funnel onto your breast with your thumb and index finger (Fig. 10).
- Expressing milk without using the silicone inlay is more effective than with the silicone inlay. So you may want to remove the inlay once you become more comfortable with expressing.

3.1.3. Pumping

- Use your other hand for pumping.
- Hold the adaptor neck with your thumb and the handle with your remaining fingers.
- Press and release the handle to operate the pump at a speed of approximately 60 times per minute. Only squeeze the handle as far as it remains comfortable and adjust the speed to your personal preference (Fig. 11).
- We recommend a faster pump rhythm to stimulate milk flow. Once the milk starts flowing, you can switch to a slower rhythm.
- Try to pump consistently to keep the milk flow established. Expressing milk or stimulating does not come easily to everyone. If you find it is less comfortable than you had hoped, ask your midwife or other healthcare professional for advice.

3.2. Use in combination with the MAM Storage Solution

- Remove the Easy Start™ base with its silicone valve and screw the Storage Solution on its place. This unit can now be screwed onto the pump. All sizes of Easy Start™ bottle can be used in this way (Fig. 12).
- Bring the pump to the breast and express. Please refer to the instructions for manual pumping above.
- Unscrew the Storage Solution and close securely with the lid (Fig. 13).
- To label with the date and time of expression, use the special two-part area on the Storage Solution. A pencil is best.



4. Storing and warming breast milk

4.1. Storage

- Expressed breast milk can be stored either in the MAM Easy Start™ bottle or in the Storage Solution.
- The Easy Start™ bottle with the expressed milk can be sealed either with the bottle screw ring, teat and cap, or with the bottle screw ring and sealing disc (Fig. 14).

Storage of breastmilk

5-8 hrs	At room temperature, up to 26° C
24 hrs	In a chilly bag with frozen cooling packs (at least 1 each per milk container)
3 days	In the refrigerator at 4° to 6° C
1-2 weeks	Freezer compartment at -15° C
3-4 months	In the deepfreezer at -16° to -20° C

- Please note: the Easy Start™ bottle is not suitable for storing expressed milk in the freezer or freezer compartment.
- Do not store breast milk in the door of the refrigerator. Instead, choose the coldest part of your refrigerator (this is at the back of the glass shelf above the vegetable compartment).
- It is recommended that breast milk is frozen in small portions of 50-120ml/ 1.5-4.0 UK fluid ounces. Fill the Storage Solution only up to the 120ml level mark for freezing. Never overfill.
- Use milk that has been stored the longest first.
- When transporting breast milk, it is important that the cooling chain is not interrupted.

4.2. Milk warming

- Gently defrost frozen milk in the fridge, carefully in a water bath or with a bottle warmer that offers a defrost setting, such as the MAM Electric Steriliser & Express Bottle Warmer. Thawed, but not yet heated breast milk can be kept in the fridge for 24 hrs.
- Do not put the milk in a microwave to heat: if you do, micronutrients and important immunological properties will be lost.
- To warm the milk, place in a bath of hot water or a bottle warmer.
- Remove the top screw ring and sealing disc of the Easy Start™ before placing the bottle in the water bath or bottle warmer for warming. Be sure to remove teat and lid before heating.
- Breast milk should never be refrozen. Pour warmed unused milk away.
- Never mix newly expressed breast milk with frozen milk.
- Always check the temperature of the milk before feeding.
- Once your baby has drunk from a bottle of breast milk, it should be used within the hour and anything left over should be thrown away.

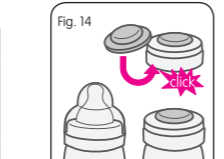
5. Feeding

MAM recommends the MAM Easy Start™ Anti-Colic Bottle for feeding breast milk.

5.1. Easy Start™ Anti-Colic Bottle

Before first use

- Before first use, disassemble and clean the product and then place the components in boiling water for 5 minutes. This is to ensure hygiene. See specific chapter to find out more about cleaning.
- When first used and sometimes during use, the ventilation slit in the raised bubble on the underside of the teat base can stick together. This will prevent air from entering the bottle during feeding and as a result, cause the teat to collapse. Slowly brush over the bubble (ventilation) a few times with your thumb or fingers to re-open the slit.



- ### Cleaning
- Before each subsequent use, disassemble and clean the product carefully in warm soapy water. Rinse well with clean water before sterilising, in order to ensure hygiene. Avoid harmful ingredients in the soap such as alcohol, chlorine, and/or microplastics. Do not leave items standing in the cleaning detergent like soapy water longer than recommended – this could negatively affect the product function.
 - Inspect all individual bottle parts before each use and pull the feeding teat in all directions. Replace at the first signs of damage or wear.
 - To ensure proper cleaning, all bottle parts MUST be disassembled. Cleaning while assembled can damage the bottle.
 - Dishwasher safe on top dishwasher rack (max. 65°C / 149°F) but food colourings may discolour components. This does not affect their function.
 - Do not use abrasive cleaning agents. Only soft bristle brushes or soft sponges should be used. Hard scourers may scratch the plastic.
 - Ensure no residual food remains in the bottle parts after cleaning and before sterilising.

Sterilising

- To ensure proper cleaning/sterilising all bottle parts MUST be disassembled.
- Clean all bottle parts before sterilising.
- After cleaning, sterilise using one of the following methods: steam sterilising (electric or microwave according to manufacturer's instructions), boiling in water for at least 5 minutes or immersing in a liquid sterilising solution.
- Do not leave any item (including the feeding teat) standing in sterilising solutions longer than recommended, or leave in direct sunlight or heat – this could negatively affect the product function and may weaken the teat.
- NEVER self-sterilise the bottle when it is screwed together lightly. This can damage the bottle and distort the threads where the bottle screws together.

Self-sterilising function of Easy Start™ in the Microwave

The self-sterilising function of the Easy Start™ Anti-Colic bottle is proven to be effective for killing common household germs and bacteria. This method is completely sufficient and safe. For the best results, please follow all instructions carefully and use only as directed. This practical and time- and energy saving function can be achieved in 5 simple steps. Always thoroughly clean individual bottle parts before beginning this process!

Step 1: After cleaning, assemble bottle parts as follows: base with silicone valve, teat with screw ring, bottle body and protective cap.

Step 2: Measure 20 ml of cool water using the bottle cap. Fill the base with silicone valve with 20 ml of cool water.

Step 3: Place the screw ring with teat in the bottle base. Place the bottle body on it. Screw in JUST SLIGHTLY to avoid pouring out hot water when removing the bottle from microwave. DO NOT SCREW DOWN FULLY. Place the protective cap on top.

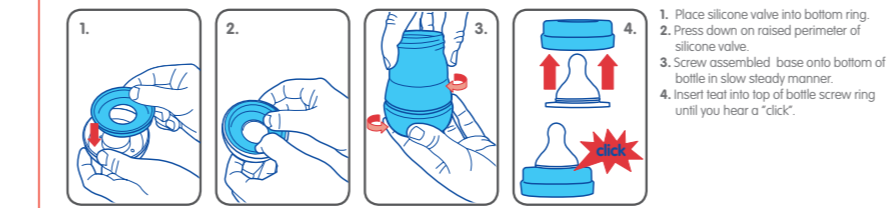
Step 4: Set the microwave timer according to the number of bottles being simultaneously cleaned. Set microwave from 500 to 1000 Watts.

Number of bottles sterilized at the same time	1	2	3	4	5	6
Estimated duration of sterilizing (min)	3	4	5	6	7	8

- Step 5:** After self-sterilising allow bottle to cool down before removing from the microwave. Recommended cooling time: at least 10 minutes at opened microwave door. Be careful to hold the base and keep holding the bottle up straight when removing from the microwave to avoid spilling any leftover hot water. After the process is complete, the Easy Start™ bottle remains disinfected for up to 48 hours after self-sterilising in the microwave, provided that it remains assembled as shown in Step 3.
- For immediate usage: Pour away the leftover water from the base. Allow bottle parts to dry.
 - Always store bottle assembled.

Assembling

- Assemble the bottle as per diagram (diagram below), ensuring the valve is firmly/correctly pressed down and parts screwed together correctly.
- Ensure valve is assembled correctly and the base of the bottle is firmly attached prior to filling bottle with liquid.



For correct microwave sterilisation IMPORTANT FACTS

- Follow the instructions in the user manual of your microwave or multifunctional device.
- Ensure that all parts of the self-sterilising bottle and microwave (including waveguide cover and turntable) are COMPLETELY clean and free from dirt, food residue, fat or oil splashes. If not this could lead to the product melting, the microwave sparking or the waveguide-cover burning!
- The Easy Start™ Anti-Colic bottle should only be placed on solid and flat surfaces.
- Do not put the Easy Start™ Anti-Colic bottle in the center of the turntable as this could result in an uneven heat distribution.
- Do not leave your microwave unattended during the sterilising process.
- Never place the bottle in the microwave without water.
- Stop the microwaving process immediately if all the water has been vaporised!
- Filling the base with too much or not enough water can damage the bottle.
- Always set the microwave to the correct power and time.
- If using a combination microwave oven, ensure that the Easy Start™ Anti-Colic bottle is not exposed to the heat of the grill because this will damage it.
- TAKE CARE when handling recently disinfected items: they may still be hot.
- Always store the bottle dry.
- Wash hands before touching disinfected items.
- Be careful to hold the base and keep holding the bottle up straight when removing from the microwave to avoid spilling any leftover hot water.
- Do not wash the Easy Start™ Anti-Colic bottle after disinfection.
- Do not touch the teat after disinfection. Handle teat by using the screw ring.

HEATING Instructions:

- Heat the bottle by one of the following methods: Place in a bottle warmer, under hot running water or in a container of heated water.
- NEVER pour boiling water into the bottle.
- NEVER heat or cool a sealed bottle. Remove the protective cap and teat (with screw ring) before heating, especially before bottle warmer and microwave heating. Do not overheat as this may damage the bottle.
- NEVER place bottle in a traditional oven.
- Take extra care when heating in the microwave, localized over heating can occur. Do not place the bottle in the center of the turn table, this could result in an uneven heat distribution.
- After warming the bottle, wrap a cloth or towel around the bottom of the bottle and gently fill from side to side several times in order to release any excess water from the base.
- After warming the bottle it is recommended to tighten the bottom of the bottle.
- After warming the bottle, always stir thoroughly to evenly distribute heat.
- Please follow the temperature instructions of the formula manufacturer when preparing milk formula for your baby.
- Allow boiled drinking water to cool down to approx. 40-50°C. Only then fill the cooled water into the bottle and add the required amount of milk formula powder.
- It is recommended to rather stir the food than shake, to avoid any air bubbles which might cause colic.
- Allow to cool down to drinking temperature (approx. 37°C).
- Always test the temperature before serving.

Further important information:

- The bottle is made of polypropylene which is hygienic, easy to clean and relatively soft. Avoid any heavy pressure on it, as this could affect the function.
- Do not use pin or sharp object to enlarge feeding hole of teat.
- Do not let babies self-feed.
- Always store the bottle dry.
- Store teats and valves in a dry sealed container.
- For freezing breast milk please use the MAM Storage Solution.
- Always use only MAM Teats with the MAM Bottles.
- Use sugar free food or liquids only.
- To avoid injury, do not let baby walk with bottle.
- NEVER put your baby to bed with bottle. Prolonged contact with liquids may cause severe tooth decay.
- Bottle teat fits all MAM Bottles and the Trainer+.
- Please retain instructions for future use.

For your child's safety and health WARNING!

- Continuous and prolonged sucking of fluids will cause tooth decay.
- Always check food temperature before feeding.
- Throw away at the first signs of damage or weakness.
- Keep components not in use out of the reach of children.
- Never attach to cords, ribbons, laces or loose parts of clothing. The child can be strangled.
- Never use feeding teats as a soother.
- Always use this product with adult supervision.

6. Troubleshooting – Manual Breast Pump

If there is low or no suction

- Check that all connections are properly attached at all connection points.
- Check that the silicone cushion is firmly seated in the funnel adaptor.
- Check that the valve body is firmly connected to the funnel adaptor.
- Check that the membrane cap/handle holder is properly connected.
- Ensure that the breast shield forms a complete seal around the breast.

Milk backflow

- If milk or water is found in the membrane, rinse the membrane with clean, hot water.
- Check to ensure that the membrane is not damaged.

MAM Handmilchpumpe zur elektrischen Milchpumpe erweitern / Expand the MAM manual breast pump to an electric breast pump



Hebammen haben getestet und sind überzeugt:

98 % der Hebammen empfehlen die MAM Handmilchpumpe „Die Flexibilität, die MAM Milchpumpe manuell oder elektrisch verwenden zu können unterstützt Mütter beim erfolgreichen Abpumpen“ – 99 % stimmen dieser Aussage zu bis vollkommen zu. Hebammen-Produkttest, hebammen-testen.de, 12/2020, n=200

Tested by convinced midwives:

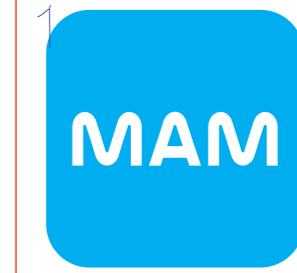
98% of midwives recommend the MAM manual breast pump "The flexibility to use the MAM breast pump manually or electrically supports mothers in expressing successfully" – 99% agree to completely agree with this statement. Midwife product test, hebammen-testen.de, 12/2020, n = 200

MAM Babyartikel GmbH
Rudolf-Diesel-Straße 6-8, 27383 Scheeßel, Deutschland
DE: Kostenfreie Eltern-Hotline: 0800 – 2229626,
E-Mail: info@mam-babyartikel.de;
AT: Kostenfreie Eltern-Hotline: 0800 – 900090,
E-Mail: kundenservice@mambaby.com

GGD1D8AD001.AAA



mambaby.com



Inhalt / Contents

- DE:**
- Produktbeschreibung
 - Reinigung und Wartung
 - Verwendung
 - Abpumpen
 - Gebrauch in Verbindung mit dem MAM Aufbewahrungsbecher
 - Aufbewahren und Erwärmen von Muttermilch
 - Füttern
 - MAM Easy Start™ Anti-Colic Flasche
 - Fehlersuche
- EN:**
- Product description
 - Cleaning and maintaining the appliance
 - Using the appliance
 - Manual pumping
 - Use in combination with the MAM Storage Solution
 - Storing and warming breast milk
 - Feeding
 - MAM Easy Start™ Anti-Colic Bottle
 - Troubleshooting

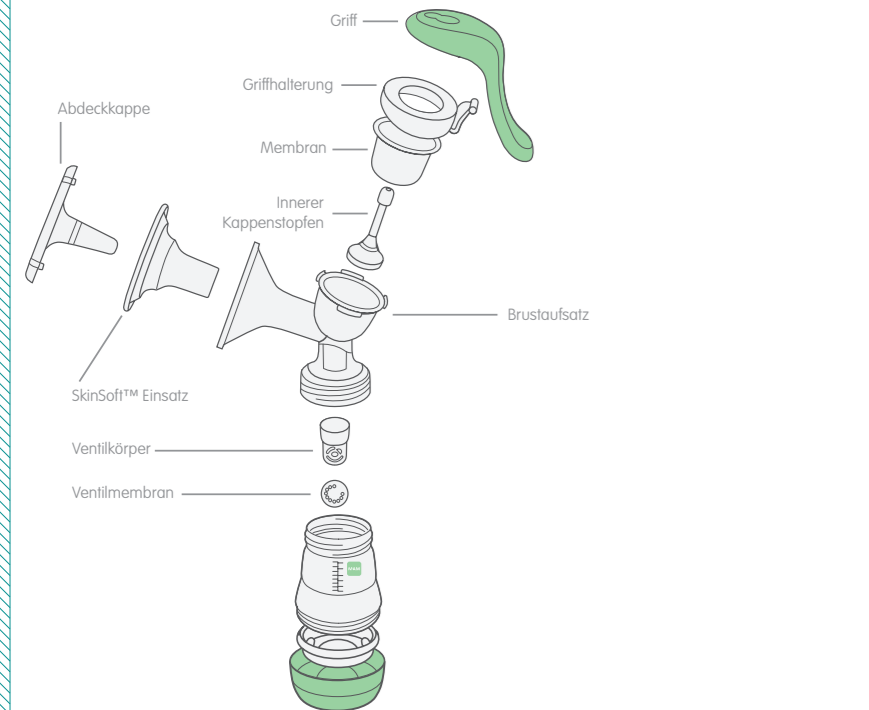


Handmilchpumpe Manual Breast Pump

DE: Handmilchpumpe

Bitte lesen Sie vor dem ersten Gebrauch der MAM Handmilchpumpe alle Gebrauchshinweise sorgfältig. Bitte bewahren Sie diese Gebrauchshinweise sorgfältig auf.

1. Produktbeschreibung zur manuellen Verwendung



2. Reinigung und Wartung

Vor dem ersten Gebrauch der MAM Handmilchpumpe müssen alle Teile, die mit der Brust und der Muttermilch in Berührung kommen, auseinandergenommen, gereinigt und sterilisiert werden. Nach jedem Abpumpen mit der MAM Handmilchpumpe gründlich reinigen und einmal täglich sterilisieren.

2.1. Reinigen von Hand
Vor der Reinigung muss die Pumpe vollständig in alle Einzelteile zerlegt werden, auch der Ventilkörper und die Ventilmembran. Spülen Sie zunächst alle Teile unter kaltem Wasser ab. Waschen Sie anschließend alle Einzelteile mit einem feuchten Lappen in warmem Spülwasser ab und spülen Sie gründlich mit kaltem Wasser nach.

Sie alle Teile mit einem sauberen Geschirrtuch oder Papiertüchern ab oder lassen Sie sie auf einem sauberen Tuch an der Luft trocknen.

2.2. Reinigen in der Spülmaschine

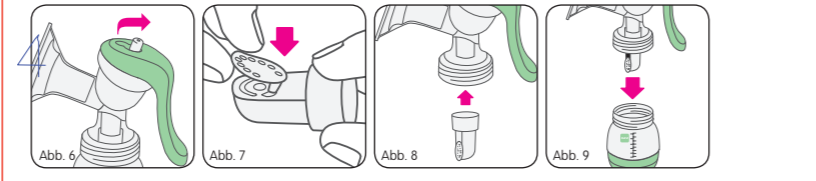
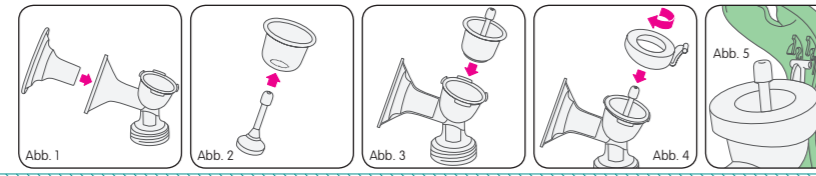
Zum Reinigen der Milchpumpe in der Spülmaschine legen Sie die auseinandergenommenen Einzelteile in das obere Fach des Geschirrspülers oder in das Besteckfach. Beim Reinigen der Pumpenteile im Geschirrspüler kann es zu Verfärbungen durch Lebensmittelpigmente kommen. Dies beeinträchtigt nicht die Funktion der Milchpumpe. Es wird empfohlen, den Ventilkörper und die Ventilmembran von Hand zu reinigen. So werden Beschädigungen vermieden und sichergestellt, dass diese kleinen Einzelteile nicht verloren gehen.

2.3. Sterilisieren der Milchpumpe

Vor dem ersten Gebrauch und einmal täglich müssen alle Einzelteile der Milchpumpe sterilisiert werden. Die auseinandergenommenen Einzelteile können in einem Topf mit kochendem Wasser für mindestens fünf Minuten ausgekocht, im elektrischen Sterilisator oder im Mikrowellen-Dampfsterilisator sowie in sterilisierenden Flüssigkeiten ohne Erhitzen sterilisiert werden. Bewahren Sie das Pumpset bis zum nächsten Gebrauch in einem sauberen Beutel/Behälter auf. Verwenden Sie die Abdeckkappe zum Schutz des SkinSoft™ Einsatz. **Bitte beachten Sie:** Sterilisieren Sie die Milchpumpe niemals im zusammengesetzten Zustand. Zerlegen Sie sie erst in alle Einzelteile. **Wichtig:** Lassen Sie alle Teile der Milchpumpe vollständig abkühlen und trocknen, bevor Sie sie verwenden.

3. Verwendung

- 3.1. Abpumpen**
3.1.1. Zusammenbauen
Waschen Sie aus Hygienegründen bitte gründlich Ihre Hände, bevor Sie die Milchpumpe zusammenbauen.
 - Setzen Sie den SkinSoft™ Einsatz optional in den Brustaufsatz. Stellen Sie sicher, dass der SkinSoft™ Einsatz über den Rand des Brustaufsatzes gezogen und somit korrekt mit dem Brustaufsatz verbunden ist (Abb. 1).
 - Schieben Sie den inneren Kappenstopfen so in die Membran, dass er fest einrastet (Abb. 2).
 - Setzen Sie beide Teile in den Brustaufsatz ein (Abb. 3).
 - Schrauben Sie die Griffhalterung mit einer Viertelumdrehung auf die Membran auf (Abb. 4).
 - Verbinden Sie den Griff mit der Griffhalterung. Beim Einrasten muss ein Klickgeräusch hörbar sein (Abb. 5). Bringen Sie nun den inneren Kappenstopfen in die verriegelte Position. Heben Sie dazu das Ende des Stopfens, das aus der Öffnung ragt, und schieben Sie ihn in Richtung des Griffes (Abb. 6).
 - Drücken Sie die Ventilmembran vorsichtig in die Öffnung des Ventilkörpers, bis sie einrastet. Um luftdicht abzuschließen, muss die Ventilmembran flach aufliegen und festsitzen (Abb. 7).
 - Setzen Sie den Ventilkörper mit der Ventilmembran nun korrekt in den Brustaufsatz ein (Abb. 8).
 - Schrauben Sie die Flasche fest an den Brustaufsatz (Abb. 9).



3.1.2. Vorbereiten für das Abpumpen

- Waschen Sie Ihre Hände mit Seife sowie Ihre Brüste und Brustwarzen mit einem warmen Waschlappen und klarem Wasser.
- Drücken Sie aus jeder Brustwarze behutsam ein wenig Milch heraus, um sicherzustellen, dass die Milchkanäle nicht verstopft sind.
- Achten Sie darauf, dass alle Teile vor dem Gebrauch gereinigt wurden.
- Stellen Sie vor dem Gebrauch sicher, dass die Pumpe richtig zusammengesetzt und fest auf die Flasche geschraubt ist.
- Setzen Sie sich bequem hin und beugen Sie sich leicht nach vorn. Stellen Sie sich ein Glas Wasser griffbereit.
- Halten Sie den Brustaufsatz fest gegen Ihre Brust. Achten Sie darauf, dass keine Luft an den Seiten entweichen kann, da sich sonst kein Saugdruck aufbauen kann.
- Stützen Sie die Brust von unten mit der Hand und halten Sie dabei den Brustaufsatz mit Daumen und Zeigefinger an Ihre Brust (Abb. 10).
- Das Abpumpen von Milch ist ohne den SkinSoft™ Einsatz effektiver als mit dem SkinSoft™ Einsatz. Sobald Sie mit dem Abpumpen vertrauter geworden sind, kann es also vorteilhaft sein, den SkinSoft™ Einsatz zu entfernen.



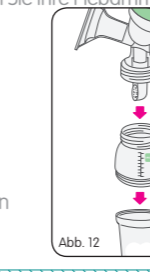
3.1.3. Abpumpen

- Verwenden Sie zum Pumpen Ihre freie Hand.
- Halten Sie dabei den Hals des Brustaufsatzes mit Ihrem Daumen und den Griff mit den übrigen Fingern fest.
- Um abzupumpen, drücken Sie den Griff nach unten und lassen ihn wieder los. Verfahren Sie mit einer Pumpenfrequenz von etwa 60 Pumpstößen pro Minute. Drücken Sie den Griff nur soweit nach unten, wie es für Sie angenehm ist und passen Sie die Pumpenfrequenz an Ihre persönlichen Vorlieben an (Abb. 11).
- Wir empfehlen einen schnelleren Abpumperrhythmus, um den Milchfluss anzuregen. Sobald die Milch fließt, können Sie zu einem langsameren Rhythmus übergehen.
- Versuchen Sie, einen gleichmäßigen Pumperrhythmus beizubehalten, um den Milchfluss aufrechtzuerhalten.

Das Abpumpen von Milch bzw. das Anregen des Milchflusses funktioniert nicht bei allen Frauen gleich gut. Sollte es sich für Sie unangenehm anfühlen als erwartet, fragen Sie Ihre Hebamme oder eine Stillberaterin um Rat.

3.2. Gebrauch in Verbindung mit dem MAM Aufbewahrungsbecher

- Entfernen Sie das Bodenventil von der Easy Start™ Anti-Colic Flasche und schrauben Sie stattdessen den Aufbewahrungsbecher an. Schrauben Sie dann beides zusammen an die Handmilchpumpe. Alle Größen der Easy Start™ Anti-Colic Flasche sind dafür geeignet (Abb. 12).
- Sie können nun mit dem Abpumpen beginnen. Bitte beachten Sie die oben aufgeführten Gebrauchshinweise für das Abpumpen.
- Nach dem Abpumpen schrauben Sie den Aufbewahrungsbecher ab und



verschließen Sie ihn mit dem Deckel (Abb. 13).
5. Verwenden Sie zum Beschriften mit Datum und Uhrzeit das speziell dafür vorgesehene Feld auf dem Aufbewahrungsbecher. Verwenden Sie am besten einen Bleistift.

4. Aufbewahren und Erwärmen von Muttermilch

4.1. Aufbewahren

- Abgepumpte Muttermilch kann in der MAM Easy Start™ Anti-Colic Flasche oder in dem Aufbewahrungsbecher aufbewahrt werden.
- Verwenden Sie zum Verschließen der mit abgepumpter Milch gefüllten Easy Start™ Flasche den Schraubring, den Sauger und die Schutzkappe oder aber den Schraubring und das Verschlussplättchen (Abb. 14).

Haltbarkeit von Muttermilch

5–8 Std.	Bei Zimmertemperatur bis 26°C
24 Std.	In der Kühlkammer mit gefrorenen Kühlpacks (pro Behälter mind. 1 Pack)
3 Tage	Im Kühlschrank bei 4° bis 6°C
1–2 Wochen	3 Sterne-Eisfach im Kühlschrank bei -15°C
3–4 Monate	Im Tiefkühler bei -16° bis -20°C

- Bitte beachten Sie: Die Easy Start™ Flasche eignet sich nicht zum Aufbewahren von Muttermilch im Gefrierfach oder -schrank.
- Bewahren Sie Muttermilch nicht in der Tür des Kühlschranks auf. Verwenden Sie dazu den kältesten Ort im Kühlschrank (dieser befindet sich im hinteren Teil, auf der Glasplatte über dem Gemüsefach).
- Es wird empfohlen, Muttermilch in kleinen Portionen von 50 bis 120 ml einzufrieren. Füllen Sie den Aufbewahrungsbecher zum Einfrieren nur bis zur 120-ml-Markierung. Füllen Sie niemals zu viel ein.
- Verbrauchen Sie immer zuerst die Milch, die bereits am längsten gelagert wird.
- Achten Sie beim Transportieren von Muttermilch darauf, dass die Kühlkette nicht unterbrochen wird.

4.2. Erwärmen der Muttermilch

- Tauen Sie die Muttermilch schonend im Kühlschrank oder vorsichtig im Wasserbad auf oder verwenden Sie dazu einen Flaschenwärmer mit einer Auftau-Funktion (beispielsweise den MAM Electric Steriliser & Express Bottle Warmer).
- Aufgetaute, aber noch nicht erwärmte Muttermilch kann 24 Std. im Kühlschrank aufbewahrt werden.
- Erwärmen Sie die gefrorene Muttermilch nicht in der Mikrowelle. Andernfalls können wichtige Inhaltsstoffe und immunologische Eigenschaften verloren gehen.
- Stellen Sie die Muttermilch zum Erwärmen in ein Wasserbad oder verwenden Sie einen Flaschenwärmer.
- Entfernen Sie den oberen Schraubring und das Verschlussplättchen, bevor Sie die Flasche zum Erwärmen ins Wasserbad oder in den Flaschenwärmer stellen. Achten Sie darauf, vor dem Erwärmen den Sauger und die Schutzkappe zu entfernen.
- Aufgetaute Muttermilch darf niemals erneut eingefroren werden.
- Aufgewärmte Milchreste müssen entsorgt werden.
- Mischen Sie niemals frisch abgepumpte und eingefrorene Muttermilch.
- Prüfen Sie vor dem Füttern immer die Temperatur der Milch.
- Sobald Ihr Baby angefangen hat, aus einer Flasche mit abgepumpter Muttermilch zu trinken, sollte diese innerhalb einer Stunde verbraucht werden. Eventuell übrigbleibende Milchreste müssen entsorgt werden.



5. Füttern

MAM empfiehlt zum Füttern von Muttermilch die Flasche MAM Easy Start™ Anti-Colic.

5.1. Easy Start™ Anti-Colic Flasche

- Das Produkt vor dem ersten Gebrauch in sämtliche Einzelteile zerlegen und reinigen. Einzelteile anschließend 5 Minuten lang in kochendes Wasser legen. Dies dient zum Sicherstellen der Hygiene. Nähere Informationen zum Reinigen finden Sie in dem entsprechenden Abschnitt.
- Bei der ersten Verwendung, oder auch nach längerem Gebrauch, kann das Ventilationsloch (in der erhöhten Blase an der Unterseite des Saugers) zusammenkleben. Dadurch kann keine Luft beim Füttern in die Flasche eindringen und der Sauger zieht sich zusammen. Vorsichtig einige Male mit dem Daumen oder Finger über die Blase (Lüftung) streichen, um den Schlitz wieder zu öffnen.

Reinigen

- Das Produkt vor jedem weiteren Gebrauch in sämtliche Einzelteile zerlegen und in warmem Seifenwasser reinigen. Aus Hygienegründen vor dem Sterilisieren gut mit sauberem Wasser abspülen. Keine Reinigungsprodukte mit schädlichen Inhaltsstoffen wie Alkohol, Chlor und/oder Mikropartikel verwenden. Teile nicht länger als empfohlen in einer Reinigungslösung (z. B. Seifenwasser) liegen lassen – dadurch könnte die Funktion des Produkts beeinträchtigt werden.
- Vor jedem Gebrauch alle Einzelteile der Flasche prüfen und den Sauger in alle Richtungen ziehen. Produkt beim ersten Anzeichen von Beschädigungen oder Abnutzung austauschen.
- Für eine optimale Reinigung MUSS die Trinkflasche in sämtliche Einzelteile zerlegt werden. Reinigen im zusammengesetzten Zustand kann die Flasche beschädigen.
- Geeignet für die Reinigung im oberen Fach des Geschirrspülers (bei max. 65 °C). Einzelteile können durch Lebensmittel verfärbt werden. Dies beeinträchtigt nicht die Funktion des Produkts.
- Keine scheuernden Reinigungsmittel verwenden. Nur weiche Bürsten oder weiche Schwämme verwenden. Harte Reinigungsbürsten können den Kunststoff zerkratzen.
- Sicherstellen, dass sich nach dem Reinigen und vor dem Sterilisieren keine Nahrungsreste mehr in den Einzelteilen der Flasche befinden.

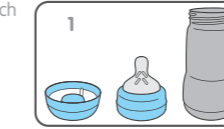
Sterilisieren

- Für eine optimale Reinigung/Sterilisation MUSS die Trinkflasche in sämtliche Einzelteile zerlegt werden.
- Alle Einzelteile der Flasche vor dem Sterilisieren reinigen.
- Nach der Reinigung kann wie folgt sterilisiert werden: Dampfsterilisation (elektrisch oder in der Mikrowelle, je nach Anweisungen des Herstellers), Sterilisieren in kochendem Wasser (mindestens 5 Minuten) oder in einer Sterilisationslösung.
- Teile (einschließlich des Saugers) nicht länger als empfohlen in der Sterilisationslösung liegen lassen oder direkter Sonne bzw. Hitze aussetzen – dadurch könnte die Funktion des Produkts oder der Sauger beeinträchtigt werden.
- Flasche NIEMALS im fest verschraubten Zustand (selbst-) sterilisieren. Das kann die Flasche beschädigen und die Gewinde verziehen, mit denen die Flasche zusammengeschraubt ist.

Selbst-sterilisierende Funktion der Easy Start™ Anti-Colic für die Mikrowelle

Die selbst-sterilisierende Funktion der Easy Start™ Anti-Colic tötet nachweislich und effektiv Bakterien und Keime ab, die häufig im Haushalt vorkommen. Diese Selbst-Sterilisation ist vollkommen ausreichend und sicher. Für ein optimales Ergebnis befolgen Sie bitte sorgfältig alle Anweisungen und verwenden Sie die Funktion nur wie angegeben. Diese praktische sowie zeit- und energiesparende Funktion lässt sich in 3 einfachen Schritten nutzen. Reinigen Sie alle Einzelteile der Flasche sorgfältig, bevor Sie mit diesen Schritten beginnen!

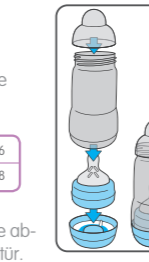
- Schritt 1:** Gereinigte Einzelteile der Flasche wie folgt zusammensetzen: Bodenventil mit Silikonventil, Sauger mit Schraubring, Flaschenkörper und Schutzkappe.
- Schritt 2:** 20 ml kaltes Wasser mithilfe der Schutzkappe der Flasche abmessen. In den Bodenteil mit Silikonventil füllen.
- Schritt 3:** Schraubring mit Sauger in den Flaschenboden einsetzen. Darauf den Flaschenkörper platzieren. Flaschenkörper LEICHT einschrauben, um ein Verschütten von heißem Wasser



beim Herausnehmen der Flasche aus der Mikrowelle zu vermeiden. NICHT VOLLSTÄNDIG FESTSCHRAUBEN. Schutzkappe anbringen.

Schritt 4: Benötigte Zeit variiert entsprechend der Flaschenanzahl. Daher bitte die folgende Tabelle beachten. Leistungsstufe der Mikrowelle zwischen 500 und 1.000 Watt einstellen.

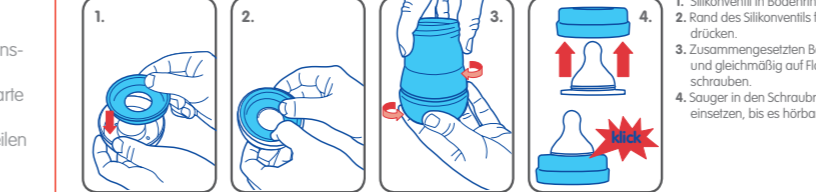
Anzahl der Flaschen, die gleichzeitig sterilisiert werden sollen	1	2	3	4	5	6
Dauer der Sterilisation [Min.]	3	4	5	6	7	8



Schritt 5: Flasche nach der Selbst-Sterilisation vor dem Herausnehmen aus der Mikrowelle abkühlen lassen. Empfohlene Abkühlzeit: mindestens 10 Minuten bei geöffneter Mikrowellentür. Vorsichtig den Bodenteil greifen und Flasche aufrecht aus der Mikrowelle heben, um ein Verschütten von heißem Restwasser zu vermeiden. Nach der Selbst-Sterilisation in der Mikrowelle bleibt die Easy Start™ Flasche bis zu 48 Stunden lang desiniziert, falls sie wie in Schritt 3 gezeigt zusammengesetzt bleibt. Zur sofortigen Verwendung; Restwasser im Boden ausschütten. Einzelteile trocknen lassen. Flasche immer im zusammengesetzten Zustand aufbewahren.

Zusammensetzen

- Flasche wie im folgenden abgebildet zusammensetzen. Ventil muss nach dem Herunterdrücken fest bzw. korrekt sitzen. Teile müssen korrekt verschraubt sein.
- Vor Befüllen der Flasche mit Flüssigkeit sicherstellen, dass das Ventil korrekt montiert ist und der Flaschenboden fest sitzt.



WICHTIGE INFOS Zur korrekten Sterilisation in der Mikrowelle

- Anweisungen in der Bedienungsanleitung der Mikrowelle oder des Multifunktionsgeräts folgen.
- Alle Teile der selbst-sterilisierenden Flasche und der Mikrowelle (einschließlich Wellenleiter-Abdeckung und Drehteller) müssen VOLLKOMMEN sauber und frei von Schmutz, Speiseresten, Fett oder Öspritzern sein. Andernfalls kann das Produkt schmelzen, Funken können in der Mikrowelle entstehen oder die Wellenleiter-Abdeckung könnte Feuer fangen!**
- Easy Start™ Anti-Colic nur auf einem festen und ebenen Untergrund abstellen.
- Flasche nicht in die Mitte des Drehtellers stellen, da dies zu einer ungleichmäßigen Wärmeverteilung führen kann.
- Mikrowelle während des Sterilisationsprozesses nicht unbeaufsichtigt lassen.
- Flasche niemals ohne Wasser in die Mikrowelle stellen.
- Falls das gesamte Wasser verdunstet ist, Mikrowelle sofort ausschalten!
- Wenn sich zu viel oder zu wenig Wasser im Bodenteil befindet, kann dies die Flasche beschädigen.
- Leistungsstufe und Zeit für die Mikrowelle stets korrekt einstellen.
- Bei Verwendung einer Mikrowelle mit Grillfunktion darauf achten, dass die Easy Start™ Anti-Colic nicht der Hitze der Heizstäbe ausgesetzt wird, da dies zu Beschädigungen führen kann.
- VORSICHT im Umgang mit den desinzierten Teilen, da diese noch heiß sein könnten.
- Flasche immer in trockenem Zustand aufbewahren.
- Hände vor dem Berühren von desinzierten Teilen waschen.
- Vorsichtig den Bodenteil greifen und Flasche aufrecht aus der Mikrowelle heben, um ein Verschütten von heißem Restwasser zu vermeiden.
- Easy Start™ Anti-Colic nicht nach der Desinfektion abwaschen.
- Sauger nach dem Desinzierten nicht berühren. Sauger am Schraubring entnehmen.

Anweisungen zum ERWÄRMEN:

Flasche durch eine der folgenden Methoden erwärmen: In einem Flaschenwärmer, einem Behälter mit erwärmtem Wasser oder unter fließend heißem Wasser.

- NIEMALS kochendes Wasser in die Flasche einfüllen.
- NIEMALS eine verschlossene Flasche erhitzen oder kühlen. Schutzkappe und Sauger (mit dem Schraubring) vor dem Erwärmen abnehmen, insbesondere vor dem Erwärmen in einem Flaschenwärmer oder in der Mikrowelle. Nicht überhitzen, da dies die Flasche beschädigen könnte.
- Flasche NIEMALS in einen Backofen stellen.
- Beim Erwärmen in der Mikrowelle mit besonderer Vorsicht vorgehen. Stellenweise kann es zu Überhitzung kommen. Flasche nicht in die Mitte des Drehtellers stellen, da dies zu einer ungleichmäßigen Wärmeverteilung führen kann.
- Nach dem Erwärmen der Flasche ein Tuch oder Handtuch um den Flaschenboden wickeln und die Flasche vorsichtig mehrmals schwenken, um überschüssiges Wasser aus dem Bodenteil zu entfernen.
- Nach dem Erwärmen sollte der Flaschenboden nochmals festgedreht werden.
- Nach dem Erwärmen der Flasche stets sorgfältig umrühren, um die Wärme gleichmäßig zu verteilen.
- Bei der Zubereitung von Säuglingsnahrung bitte immer die Temperaturangaben der Nahrungshersteller berücksichtigen.
- Trinkwasser abkochen und auf ca. 40-50° C (je nach Angabe des Nahrungsherstellers) abkühlen lassen. Erst dann das abgekochte Wasser in die Flasche füllen und die empfohlene Milchpulvermenge einfüllen und vermengen.
- Es wird empfohlen, die Nahrung umzurühren anstatt sie zu schütteln. So lassen sich Luftbläschen vermeiden, die zu Koliken führen können.
- Auf Trinktemperatur (ca. 37° C) abkühlen lassen.
- Vor dem Füttern immer die Temperatur überprüfen.

Weitere wichtige Informationen:

- Die Flasche besteht aus Polypropylen, einem hygienischen, leicht zu reinigenden und relativ weichen Material. Die Flasche sollte nicht zu stark gedrückt werden, da dies die Funktion beeinträchtigen kann.
- Versuchen Sie nicht, mit einer Nadel oder scharfen Gegenständen die Öffnung des Saugers zu vergrößern.
- Babys nicht unbeaufsichtigt trinken lassen.
- Flasche immer in trockenem Zustand aufbewahren.
- Sauger und Ventile in einem trockenen, verschlossenen Behälter aufbewahren.
- Zum Einfrieren von Muttermilch bitte die MAM Aufbewahrungsbecher verwenden.
- Nur MAM Sauger mit den MAM Flaschen verwenden.
- Nur zuckerfreie Nahrung oder Flüssigkeiten verwenden.
- Um Verletzungen zu vermeiden, das Baby nicht mit der Flasche herumlaufen lassen.
- Das Baby NIEMALS mit der Flasche schlafen legen. Länger anhaltender Kontakt mit Flüssigkeiten kann Karies verursachen.
- Der Flaschensauger ist mit allen MAM Flaschen und dem Trainer+ kompatibel.
- Bitte bewahren Sie die Hinweise gut auf.

Zur Sicherheit und Gesundheit Ihres Kindes ACHTUNG!

- Andauerndes und längeres Saugen von Flüssigkeiten verursacht Karies.
- Immer die Temperatur des Nahrungsmittels vor dem Füttern überprüfen.
- Werfen Sie das Produkt bei ersten Anzeichen von Beschädigung oder Mängeln sofort weg.
- Alle nicht verwendeten Einzelteile müssen außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahrt werden.
- Bringen Sie niemals Schnüre, Bänder, Schnürsenkel oder Teile von Kleidungsstücken an das Produkt an. Strangulationsgefahr!
- Ernährungssauger dürfen niemals als Schnuller verwendet werden.
- Dieses Produkt darf nur unter Aufsicht von Erwachsenen verwendet werden.

6. Fehlersuche – Handmilchpumpe

Bei keiner oder nur geringer Saugleistung

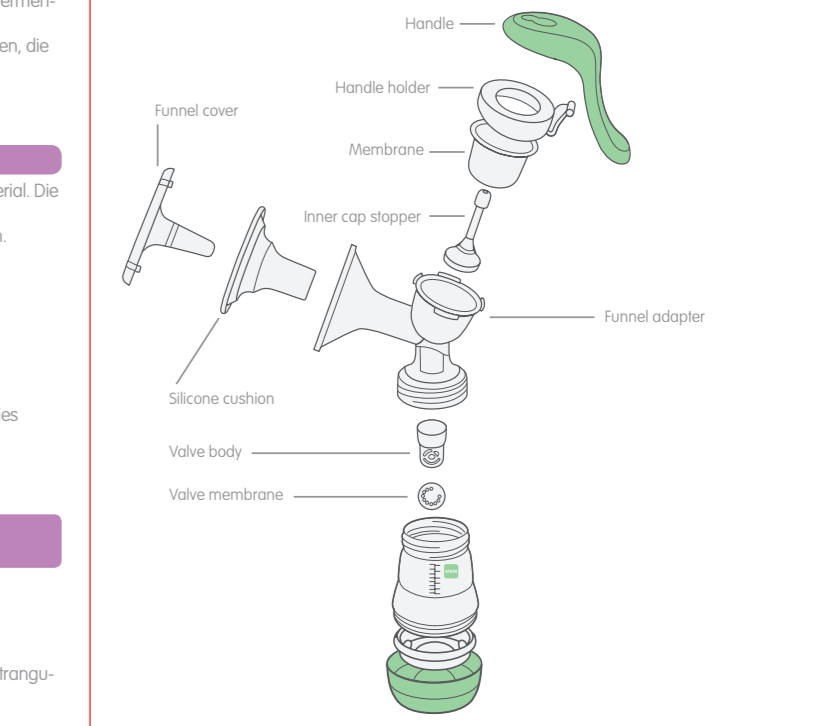
- Prüfen Sie, ob alle Anschlussstücke ordnungsgemäß verbunden sind.
- Prüfen Sie, ob das Silikonpolster fest im Trichter aufsatz sitzt.
- Prüfen Sie, ob der Ventilkörper fest mit dem Trichter aufsatz verbunden ist.
- Prüfen Sie, ob die Membrankappe/die Griffhalterung ordnungsgemäß verbunden ist.
- Stellen Sie sicher, dass der Brustaufsatz luftdicht mit der Brust abschließt.

Bei Milchrückfluss
Falls Sie Milch oder Wasser in der Membran sehen, spülen Sie sie mit heißem, sauberem Wasser aus.
• Stellen Sie sicher, dass die Membran nicht beschädigt ist.

EN: Manual Breast Pump

Please read all instructions carefully before using the MAM Manual Breast Pump for the first time. Keep these instructions in a safe place for future reference.

1. Product description for manual use



2. Cleaning and maintaining the appliance

Before using your MAM Manual Breast Pump for the first time and after each use, all parts that come into contact with the breast and breast milk must be separated, cleaned and sterilised.
• Only drinking-quality water must be used for cleaning.
• Completely air dry or towel dry before reassembly for next use.
• Please ensure that all parts are completely dry before use.
• Take care not to damage parts of the pump set during cleaning.

2.1. Cleaning by hand

Before cleaning, all parts of the pump have to be separated. Begin by rinsing all parts in cold, clear water. Then wash all parts in warm soapy water with a damp cloth or sponge and rinse