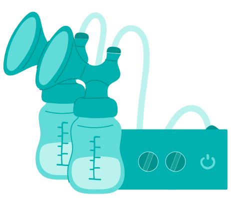
Alameda Alliance for Health
Gabay sa Mga Breast Pump

Ang Alameda Alliance for Health (Alliance) ang iyong kaagapay sa kalusugan. Narito kami para tulungan kang makuha ang pangangalagang kailangan mo. Ang gatas ng ina ay isang mainam na paraan para maging malusog ang iyong sanggol sa simula pa lang. Ang breast pump ay isang resource na makakatulong sa iyong maabot ang iyong mga layunin sa pagpapasuso.

Kailangan ko ba ng breast pump? Alin?

Makipagtulungan sa iyong doktor o lactation consultant (eksperto sa pagpapasuso) para malaman kung kailangan mo ng pump. Ang chart sa ibaba ay isang pangkalahatang gabay sa kung kailan dapat gumamit ng pump, at kung ano ang posibleng kailangan mo.

URI NG BREAST PUMP	KAILAN ITO DAPAT GAMITIN	MGA KARANIWANG PAGGAMIT	PUWEDE BANG AKIN NA LANG ITO?
 **Pang-ospital na double electric**	Kadalasang ginagamit sa mga unang linggo ng buhay, maliban na lang kung kailangan pa rin ito.	• Nasa ospital ang sanggol o ina. • May ilang partikular na medikal na isyu ang sanggol o ina. • Hindi nakakapag-latch ang sanggol. • Premature ang sanggol na nahihirapang kumain. • Na-diagnose na kaunti ang inilalabas na gatas.	HIndi. Mahihiram mo ang pump na ito nang tatlong (3) buwan o higit pa, depende sa sasabihin ng iyong doktor o eksperto sa pagpapasuso.
 Personal na double electric	Maayos ang pagpapasuso at stable ang supply ng gatas, na puwedeng abutin nang 3 hanggang 4 na linggo.	• Malayo sa sanggol dahil sa pagbalik sa trabaho o paaralan.	Oo.
 Manual	Maayos ang pagpapasuso at stable ang supply ng gatas, na puwedeng abutin nang 3 hanggang 4 na linggo.	• Malayo sa sanggol paminsan-minsan, nakakapag-pump nang 1 hanggang 7 beses sa isang linggo. • Backup na opsyon kapag bumibiyahe o walang kuryente.	Oo.

PAANO AKO MAKAKAKUHA NG PUMP?

Mga Miyembro ng Alliance

Kausapin ang iyong doktor, ang doktor ng sanggol mo, o ang isang eksperto sa pagpapasuso. Matutulungan ka niyang humiling nito.

Ipapadala ang pump sa tirahan mo sa loob ng 7 hanggang 10 araw ng negosyo. Kung kailangan mo kaagad ang pump, aabutin ito nang 3 hanggang 6 na araw ng negosyo. Kung hindi mo pa natatanggap ang iyong pump, tumawag sa Departamento ng Mga Serbisyo sa Miyembro ng Alliance sa **1.510.747.4567**.

Puwedeng mag-order ang iyong doktor ng manual o personal na double electric pump humigit-kumulang isang buwan bago isilang ang iyong sanggol kung sa palagay mo ay kailangan mo nito. Ipapadala ito malapit sa takdang petsa ng panganganak mo.

Mga Miyembro ng Kaiser sa Pamamagitan ng Alliance

Para makuha ang iyong pump sa pamamagitan ng Kaiser, makipag-ugnayan sa:

Toll-free: **1.833.752.4737**
breastpumps.byramhealthcare.com/kaiser

PAANO KO MALALAMAN KUNG PAANO GAMITIN ANG PUMP?

Ang pump ay may kasamang gabay at numero ng telepono ng serbisyo sa customer. Kung kailangan mo pa ng tulong sa mga pump o iba pang alalahanin sa pagpapasuso, makipag-ugnayan sa iyong doktor o sa programang Mga Babae, Sanggol, at Bata (Women, Infants, and Children, WIC). Hanapin ang tanggapan ng WIC sa iyong lugar sa pamamagitan ng pagtawag nang toll-free sa **1.888.942.9675**. Para maiugnay sa higit pang suporta sa pagpapasuso, tumawag sa Mga Programang Pangkalusugan ng Alliance.

Kailangan mo ba ng higit pang suporta? Tumawag sa Mga Programang Pangkalusugan ng Alliance
Lunes – Biyernes, 8 am – 5 pm
Numero ng Telepono: **1.510.747.4577**
Mga taong may mga problema sa pandinig at pagsasalita (CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**
www.alamedaalliance.org

ALAMEDA Alliance FOR HEALTH

HE_MBRS_BS_PUMP GUIDE 11/2022
HED BS-15 08/2022