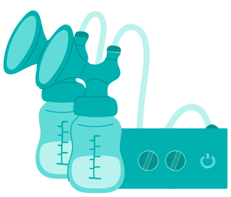
Alameda Alliance for Health
Gabay sa Mga Breast Pump

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 breast pump. Ang chart sa ibaba ay isang pangkalahatang gabay sa kung kailan gagamitin ang iba't ibang uri ng mga breast pump.

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 tatlo (3) hanggang apat (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 tatlo (3) hanggang apat (4) na linggo.	• Nalalayo ang sanggol sa ina paminsan-minsan. • Kailangang mag-pump ng ina nang humigit-kumulang isa (1) hanggang pitong (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 humingi nito.

Ipapadala ang pump sa tirahan mo sa loob ng pito (7) hanggang 10 araw ng negosyo. Kung kailangan mo kaagad ang pump, aabutin ito nang tatlo (3) hanggang anim (6) na araw ng negosyo.
Kung mayroon kang mga tanong, 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 sa iyo malapit sa takdang petsa ng panganganak mo.

PAANO KO MALALAMAN KUNG PAANO GAMITIN ANG PUMP?

Ang pump ay may kasamang gabay at numero ng telepono ng serbisyo sa customer na matatawagan mo kung mayroon kang mga tanong o alalahanin. 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 07/2024
HED BS-15 07/2024