

- השימוש בערכת דגימת חלב האם כפוף לתנאי השימוש המצויים באתר www.mymilk.co.il לרבות אך לא רק, בכל הנוגע למדיניות משלוחים וזמני תשובות, ביטול עסקה ומדיניות החזרות וכן לגבי אופן השימוש בדגימה על ידי החברה ומדיניות השמירה והאכסון של הדגימות. בכל מקרה של סתירה בין הנחיות המופיעות בעלון זה לתנאי השימוש, הוראות תנאי השימוש גוברות.
- יש להרחיק את הערכה ותכולתה מהישג ידם של ילדים בשום שלב אין לפתוח את המבחנות המצורפות
- זהירות! יש מחט בשקע הכוסית
- במקרה והמבחנות נפתחו או נפגמו ובכל מקרה בו יצא הנוזל מהמבחנות, אין להשתמש בערכה, אין לגעת בידיים חשופות ובמקרה ונשפך יש לנקות בהרבה מים ולהשליך לפח האשפה.



נחיות לבדיקה תזונתית בחלב אם – בקצרה

רישום מספר הקיט בחשבונך האישי באתר www.mymilk.co.il

הכנת דגימת חלב האם משאיבה מלאה או מזרם אמצעי (15 מ"ל חלב טרי), בשיני פעמים לאורך יממה, לתוך כלי האיסוף המצורפים בקיט והעברה למבחנות בהתאם להוראות

יש לטפוף ידניים בסבון ומים היטב טרם הדגום. בשימוש במשאבה יש לבצע סטריליזציה טרם השימוש. אין לפתוח את המבחנות.

תיאום איסוף ע"י שליח באתר www.mymilk.co.il ושליחת הדגימה בקופסת ההחזרה, בהתאם להוראות. לחילופין, ניתן למסור את הדגימה ישירות למעבדה בימי חול בין השעות 07:30-19:00. חבצלת השרון 37 הרצליה, בית נוי. קומה 2.

יש לשמור את המבחנות בקופסת ההחזרה במקרר עד העברה למעבדה. יש למלא את הטפסים המצורפים.

ערכת דגימת חלב אם- בדיקה תזונתית - הנחיות שימוש

יש לקרוא בתשומת לב את הנחיות וההוראות המופיעות בתנאי השימוש וכן בעלון זה במלואן לפני תחילת איסוף דגימת החלב. אי הצמדות להנחיות האיסוף עלולה לפגום באמינות התוצאות

הנחיות לרישום הקיט:

עם קבלת הקיט התחברי לחשבונך האישי באתר www.mymilk.co.il בחוץ הסטטוס תופיע חלונית להכנסת מספר הקיט. מספר הקיט מופיע בתוך קיט האיסוף, על גבי דופן הקופסא הפנימית. קוד זה הוא המזהה האישי שלך במעבדה. יש להקליד את מספר הקיט פעמיים במערכת לוודא שאין טעות הקלדה. לאחר הקלדה, יופיע אישור המערכת שהקוד התקבל. בדקי בשנית שהקוד הקיים בחשבונך כעת הוא אכן מה שרשום על הקיט. באם הייתה טעות, השמשי בלחץ עדכן מספר. *באם הכנסת את הקוד בשלב מוקדם יותר, בדקי שוב טרם ביצוע הדגום כי המספר המוזן בחשבונך, בחוץ הסטטוס אכן המספר שרשום על הקיט. באם הייתה טעות, השמשי בלחץ עדכן מספר.

הנחיות לדגימת חלב אם

- הקיט מכיל:
- A כוסית סטרילית לדגימת חלב! זהירות, יש מחט בשקע במכסה הכוסית.
 - B מבחנות וואקום לשמירה ושליחת דוגמת החלב. אסור בשום שלב לפתוח את המבחנות המצורפות.
 - C קופסת החזרה ובתוכה גל (לשמירה על טמפרטורה בעת השילוח) ושקית אטומה לנוזלים.

שימי לב כי אסור בשום שלב לפתוח את המבחנות המצורפות!

יש יציבות רבה לאיסוף דוגמת החלב בהתאם להנחיות איסוף החלב לפי ההוראות הבאות בלבד: **רחצי ידיים היטב** בסבון ובהרבה מים ונגבי במגבת נקיה בלבד מיד לפני הדגימה (**לא** להשתמש בתכשירי אלוכל). **דגימת החלב:** יש לדגום חלב פעמיים בתוך 24 שעות במרווח של 4-6 שעות לפחות בין הדגימות. בכל דגימה יש לדגום לפחות 15-20 מ"ל חלב אם בשאיבה מלאה או דגימת זרם אמצעי. לנסו הכתומה ומומנה למלא את המבחנות לפי הנחיות הבאות: ***יש למלא כל פעם שלוש מבחנות המסומנות במדבקה בצבע זהה**

ניתן לספק דגימה שנאספה בסחיטה ידנית ישירות לנסו המסופקת בערכה או דגימה שהועברה למיכל זה לאחר איסוף במשאבה שנוקתה כראוי.

שאיבה מלאה: יש לטפוף את המשאבה היטב במים וסבון לפני כל שימוש ולוודא כי לא נשארות שאריות סבון. יש לבצע סטריליזציה למשאבה לחלקיה ולבקבוק לפי הנחיות היצרן ולייבש על מגבת נקיה טרם השימוש. עדיף לספק דגימה ממנת שאיבה מלאה (שד אחד או משני השדיים). יש לערבב היטב את הכמות שנשאבה ולהעביר כ-15 מ"ל למיכל האיסוף בערכה

זרם אמצעי: מחקרים הראו שדגימה של זרם חלב אמצעי מייצגת את תכולת הנקה מלאה ולכן ניתן לחלוטין לספק דגימת חלב מזרם אמצעי כ-2-3 דקות לאחר רפלקס שחרור החלב, בסחיטה ידנית ישירות לנסו הכתומה, או בשאיבה והעברה לנסו הכתומה. (ניתן לספק דגימה במהלך הנקה ע"י העברת התינוק להמשך ניקה בשד השני לאחר ניתוק).

- **איסוף כ 20 מ"ל חלב בכוס הכתומה** מצורפת בערכה, סובבי את המכסה היטב. (לשמירת נקיון הדוגמה פתחי את כוסית האיסוף וראשונה ממש לפני סחיטת הדגימה ושימי לב שתוך הכוס או הצד הפנימי של המכסה לא יבוא במגע עם ידייך או עם כל משטח חפץ או נוזל בסביבה).

- יש להסיר את המדבקה ממכסה הכוסית, להעמידה על משטח ישר ולוודא שקצה "קשית" הדגימה שבכוס טובלת בחלב. **זהירות, יש מחט בשקע במכסה הכוסית.**

- למילוי כל מבחנה יש להחזיק את המבחנה עם הפקק כלפי מטה (לא לפתוח את הפקק של המבחנה!!) ולהחזירה אל השקע במכסה של הכוסית תוך כדי הפעלת לחץ למספר שניות עד שהמבחנה מסיימת להתמלא. יש להמתין מספר שניות.

- הפכי בעדינות את המבחנות המלאות מספר פעמים כדי לערבב את החלב עם החומר במבחנה (לא לנער).
- שמרי את המבחנות במקרר בתוך קופסת ההחזרה בהתאם להנחיות עד האיסוף השני.

- באם את צורכת תוספי, תזונה, יש להמנע מצריכת תוספי מזון 12 שעות לפני ביצוע הבדיקה.
- יש לשמור על תזונה מייצגת בשבוע טרם ביצוע הבדיקה. אין לשנות הרגלי תזונה ביממה של ביצוע הדגימה.
- באם את נעזרת במשאבה, יש לטפוף היטב במים וסבון לפני כל שימוש. יש לדאוג שלא נשארות שאריות סבון. יש לבצע סטריליזציה למשאבה לחלקיה ולבקבוק לפי הנחיות היצרן ולייבש על מגבת נקיה טרם השימוש.
- יש לטפוף ידניים היטב בסבון והרבה מים טרם ביצוע הדגום.
- לצורך הבדיקה יש לדגום חלב פעמיים במרווח של 4-6 שעות לפחות - 15 כ"ל בכל פעם.
- לצורך הבדיקה יש לדגום חלב טרי. אין להעביר לבדיקה חלב קפוא או שנשמר מראש במקרר.
- יש לתת דגימת חלב טרי ממנה שנשאבה בשאיבה מלאה (ריקון שד אחד או שניים). ניתן לחלוטין לספק דגימת חלב מזרם אמצעי= דגימה שהחלה לאסוף כ-2-3 דקות לאחר רפלקס שחרור החלב (לאחר שמתחילים "השפריצים").
- מומלץ לאסוף את הדוגמה לפחות שתיים אחרי הנקה האחרונה.
- יש להשתמש בכלים המסופקים בקיט הדגימה בלבד!
- אין להשתמש בקונניות או רפידות הנקה או פטמת סיליקון ביום הדגימה ועד לאחריה
- אין למרוח משחת פטמות באותו יום ועד לשעת הדגימה. באם לא ניתן להמנע, יש לטפוף במים את המשחה מהפטמה לפני הדגום.
- ביום הדגימה יש להימנע ממריחת קרם ידניים, קרם גוף או שמנים למיניהם.

סידור המבחנות בקופסת ההחזרה

- **יש לשמור את המבחנות במקרר** בתוך קופסת ההחזרה, המסופקת בתחתית קיט האיסוף, (מתחת למעמד המבחנות). עד לשליחתה למעבדה. אין לשמור את המבחנות חשופות במקרר, אלא רק בתוך קופסת ההחזרה. פתחי את קופסת ההחזרה. בתוך הקופסא שקית, גל, ושקית אטומה. הכניסי את המבחנות בין הקיפול הכפול של שקית הגל (מייצב טמפרטורה).
- הכניסי את הגל והמבחנות לשקית השליחה (סימון אדום) המסופקת בקופסת ההחזרה. הוציאי אוויר מהשקית וסגרי היטב את פס איטום השקית.
- החזירי את השקית עם המבחנות ושקית הגל לקופסת ההחזרה.
- כפלי והניחי את הטופס המלא בקופסאת ההחזרה.
- יש להשחיל את לשונת הקופסא למקומה.
- אכסני את הקופסא במקרר עד להעברתה למעבדה.

הנחיות לשליחת דוגמת החלב למעבדה

- על דוגמת החלב להישלח למעבדה תוך מספר שעות מסיום הדגימה השניה. יש לתכנן את שעת דגימת החלב היטב.
- החזרת הדוגמאות מתבצעת בכלים שסופקו בלבד. דוגמאות אשר לא יתקבלו בתוך קופסת ההחזרה לא יבדקו.
- יש צורך לשמור את הדוגמאות במקרר עד שליחתן למעבדה.

- מיד עם סיום ביצוע הדגום, הכניסי לחשבונך האישי באתר www.mymilk.co.il להזמנת שליח. שימי לב כי ניתן להזמין שליח רק בימי חול בין השעות 07:00-15:00. אין איסוף בערבי חג ובחגים. ודאי קבלת אישור המערכת כי נקבע מועד האיסוף. שליח יגיע לביתך עד 6 שעות ממועד הזמנתו. ***באם שליח יגיע לבינתך והדוגמה לא תהיה מוכנה הוא יוכל להמתין ויהיה עלייך למסור את הדוגמה בעצמך.**

לחילופין, ניתן למסור את הדגימה במעבדה בין השעות 07:30-19:00. חבצלת השרון 37 הרצליה, בית נוי. קומה 2. AML

זמן לקבלת תשובות בין 4 ימים עד 3 שבועות ולא יאוחד מ 6 שבועות מהגעת הדגימה למעבדה. התוצאות יתקבלו בחשבונך האישי באתר www.mymilk.co.il עם עדכון התוצאות בחשבונך באתר, ישלח אלייך אימייל לידעתך.

חלב אם הוא המזון האידיאלי לגדילה והתפתחות בריאה של התינוק. בחלב אם רכיבים תזונתיים רבים, אך בנוסף, רכיבים חיוניים רבים, אנזימים, גורמי גדילה רכיבים פרו ופרה בינטיים, נוגדי חמצן ועוד, מה שהופך את חלב האם לבעל יתרונות רבים מעל ומעבר להזנה בלבד. הארגון האמריקאי לרפואת ילדים (בדומה לרשויות הבריאות בארץ ובעולם) ממליץ על הנקה בלעדית ל 6 חודשים והמשך הנקה לפחות עד גיל שנה.