ANKER BABY

Nipple Measurement Instructions

Select your language below to jump to the corresponding section.

English · Deutsch · Español · Français · Italiano · Nederlands · Português · 繁體中文 · العربية

EN | English

To determine your size:

1. **Prepare:** Stimulate the nipple to make it erect.
2. **Measure:** Place the measurement hole at the nipple base. Choose the hole that fits snugly and record the size.
3. **Select Size:** Choose the flange or insert size closest to your measurement based on the size chart.
4. **Test & Adjust:** Start with the measured nipple size. If you experience pain or poor milk output, gradually increase by 1 - 2 mm. If you have highly elastic nipples, try reducing them by 1 - 2 mm from the measured diameter.

⚠ **Important Notes**

- Persistent decrease in milk output or pain and discomfort → Try adjusting size.
- Left and right nipple sizes may dier; measure separately.

Nipple Base Diameter	Recommended Flange or Insert Size	Try Range
11 - 13 mm	13 mm*	11 - 15 mm
13 - 15 mm	13 mm* or 15 mm*	13 -17 mm
15 - 17 mm	15 mm* or 17 mm*	15 - 19 mm
17 - 19 mm	17 mm* or 19 mm*	17 - 21 mm
19 - 21 mm	19 mm* or 21 mm*	19 - 24 mm
21 - 23 mm	21 mm* or 24 mm	21 - 24 mm
23 - 25 mm	24 mm or 27 mm	21 - 27 mm
25 - 27 mm	27 mm	24 - 27 mm
Note: Users with highly elastic nipples may need to choose sizes 1 - 2 mm smaller than recommended.		

Note:

- Sizes marked with * are inserts which should be used with a 24 mm flange.
- Recommended sizes are for reference only; please be sure to try the suggested range to determine your optimal output.

DE | Deutsch

So ermitteln Sie die passende Größe:

1. **Vorbereiten:** Stimulieren Sie die Brustwarze, bis sie sich aufrichtet.
2. **Messen:** Legen Sie die Messöffnung am Ansatz der Brustwarze an. Wählen Sie die Öffnung, die eng anliegt, und notieren Sie die Größe.
3. **Größe auswählen:** Wählen Sie anhand der Größentabelle die Brusthaube oder den Einsatz in der Größe, die Ihrem Messwert am nächsten kommt.
4. **Ausprobieren und anpassen:** Beginnen Sie mit der Größe, die dem gemessenen Durchmesser der Brustwarze entspricht. Wenn Sie Schmerzen haben oder nur wenig Milch abpumpen, erhöhen Sie die Größe schrittweise um jeweils 1–2 mm. Wenn Ihre Brustwarzen sehr elastisch sind, probieren Sie eine Größe aus, die 1–2 mm kleiner als der gemessene Durchmesser ist.

> ⚠ **Wichtige Hinweise**
>
> - Wenn die abgepumpte Milchmenge anhaltend abnimmt oder Schmerzen bzw. Beschwerden auftreten, probieren Sie eine andere Größe aus.
> - Die linke und die rechte Brustwarze können unterschiedlich groß sein. Messen Sie beide getrennt.

Durchmesser am Brustwarzenansatz	Empfohlene Größe der Brusthaube oder des Einsatzes	Größen zum Ausprobieren
11–13 mm	13 mm*	11–15 mm
13–15 mm	13 mm* oder 15 mm*	13–17 mm
15–17 mm	15 mm* oder 17 mm*	15–19 mm
17–19 mm	17 mm* oder 19 mm*	17–21 mm
19–21 mm	19 mm* oder 21 mm*	19–24 mm
21–23 mm	21 mm* oder 24 mm	21–24 mm
23–25 mm	24 mm oder 27 mm	21–27 mm
25–27 mm	27 mm	24–27 mm

Hinweis: Bei sehr elastischen Brustwarzen kann es nötig sein, eine Größe zu wählen, die 1–2 mm kleiner als die empfohlene Größe ist.

Hinweis:

- Mit * gekennzeichnete Größen sind Einsätze, die mit einer 24-mm-Brusthaube verwendet werden müssen.

- Die empfohlenen Größen dienen nur als Orientierung. Probieren Sie Größen im angegebenen Bereich aus, um die Größe zu finden, mit der Sie am meisten Milch abpumpen können.

ES | Español

Cómo determinar su talla:

1. **Preparación:** Estimule el pezón hasta que se ponga erecto.
2. **Medición:** Coloque el orificio de medición en la base del pezón. Elija el que se ajuste bien al pezón y anote la medida.
3. **Selección de la talla:** Consulte la tabla y elija el embudo o el inserto de la talla más cercana a la medida obtenida.
4. **Prueba y ajuste:** Empiece con la talla que corresponda al diámetro medido del pezón. Si siente dolor o extrae poca leche, aumente la talla gradualmente en incrementos de 1–2 mm. Si sus pezones son muy elásticos, pruebe una talla 1–2 mm menor que el diámetro medido.

⚠ **Notas importantes**

- Si la cantidad de leche extraída disminuye de forma persistente o si siente dolor o molestias, pruebe a ajustar la talla.
- El tamaño del pezón izquierdo puede ser distinto del derecho. Mídalos por separado.

Diámetro de la base del pezón	Talla recomendada del embudo o del inserto	Rango de tallas que puede probar
11–13 mm	13 mm*	11–15 mm
13–15 mm	13 mm* o 15 mm*	13–17 mm
15–17 mm	15 mm* o 17 mm*	15–19 mm
17–19 mm	17 mm* o 19 mm*	17–21 mm
19–21 mm	19 mm* o 21 mm*	19–24 mm
21–23 mm	21 mm* o 24 mm	21–24 mm
23–25 mm	24 mm o 27 mm	21–27 mm
25–27 mm	27 mm	24–27 mm
Nota: Si sus pezones son muy elásticos, es posible que necesite una talla 1–2 mm menor que la recomendada.		

Nota:

- Las tallas marcadas con * corresponden a insertos que deben utilizarse con un embudo de 24 mm.
- Las tallas recomendadas son solo orientativas. Pruebe las tallas del rango indicado para determinar con cuál obtiene la mejor extracción de leche.

FR | Français

Comment déterminer votre taille :

1. **Préparation :** Stimulez le mamelon jusqu'à ce qu'il se redresse.
2. **Mesure :** Placez l'ouverture de mesure à la base du mamelon. Choisissez l'ouverture qui épouse le mieux le mamelon et notez la mesure.
3. **Choix de la taille :** À l'aide du tableau, choisissez la téterelle ou l'insert dont la taille se rapproche le plus de la mesure obtenue.
4. **Essai et ajustement :** Commencez par la taille qui correspond au diamètre mesuré du mamelon. Si vous ressentez une douleur ou si vous tirez peu de lait, augmentez progressivement la taille par paliers de 1–2 mm. Si vos mamelons sont très élastiques, essayez une taille inférieure de 1–2 mm au diamètre mesuré.

⚠ **Remarques importantes**

- Si la quantité de lait tiré diminue durablement ou si vous ressentez une douleur ou une gêne, essayez d'ajuster la taille.
- Les mamelons gauche et droit peuvent être de tailles différentes. Mesurez-les séparément.

Diamètre à la base du mamelon	Taille recommandée de la téterelle ou de l'insert	Plage de tailles à essayer
11–13 mm	13 mm*	11–15 mm
13–15 mm	13 mm* ou 15 mm*	13–17 mm
15–17 mm	15 mm* ou 17 mm*	15–19 mm
17–19 mm	17 mm* ou 19 mm*	17–21 mm
19–21 mm	19 mm* ou 21 mm*	19–24 mm
21–23 mm	21 mm* ou 24 mm	21–24 mm
23–25 mm	24 mm ou 27 mm	21–27 mm
25–27 mm	27 mm	24–27 mm
Remarque : Si vos mamelons sont très élastiques, il peut être nécessaire de choisir une taille inférieure de 1–2 mm à celle recommandée.		

Remarque :

- Les tailles marquées d'un * correspondent à des inserts à utiliser avec une téterelle de 24 mm.
- Les tailles recommandées sont données à titre indicatif. Essayez les tailles de la plage indiquée pour déterminer celle qui vous permet de tirer le plus de lait.

IT | Italiano

Come individuare la misura adatta:

1. **Preparazione:** Stimolare il capezzolo finché non diventa turgido.
2. **Misurazione:** Posizionare il foro di misurazione alla base del capezzolo. Scegliere il foro che aderisce meglio al capezzolo e annotare la misura.
3. **Scelta della misura:** Consultare la tabella delle misure e scegliere la coppa o l'inserto della misura più vicina a quella rilevata.
4. **Prova e regolazione:** Iniziare con la misura corrispondente al diametro rilevato del capezzolo. Se si avverte dolore o si estrae poco latte, aumentare gradualmente la misura di 1–2 mm alla volta. Se i capezzoli sono molto elastici, provare una misura di 1–2 mm inferiore al diametro rilevato.

⚠ **Note importanti**

- Se la quantità di latte estratto continua a diminuire o si avverte dolore o fastidio, provare a cambiare misura.
- I capezzoli destro e sinistro possono avere dimensioni diverse. Misurarli separatamente.

Diametro alla base del capezzolo	Misura consigliata della coppa o dell'inserto	Intervallo di misure da provare
11–13 mm	13 mm*	11–15 mm
13–15 mm	13 mm* o 15 mm*	13–17 mm
15–17 mm	15 mm* o 17 mm*	15–19 mm
17–19 mm	17 mm* o 19 mm*	17–21 mm
19–21 mm	19 mm* o 21 mm*	19–24 mm
21–23 mm	21 mm* o 24 mm	21–24 mm
23–25 mm	24 mm o 27 mm	21–27 mm
25–27 mm	27 mm	24–27 mm
Nota: Se i capezzoli sono molto elastici, potrebbe essere necessario scegliere una misura di 1–2 mm inferiore a quella consigliata.		

Nota:

- Le misure contrassegnate da * corrispondono a inserti da utilizzare con una coppa da 24 mm.
- Le misure consigliate sono puramente indicative. Provare le misure dell'intervallo suggerito per individuare quella che consente di estrarre più latte.

NL | Nederlands

Zo bepaalt u de juiste maat:

1. **Voorbereiden:** Stimuleer de tepel totdat deze rechtop staat.
2. **Meten:** Plaats de meetopening aan de basis van de tepel. Kies de opening die goed aansluit en noteer de maat.
3. **Maat kiezen:** Kies aan de hand van de maattabel het borstschild of inzetstuk in de maat die het dichtst bij uw meetresultaat ligt.
4. **Uitproberen en aanpassen:** Begin met de maat die overeenkomt met de gemeten tepeldiameter. Als u pijn voelt of weinig melk afkolft, vergroot u de maat stapsgewijs met 1–2 mm per keer. Als uw tepels zeer elastisch zijn, probeer dan een maat die 1–2 mm kleiner is dan de gemeten diameter.

⚠ **Belangrijke opmerkingen**

- Als u aanhoudend minder melk afkolft of pijn of ongemak ervaart, probeer dan een andere maat.
- De linker- en rechtertepel kunnen verschillen in grootte. Meet ze afzonderlijk.

Diameter aan de tepelbasis	Aanbevolen maat van het borstschild of inzetstuk	Maten om uit te proberen
11–13 mm	13 mm*	11–15 mm
13–15 mm	13 mm* of 15 mm*	13–17 mm
15–17 mm	15 mm* of 17 mm*	15–19 mm
17–19 mm	17 mm* of 19 mm*	17–21 mm
19–21 mm	19 mm* of 21 mm*	19–24 mm
21–23 mm	21 mm* of 24 mm	21–24 mm
23–25 mm	24 mm of 27 mm	21–27 mm
25–27 mm	27 mm	24–27 mm

Opmerking: Als uw tepels zeer elastisch zijn, moet u mogelijk een maat kiezen die 1–2 mm kleiner is dan de aanbevolen maat.

Opmerking:

- Maten met een * zijn inzetstukken die u met een borstschild van 24 mm moet gebruiken.
- De aanbevolen maten zijn alleen bedoeld als richtlijn. Probeer de maten in het voorgestelde bereik uit om te bepalen met welke maat u de meeste melk kunt afkolven.

PT | Português

Como determinar o tamanho adequado:

1. **Preparação:** Estimule o mamilo até ficar ereto.
2. **Medição:** Coloque a abertura de medição na base do mamilo. Escolha a abertura que melhor se ajusta e registe a medida.
3. **Seleção do tamanho:** Consulte a tabela de tamanhos e escolha o funil ou o adaptador cujo tamanho mais se aproxima da medida obtida.
4. **Teste e ajuste:** Comece pelo tamanho que corresponde ao diâmetro medido do mamilo. Se sentir dor ou extrair pouco leite, aumente gradualmente o tamanho em incrementos de 1–2 mm. Se os seus mamilos forem muito elásticos, experimente um tamanho 1–2 mm inferior ao diâmetro medido.

⚠ **Notas importantes**

- Se a quantidade de leite extraído diminuir de forma persistente ou se sentir dor ou desconforto, experimente ajustar o tamanho.
- Os mamilos esquerdo e direito podem ter tamanhos diferentes. Meça-os separadamente.

Diâmetro da base do mamilo	Tamanho recomendado do funil ou do adaptador	Intervalo de tamanhos a experimentar
11–13 mm	13 mm*	11–15 mm
13–15 mm	13 mm* ou 15 mm*	13–17 mm
15–17 mm	15 mm* ou 17 mm*	15–19 mm
17–19 mm	17 mm* ou 19 mm*	17–21 mm
19–21 mm	19 mm* ou 21 mm*	19–24 mm
21–23 mm	21 mm* ou 24 mm	21–24 mm
23–25 mm	24 mm ou 27 mm	21–27 mm
25–27 mm	27 mm	24–27 mm
Nota: Se os seus mamilos forem muito elásticos, poderá ter de escolher um tamanho 1–2 mm inferior ao recomendado.		

Nota:

- Os tamanhos assinalados com * correspondem a adaptadores que devem ser utilizados com um funil de 24 mm.
- Os tamanhos recomendados são meramente indicativos. Experimente os tamanhos do intervalo sugerido para determinar com qual consegue extrair mais leite.

TC | 繁體中文

如何確定您的尺寸：

1. **準備：**輕輕刺激乳頭，使其挺立。
2. **測量：**將測量卡貼近乳頭根部，選擇與乳頭最貼合的孔洞，並記錄尺寸。
3. **選擇尺寸：**根據尺寸對照表，選擇最接近您測量結果的喇叭罩或內襯尺寸。
4. **測試與調整：**先從與測量結果最接近的尺寸開始試用。若感到疼痛或吸乳量不佳，可逐步增加 1–2 mm；若乳頭彈性較佳，也可嘗試比測得直徑小 1–2 mm 的尺寸。

> ⚠ **重要注意事項**
>
> - 若吸乳時持續感到疼痛、不適，或吸乳量明顯下降，請嘗試調整尺寸。
> - 左右乳頭尺寸可能不同，請分別測量。

乳頭根部直徑	建議喇叭罩/內襯尺寸	可試用尺寸範圍
11 - 13 mm	13 mm*	11 - 15 mm
13 - 15 mm	13 mm* or 15 mm*	13 -17 mm
15 - 17 mm	15 mm* or 17 mm*	15 - 19 mm
17 - 19 mm	17 mm* or 19 mm*	17 - 21 mm
19 - 21 mm	19 mm* or 21 mm*	19 - 24 mm
21 - 23 mm	21 mm* or 24 mm	21 - 24 mm
23 - 25 mm	24 mm or 27 mm	21 - 27 mm
25 - 27 mm	27 mm	24 - 27 mm
註：乳頭彈性較佳的使用者，可能更適合選擇比建議尺寸小 1–2 mm 的尺寸。		

註：

- 標示「*」的尺寸為內襯，需搭配 24 mm 喇叭罩使用。
- 建議尺寸僅供參考，請務必在建議範圍內試用，以找出更適合您的尺寸與吸乳量。

AR | العربية

كيفية تحديد المقاس المناسب لكِ:

1. **التحضير:** حفّزي الحلمة حتى تنتصب.
2. **القياس:** ضعي فتحة القياس عند قاعدة الحلمة. اختاري الفتحة التي تلائم الحلمة بإحكام وسجّلي القياس.
3. **اختيار المقاس:** استعيني بجدول المقاسات لاختيار قمع الشفط أو الحشوة بالمقاس الأقرب إلى القياس الذي سجّلتِه.
4. **التجربة والضبط:** ابدئي بالمقاس المطابق لقطر الحلمة الذي قستِه. إذا شعرتِ بألم أو كانت كمية الحليب المسحوب قليلة، فزيدي المقاس تدريجيًا بمقدار مم 2–1 في كل مرة. إذا كانت حلمتاكِ شديدتي المرونة، فجرّبي مقاسًا أصغر من القطر المقاس بمقدار مم 2–1.

⚠ ملاحظات مهمة

- إذا استمر انخفاض كمية الحليب المسحوب، أو شعرتِ بألم أو انزعاج، فجرّبي تعديل المقاس.
- قد يختلف مقاس الحلمة اليسرى عن مقاس الحلمة اليمنى. قيسي كلًّا منهما على حدة.

قطر قاعدة الحلمة	المقاس الموصى به لقمع الشفط أو الحشوة	نطاق المقاسات التي يمكن تجربتها
مم 13–11	*مم 13	مم 15–11
مم 15–13	*مم 13 أو *مم 15	مم 17–13
مم 17–15	*مم 15 أو *مم 17	مم 19–15
مم 19–17	*مم 17 أو *مم 19	مم 21–17
مم 21–19	*مم 19 أو *مم 21	مم 24–19
مم 23–21	*مم 21 أو مم 24	مم 24–21
مم 25–23	مم 24 أو مم 27	مم 27–21
مم 27–25	مم 27	مم 27–24

ملاحظة: إذا كانت حلمتاكِ شديدتي المرونة، فقد تحتاجين إلى اختيار مقاس أصغر من المقاس الموصى به بمقدار مم 2–1.

ملاحظة:

- المقاسات المميَّزة بعلامة * تخص الحشوات التي يجب استخدامها مع قمع شفط مقاسه مم 24.
- المقاسات الموصى بها للاسترشاد فقط. جرّبي المقاسات ضمن النطاق المقترح لتحديد المقاس الذي يتيح لكِ سحب أكبر كمية من الحليب.