

Mein System für den Termin

Bringe Modellangaben, vorhandene Aufsätze und Fragen zusammen. Dieses Blatt berechnet keine Größe und ersetzt weder Beratung noch Diagnose.

Kostenlos ohne E-Mail; Newsletter optional. In einer lokalen PDF-Kopie ausfüllen und speichern. Persönliche Notizen werden nicht zurückgesendet.

Genaue Pumpe / Generation / regionale Variante

Verwendetes Aufsatzsystem / Cup / Brusthaube

Vorhandene Haube / Einsatz links

Vorhandene Haube / Einsatz rechts

Weitere Aufsätze: genau aufgedruckte Bezeichnungen

Anleitung / Version / Fundort

Beratungsstelle / Termin

Maßangaben beschreiben hier vorhandene Teile, keine empfohlene persönliche Größe. Gleiche Millimeter bedeuten nicht gleiche Kompatibilität. Elvie trennt z. B. die Einsätze für Stride 2 von anderen Teilefamilien; US-orientierte Quelle, keine deutsche Setfreigabe. [9]

Hebammen und qualifizierte Stillberatung unterstützen bei Auswahl und Anwendung. [2]

Was mir aufgefallen ist

Freiwillige Notizen aus deiner Erinnerung. Nichts erneut ausprobieren, nur um Felder zu füllen. Du musst keine Beschwerden genauer dokumentieren, als du möchtest.

Bei Schmerzen oder unangenehmem Pumpen Anwendung beenden und passende Unterstützung holen – nicht für dieses Blatt weiter aushalten. Die Medela-Cup-IFU beschreibt Ausschalten und Abnehmen bei Schmerz/Unbehagen; das konkrete Vorgehen in der eigenen Anleitung beachten. [11][12]

Wann bemerkt / Situation

Auf welcher Seite bemerkt?

Welches genaue Teil war verwendet?

Selbst abgelesene Einstellung, falls bekannt

Was habe ich wahrgenommen – in meinen eigenen Worten?

Was möchte ich dazu fragen?

Notiere nur, was du besprechen möchtest. Bei anhaltenden Problemen mit Hebamme, qualifizierter Stillberatung oder ärztlich klären. [2][11]

Meine Fragen an die Beratung

Notiere zuerst die drei Fragen, die dir am wichtigsten sind. Die Stichworte darunter sind Gesprächsangebote, keine Aufgaben zum Selbsttesten.

Priorität 1 · meine Frage

Priorität 2 · meine Frage

Priorität 3 · meine Frage

WAS MÖCHTE ICH BESPRECHEN?

- ☐ Welche Anleitung passt genau zu meinem System?
- ☐ Wie beurteilen wir Sitz und Anwendung gemeinsam?
- ☐ Was sollte ich bei Beschwerden tun?
- ☐ Welche Frage gehört zur ärztlichen Abklärung?

Optional: verwendete Hersteller-Messhilfe / Version

Optional: Notiz nach konkreter Messanleitung oder aus Beratung

Medela beschreibt seine Größenhilfe als flexible Orientierung, nicht als starre Regel. Keine pauschale Millimeter-Zugabe und keine Universalgrößentabelle verwenden. [11]

Was wir geklärt haben

Trage nur tatsächlich Besprochenes ein. Ein offenes Ergebnis ist möglich; aus den Notizen entsteht kein automatischer Bestell- oder Behandlungsplan.

Mit Fachperson besprochener nächster Schritt / Datum

Genaue besprochene Teilekombination – nur falls geklärt

Noch offen / wer beantwortet das?

Nächster vereinbarter Kontakt

- ☐ Noch nichts bestellen
- ☐ Modellzuordnung beim Hersteller prüfen
- ☐ Individuelle Vereinbarung oben notiert

Persönliche Notizen bleiben lokal und werden nicht an ein Newsletterformular übertragen. Das Blatt ist eine Gesprächsvorbereitung, keine medizinische oder technische Freigabe.

QUELLEN · Titel anklicken · erneut abgerufen am 16.10.2026

[2] BZfE · Muttermilch abpumpen

bzfe.de · Reinigung und Beratungsweg

[12] Medela · Hands-free Collection Cups, IFU

medela.com · EN/FR/ES; Kap. 6, 7, 10; US/CA-Bezüge

[11] Medela · Room to Move

medela.com · englische Größen- und Kompatibilitätshilfe

[9] Elvie · Perfecting Size and Fit

elvie.com · US-orientiert; Pump/Stride ≠ Stride 2