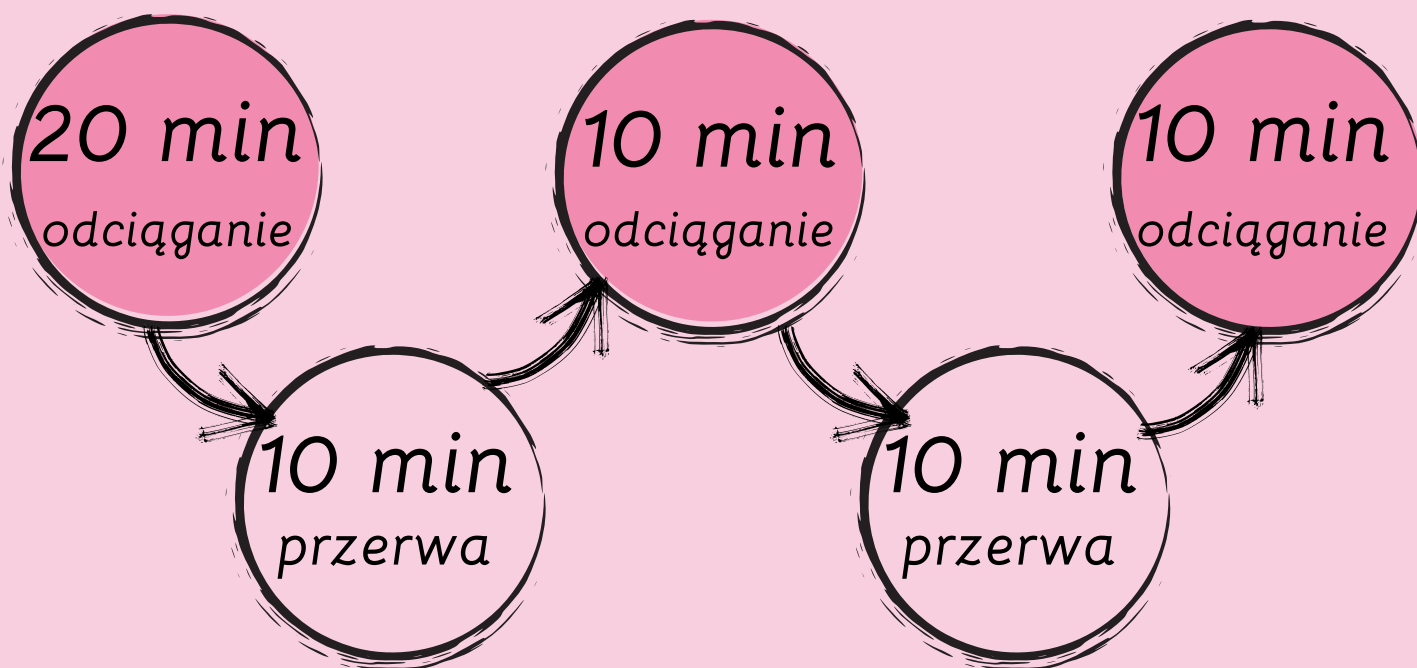


POWER PUMPING

oznacza regularne stymulowanie laktatorem piersi przez godzinę w interwałach czasowych



Schemat dotyczy odciągania jednoczasowego z obu piersi (dwa lejki). Jeśli masz laktator na jedną pierś - spróbuj schematu 10 min LP, 10 min PP, 10 min LP, 10 min PP. 10 min LP, 10 min PP nie stosując przerw.

LP - lewa pierś
PP - prawa pierś