

# Outil de mesure du mamelon

Pour utiliser cet outil, imprimez cette page avec une échelle de 100 % et alignez-la sur la ligne ci-dessous. Vous n'avez pas d'imprimante ? Consultez les instructions indiquées sur la deuxième page pour utiliser une règle.



Cette ligne doit correspondre au plus petit côté d'une carte bancaire.

## Remarque importante

Ne mesurez pas vos mamelons après avoir allaité ou tiré votre lait, car cela pourrait fausser les mesures.

## Avant de commencer

Vérifiez que l'outil a été correctement imprimé en alignant le plus petit côté d'une carte bancaire avec la ligne de gauche. S'ils sont bien alignés, cela signifie que l'impression est correcte.

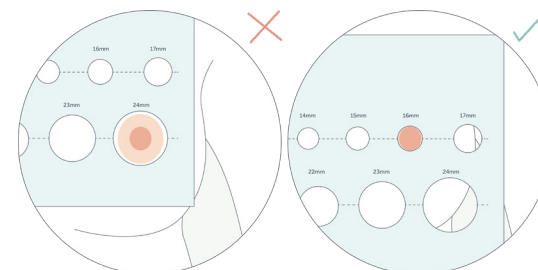
## Préparation de l'outil

Pliez le papier le long des lignes de pliage. Découpez soigneusement les cercles.

## Comment utiliser l'outil

1. Redressez l'un de vos mamelons.
2. Introduisez votre mamelon dans chaque trou à tour de rôle, en commençant par le plus grand trou.
3. Faites glisser l'outil jusqu'à la base de votre mamelon.
4. S'il y a un espace entre le bord du trou et la base de votre mamelon, cela signifie que le trou est trop grand. Si le bord du trou touche la base de votre mamelon, cela signifie que le trou est trop petit.

L'ajustement qui devrait vous convenir le mieux est celui qui correspond au trou dont le bord est le plus proche de la base de votre mamelon, mais qui ne le touche pas.



Reportez-vous à la deuxième page pour trouver l'ajustement qui vous convient.

10 mm

11 mm

12 mm

13 mm

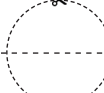
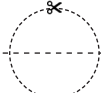
14 mm

15 mm

16 mm

17 mm

MÉTHODE DE PLIAGE



18 mm

19 mm

20 mm

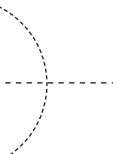
21 mm

22 mm

23 mm

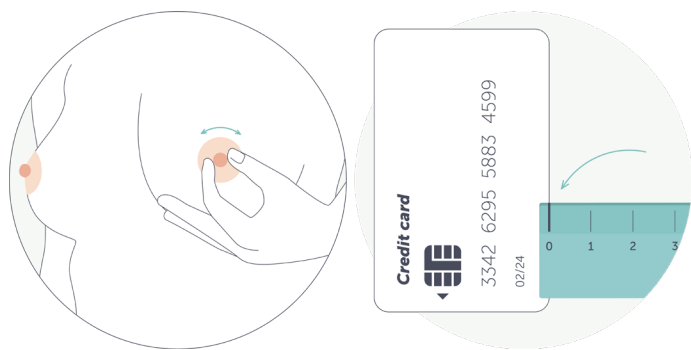
24 mm

MÉTHODE DE PLIAGE

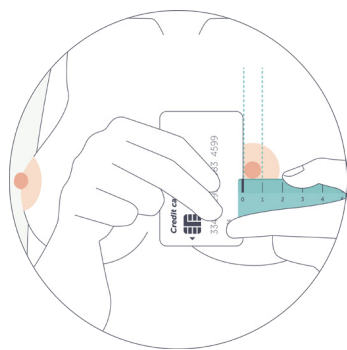


## Mesurer avec une règle

Vous aurez besoin d'une règle, d'un stylo et d'une carte bancaire.



1. Commencez par redresser l'un de vos mamelons.
2. Maintenez la carte à l'extrémité de la règle afin de former un angle droit. Vérifiez que le bord de la carte est aligné avec le début de l'échelle de mesure indiquée sur la règle.



3. Tenez-vous debout devant un miroir et posez la base de votre mamelon dans l'angle formé par la règle et la carte.

**Votre mesure correspond à l'endroit où la base de votre mamelon est la plus large.**

## Votre taille recommandée

Taille du mamelon (en mm)	Taille recommandée pour le coussin mammaire
<b>15 mm et moins</b>	En fonction de vos mesures, nous vous recommandons de contacter notre service client, à l'adresse suivante : <a href="http://elvie.com/contact">elvie.com/contact</a> . Notre équipe vous aidera à trouver la taille adaptée pour votre coussin mammaire.
<b>16 mm</b>	La taille recommandée pour votre coussin mammaire est de <b>21 mm</b> .
<b>17 mm</b>	La taille recommandée pour votre coussin mammaire est de <b>21 mm</b> . Si vous n'avez pas encore commencé à tirer votre lait ou à allaiter, vous pourriez également avoir besoin de coussins mammaires de 24 mm.
<b>18 mm</b>	
<b>19 mm</b>	La taille recommandée pour votre coussin mammaire est de <b>24 mm</b> .
<b>20 mm</b>	La taille recommandée pour votre coussin mammaire est de <b>24 mm</b> . Si vous n'avez pas encore commencé à tirer votre lait ou à allaiter, vous pourriez également avoir besoin de coussins mammaires de <b>28 mm</b> .
<b>21 mm</b>	
<b>22 mm</b>	
<b>23 mm</b>	La taille recommandée pour votre coussin mammaire est de <b>28 mm</b> .
<b>24 mm</b>	
<b>25 mm</b>	
<b>26 mm</b>	La taille recommandée pour votre coussin mammaire est de <b>28 mm</b> . Si vous n'avez pas encore commencé à allaiter, veuillez contacter notre service client, à l'adresse suivante : <a href="http://elvie.com/contact">elvie.com/contact</a> .
<b>27 mm et plus</b>	En fonction de vos mesures, nous vous recommandons de contacter notre service client, à l'adresse suivante : <a href="http://elvie.com/contact">elvie.com/contact</a> . Notre équipe vous aidera à trouver la taille adaptée pour votre coussin mammaire.