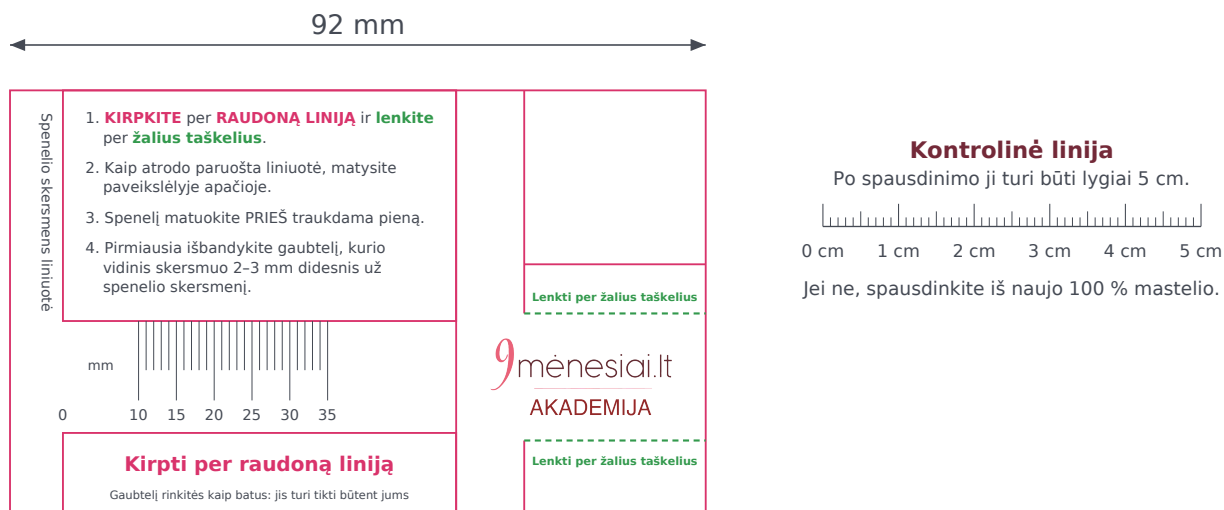




1. Atspausdinkite lapą A4 formatu, 100 % mastelio (be „Fit to page“). Liniuote patikrinkite kontrolinę liniją: ji turi būti lygiai 5 cm, o liniuotės kortelė 9,2 cm pločio.
 2. Kirpkite per raudoną liniją.
 3. Sulenkite per žalius taškelius.
 4. Paveikslėlyje apačioje matysite, kaip atrodo paruošta liniuotė ir kaip ja matuoti.
 5. Spenelio skersmenį matuokite prieš traukdama pieną. Po traukimo spenelis šiek tiek padidėja.
 6. Rinkitės gaubtelį, kurio vidinis skersmuo 2–3 mm didesnis už spenelio skersmenį.
- Pavyzdys:** jei prieš traukimą spenelio skersmuo 16 mm, pirmiausia išbandykite 19 mm gaubtelį.

