

Recueil et **acheminement** du lait maternel en cas d'**hospitalisation** du nouveau-né

Livret distribué
par votre établissement :

- > Commission des Puéricultrices.
- > Commission "Allaitement Maternel"



Le Réseau Sécurité Naissance - Naître Ensemble
est le réseau des maternités et des professionnels
de la périnatalité de la région Pays de la Loire.

Rappel sur l'allaitement en cas de **naissance prématurée**

> L'allaitement est toujours possible.

L'allaitement maternel est **possible en toutes circonstances**, quel que soit le mode d'accouchement, le terme et le poids de naissance de votre bébé. La glande mammaire est prête à fonctionner dès le 4^e mois de grossesse.

Quelques principes :

- ♥ plus vous tirez votre lait, plus il y a du lait,
- ♥ plus le sein est vidé, plus il se remplit vite,
- ♥ plus le sein se vide, plus le lait devient riche,
- ♥ votre lait est toujours bon quelle que soit la quantité,
- ♥ votre enfant recevra en priorité votre lait.

> Commencez tôt.

Il est important que vous tiriez le lait **le plus tôt possible après l'accouchement** et **le plus souvent possible**. Les premiers jours, il se peut qu'il n'y ait que quelques gouttes, c'est normal. Ce premier lait est appelé "**colostrum**". Ensuite, la montée de lait se met en place les premiers jours.

> Facteurs qui peuvent freiner la montée de lait.

- ♥ Accouchement difficile.
- ♥ Saignement important.
- ♥ Césarienne.
- ♥ Stress en général.
- ♥ Douleur mammaire.
- ♥ Fréquence du recueil insuffisante.
- ♥ Matériel inadapté.
- ♥ Fatigue.

> Facteurs qui augmentent la quantité de lait tiré.

- ♥ Contacts au sein et "peau à peau" avec votre bébé qui joue un rôle important sur votre lactation, en augmentant l'éjection de votre lait.
- ♥ Tétées au sein fréquentes.
- ♥ Repos de la maman.
- ♥ Environnement agréable et apaisant quand vous tirez votre lait.
- ♥ Fréquence du recueil importante, stimulation simultanée des deux seins.

Quelles que soient les difficultés, les professionnels sont là pour vous aider.



Matériel nécessaire pour tirer votre lait

> Composants d'un matériel.

- ♥ **Moteur** du tire-lait.
- ♥ **Kit** avec corps de pompe, tétérrelle avec valve, biberon et tuyaux. La taille de la tétérrelle doit être **adaptée à la taille du mamelon** : par défaut la taille est M (pour Medium) de 24 mm. Voir avec les professionnels pour choisir S (21 mm) ou plus (L 27 mm, XL 30 mm ou XXL 36 mm).

> Commandes.

- ♥ Tire-lait sur prescription médicale à **commander en pharmacie** ou par une société de matériel médical. Un chèque de caution ou empreinte de carte bancaire sera demandé dans la majorité des cas. La location du bloc moteur sera remboursée intégralement par la Sécurité Sociale. Les biberons (stériles à usage unique) peuvent être fournis par le service.
- ♥ Il est conseillé d'acheter un kit tire-lait ou même deux kits (pour un double pompage) : pour chaque kit, une partie remboursée par la Sécurité Sociale, une autre partie en fonction des mutuelles. Penser à **adapter les tétérrelles** aux matériels fournis.

> Autres matériels.

- ♥ **Réfrigérateur avec thermomètre** de contrôle; penser à le nettoyer régulièrement.
- ♥ **Sac isotherme ou glacière avec plaques de froid** (pains de glace) réservées à cet usage; le garder propre.
- ♥ **Tableau de recueil** pour noter les quantités prélevées.



Les différentes étapes pour tirer votre lait

- **Lavez-vous les mains et les avant-bras** avec du savon liquide, ou utilisez une solution hydro-alcoolique.
- **Préparez le matériel** : posez le biberon et le tire-lait sur un plan de travail bien nettoyé.
- **Installez-vous confortablement**, dans un endroit intime.
- **Utilisez de préférence le tire-lait avec un double pompage** (augmentation de la quantité de lait et diminution du temps passé) :
 - Réglez au minimum au départ, pour augmenter progressivement tant que cela reste confortable.
- **Pendant la journée, le tire-lait doit être utilisé au moins de 6 à 8 fois** par 24 heures pour chaque sein (ou pour les deux en même temps). Le rythme n'est pas forcément régulier. Se concentrer sur le nombre d'expressions par 24 heures et non sur l'intervalle entre les expressions.
- **La nuit, il est souhaitable de tirer le lait** en raison d'une meilleure production de lait selon un rythme à définir selon la quantité obtenue.
- **Il est conseillé de tirer les deux seins en même temps** (soit pendant 10 à 20 min en tout).



- **Le tire-lait doit être utilisé tout le temps de l'hospitalisation.**
La quantité de lait produite au tire-lait ne reflète pas la production réelle lorsque le bébé tète au sein.
- **Une fois le recueil terminé, étiquetez le biberon** avec le nom, le prénom de l'enfant et la date et l'heure du recueil, ainsi que la température du réfrigérateur si possible; refermez le biberon et ne pas toucher l'intérieur du bouchon pour ne pas le contaminer.
- **Mettez le biberon dans le réfrigérateur à 4°C** (pas dans la porte qui n'est pas assez froide).



- **En cas de non-utilisation dans les 48 heures, mettre au congélateur à -18°C** dès que possible.
- **Transportez le lait non congelé tous les jours dans la glacière.**
Le lait dit "frais" recueilli depuis moins de 24 heures est à privilégier pour votre bébé.
- **Le lait congelé peut être conservé 4 mois au congélateur** (à -18°C), et ne doit pas être placé dans un freezer (bac à glaçons d'un réfrigérateur).



- Effectuez une **douche quotidienne**. Utilisez un savon doux, peu odorant pour ne pas gêner le bébé.
- Mettez dans le soutien-gorge des **coussinets d'allaitement**, changez-les après chaque tétée, et **lavez le soutien-gorge chaque jour**.
- **Évitez les crèmes et savons parfumés.**

Hygiène des matériels

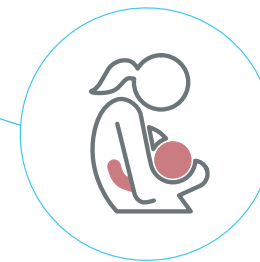
- **Nettoyez la surface de travail** avec un produit ménager, lavez-vous les mains avec du savon.
- **Avant la première utilisation du tire-lait, le bloc moteur du tire-lait doit être nettoyé** avec un chiffon imprégné du produit vaisselle, rincé, puis essuyé avec un papier essuie tout propre. Le ranger dans un endroit sec.



- **Après chaque recueil, rincez le matériel**, lavez-le avec le liquide vaisselle, faites bouillir la tétérelle et la valve pendant 10 min. Videz l'eau chaude immédiatement, ne pas rincer, laissez sécher dans le récipient (n'utilisez pas de torchon).
- **Pas de stérilisation** dit "à froid".
- **Nettoyez le tuyau une fois par semaine** (lavez et faites-le bouillir).

Pour augmenter la quantité recueillie

- **Restez proche de votre bébé** : le voir, le toucher, le porter.
- **Ayez une photo, un vêtement porté de votre bébé** (son odeur).
- Mettez en place un **ambiance agréable**.
- **Se détendre, se reposer** au cours de la journée (siestes).
- Faites du **peau à peau avec votre bébé** dès que c'est possible (bébé nu, posé sur votre poitrine, contre votre peau).
- **Mettez votre bébé au sein**, même pour une tétée-plaisir.
- Faites des **massages des seins** avant de commencer l'expression du lait, ou quand vous passez d'un sein à l'autre ou quand le débit de lait ralenti : faites des petits ronds avec la main à plat sur le sein en pressant légèrement les côtés, tout le tour du sein, en spirale, en revenant vers l'aréole (comme pour l'examen du sein). Voir la vidéo (en anglais) : <http://med.stanford.edu/newborns/professional-education/breastfeeding/maximizing-milk-production.html>
- **Utiliser la chaleur** avec des compresses chaudes sur les seins en se couvrant les épaules.
- **Se faire aider** par des professionnels de santé et par des associations de mères.



Exemple de **tableau de bord** : noter les heures et la quantité de lait prélevé

N° de tétée	LE 5 NOVEMBRE		LE 6 NOVEMBRE		LE 7 NOVEMBRE	
	Heure	Quantité	Heure	Quantité	Heure	Quantité
1	Nuit	60 ml				
2	7 h 30	40 ml				
3	9 h	70 ml				
4	11 h 30	50 ml				
5	15 h	60 ml				
6	18 h	50 ml				
7	21 h	40 ml				
8	23 h	40 ml				
> Total du jour		410 ml				

Notes

Lactarium du CHU de Nantes (ou d'autres centres)

Vous pouvez faire un **don de votre lait** en cas d'excédent, pour d'autres enfants. Prendre contact avec le personnel de la **néonatalogie** pour les modalités en l'absence de contre-indications (antécédents de transfusion, prise de certains médicaments,...).

Pour compléter : liens nationaux et internationaux

- **RSN** > Réseau “Sécurité Naissance - Naître ensemble” des Pays de la Loire
www.reseau-naissance.fr/allaitement-maternel/
- **IHAB** > Hôpital Ami des bébés
amis-des-bebes.fr/
- **COFAM** > La Coordination Française pour l’Allaitement Maternel
coordination-allaitement.org/
- **LLL** > La Leche League France
www.lllfrance.org
- **IPA** > Association Information Pour l’Allaitement (documents)
info-allaitement.org/
- **Site Jack Newman Informations et vidéos** (en français)
ibconline.ca/multilanguagebreastfeedinghelp/
- **Global Health Media Project – Breastfeeding Series**
(vidéos disponibles en français)
lobalhealthmedia.org/videos/videos-french/



Autres sites :

- <http://info-allaitement.org>
- www.allaitement-jumeaux.com
- <http://santeallaitementmaternel.com>
- www.co-naître.net



Coordination :

Réseau Sécurité Naissance - 3 rue Marguerite Thibert - 44200 Nantes
Tél : 02 40 48 55 81 - E-mail : coordination@reseau-naissance.fr

www.reseau-naissance.fr