

Allaitement maternel

ENGORGEMENT

Signes & symptômes. Prévention. Traitement.

Il est normal que vos seins deviennent pleins et plus lourds la première semaine après la naissance alors que la production de lait augmente. Si l'allaitement se passe bien, les seins sont moins pleins dans les 24 heures.

Si les seins ne deviennent pas moins pleins, ils peuvent être engorgés, et vos seins seront durs, enflés, douloureux et trop pleins.



PREVENTION

- Nourrissez votre bébé dès la première heure suivant la naissance.
- Allaitez quand votre bébé fait signe qu'il a faim et aussi longtemps qu'il le veut.
- Allaitez souvent 8 à 12 fois par jour ou plus. Ne sautez pas de tétées, même la nuit !
- Assurez-vous que votre bébé a bien saisi le mamelon et qu'il est dans une bonne position. Il peut y avoir un malaise initial quand le bébé saisit le sein, mais la douleur ne devrait pas continuer tout au long de la tétée. En cas de doute, demandez de l'aide auprès d'un professionnel de lactation.
- Laissez votre bébé finir le premier sein avant de lui offrir l'autre. Il est possible qu'il ne prenne pas le deuxième sein ; vous pourrez alors l'offrir en premier à la prochaine tétée.
- Evitez d'utiliser les sucettes au cours des premières semaines.
- Ne donnez rien d'autre que le lait maternel à votre bébé sauf si cela est indiqué par votre docteur.
- Si votre bébé ne tète pas bien, exprimez le lait avec les mains ou utilisez un tire-lait pour vider entièrement les seins.
- Si vous sevrer le bébé de vos seins, il est préférable de le faire progressivement.

SIGNES & SYMPTÔMES.

- Les seins deviennent très pleins, durs, sensibles et chauds au toucher.
- La peau de la poitrine peut être tendue et sembler brillante.
- Le mamelon peut augmenter de taille et devenir plat, ce qui le rend difficile à saisir pour le bébé.
- You pouvez avoir une faible fièvre.

TRAITEMENT

- Exprimez du lait avant la tétée afin que ce soit plus facile pour votre bébé de saisir le sein. Vous pouvez utiliser les mains ou un tire-lait.
- Appliquez des serviettes humides et chaudes sur vos seins pendant quelques minutes avant la tétée afin de faciliter l'écoulement du lait.
- Massez doucement le sein pendant la tétée pour augmenter l'écoulement du lait ce qui encouragera votre bébé à téter.

Pour le confort :

- Détendez-vous sous une douche chaude et exprimez le lait avec les mains.
- Exprimez le lait avec les mains ou utilisez un tire-lait si les seins semblent toujours pleins après la tétée.
- Couvrez les deux seins avec des compresses froides entre les tétées pour diminuer la douleur et l'enflure.
- Evitez de porter des soutiens-gorge trop serrés ou qui ne vont pas bien, car ils peuvent entraîner des canaux lactifères bouchés ou des mastites.
- Parlez à votre docteur au sujet des médicaments antidouleur.

CONTACTER UN CONSULTANT DE LACTATION SI :

- L'engorgement devient grave et n'est pas soulagé par les mesures citées ci-dessus dans un délai de 24 heures.

- Votre bébé a du mal à saisir le sein ou vous ressentez de la douleur pendant la tétée.

CONTACTER VOTRE DOCTEUR SI :

- Vous avez des symptômes de mastite (seins rouges, douloureux avec une température de plus de 100.6F (38.1C).

- Vous pouvez avoir d'autres préoccupations au sujet de votre bébé.

MISSOURI DEPARTMENT OF HEALTH AND SENIOR SERVICES
WIC AND NUTRITION SERVICES

P.O. Box 570 Jefferson City, MO 65102-0570 573-751-6204
Un employeur à égalité des chances à l'embauche / discrimination positive. Les services sont fournis sur une base non discriminatoire.

health.mo.gov/living/families/wic