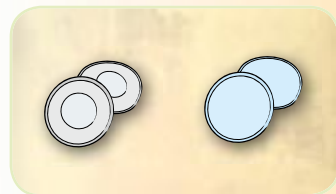




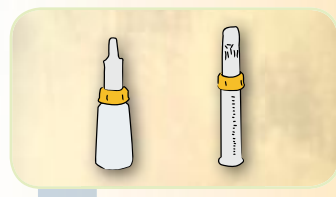
Le tire-lait manuel est idéal pour les mamans qui souhaitent tirer leur lait occasionnellement. Il offre un pompage manuel et confortable.



Compresse à usage unique, lavables et coupelles recueil-lait sont des accessoires pratiques pour les mamans afin de prévenir les fuites de lait pendant et entre les tétées.



Pratique, moderne et silencieux. Le tire-lait électrique est idéal lors de sorties et de déplacements. Il simule le rythme naturel de tétée du bébé. Fonctionne sur secteur ou avec piles.



Ces différents types de biberons peuvent être équipés d'un embout pouvant s'adapter à la bouche du bébé, d'une valve de contrôle pour un meilleur contrôle de l'allaitement et sont même sensibles à l'effort de succion le plus faible.



Une gamme de biberons est utile pour recueillir, stocker et congeler le lait maternel. Une fois décongelé, le lait peut être utilisé directement à partir du biberon.



Proximité Santé asbl

Rue Malibran, 49
1050 Ixelles
Tel: 02/644.51.31
Fax: 02/644.51.33
Courrier: info@proxi-sante.be

N'hésitez pas à nous contacter pour plus de renseignements sur les différents conseils et services que nous pouvons vous proposer.

Notre action :

DES CONSEILS ET DES SERVICES d'aide à la personne à domicile dans un cadre social et de santé.

Une gamme de fiches Santé disponible pour vous!

- Être Maman
- Prévenir et soigner les escarres
- Protéger son dos
- Accessibilité de la chambre
- Accessibilité de la salle de bain
- Hygiène personnelle
- Surveiller sa santé
- Le bien-être

Être maman



- Bien que l'allaitement soit naturel, c'est une technique qui s'apprend et qui exige de vous, détermination et patience. Avec le temps et la pratique, l'allaitement devient de plus en plus facile et agréable.
- Une gamme de tire-laits et de produits existent pour répondre aux besoins individuels des mères.
- Certains bébés ayant des problèmes d'allaitement dus à un trouble moteur, neurologique ou d'alimentation peuvent bénéficier de biberons conçus spécialement pour les assister à consommer le lait maternel.

Les conseils suivants pourront vous permettre d'éviter certaines situations désagréables lorsque vous allaitez votre bébé.

Pensez-y : ces indications ne peuvent remplacer l'aide d'experts, ni envisager toutes les situations qui peuvent survenir. Chaque allaitement est personnel et il n'existe aucune recette miracle.

N'hésitez pas à consulter une conseillère en allaitement si vous rencontrez des difficultés ou si vous avez des questions.



L'OMS préconise une durée d'allaitement maternel exclusif de 6 mois.

En 2002, le taux d'allaitement à la naissance a atteint 54,6% contre 45,6% en 1995.

Les principaux motifs d'interruption de l'allaitement sont le manque de lait (32%) et la reprise du travail (23,2%).

Source : www.santeallaitementmaternel.com

Prévenir et guérir les douleurs aux mamelons

Le positionnement du bébé au sein est une des clés de l'allaitement ! Un mauvais positionnement empêche le bébé de téter efficacement et pourra entraîner des douleurs aux mamelons.

Vous pouvez allaiter correctement dans différentes positions, pour peu que cela reste confortable pour vous et votre bébé. L'élément le plus important est le positionnement de votre bébé par rapport à votre corps et à votre sein : *il vaut mieux que le visage, la poitrine, le ventre et les genoux de votre bébé soient face à vous, collés à votre corps. Votre bébé doit pouvoir saisir le sein sans devoir s'étirer ou se contorsionner. La bouche de votre bébé doit être à la hauteur du mamelon.*

Les douleurs peuvent aussi provenir de soins inappropriés. Il est inutile, par exemple, de laver les seins avant chaque tétée, de les désinfecter, de les sécher au sèche-cheveux, etc. Si vous utilisez des compresses d'allaitement, sachez qu'elles doivent être changées dès qu'elles sont humides.

Les mamelons douloureux sont l'une des principales raisons qui font obstacle à l'allaitement. Lorsque vous avez mal, vous pouvez appliquer, après la tétée, une goutte de colostrum ou de votre lait sur le mamelon endolori. Il existe aussi des produits naturels. Parmi ceux-ci, les crèmes soignantes, généralement hypoallergéniques, sont inodores et ne présentent aucun goût. Il n'est donc pas nécessaire de les ôter avant la mise au sein du bébé.

Comment tirer son lait ?

Tirer son lait demande un certain temps d'adaptation. En effet, un tire-lait est une machine et ne procure donc pas les mêmes sensations qu'une tétée.

Tirer son lait peut être nécessaire lorsqu'un bébé est prématuré, lorsque les seins sont engorgés ou lors de la reprise du travail ou des études. Vous pouvez également utiliser un tire-lait occasionnellement (sortie, sport...) de manière à laisser un biberon à la personne qui s'occupera de votre bébé pendant votre absence.

Un tire-lait adapté

Il est important que votre tire-lait soit sûr, efficace, confortable et adapté à vos besoins. Certains tire-laits imitent le rythme naturel de succion du bébé.

Lors de la tétée, le bébé va modifier sa manière de prendre le lait : on dit qu'il tète en « 2 phases ». Il commence par téter rapidement afin de stimuler le réflexe d'éjection du lait, pour ensuite téter à un rythme plus lent avec une aspiration plus intense, ce qui lui permet d'obtenir une plus grande quantité de lait. L'association unique d'une phase de stimulation rapide et d'une phase d'aspiration plus lente rend l'expression du lait particulièrement douce, confortable et efficace.

Prévention des fuites de lait

Afin de prévenir les fuites de lait pendant et entre les tétées, il existe des compresses absorbantes et hygiéniques d'allaitement, à usage unique ou lavables conçues spécialement pour un port confortable. Pour les mamans ayant des fuites de lait plus importantes, des coupelles recueil-lait en silicone faciles à vider grâce à leur bec verseur et discrètes sous le vêtement peuvent être portées autour du mamelon.

Comment se conserve le lait ?

Vous pouvez stocker votre lait dans des biberons ou des petits pots en verre avec fermeture hermétique. Veillez à prévoir un espace vide dans votre récipient, car le lait congelé augmente de volume. Il est préférable de congeler de petites quantités de lait afin de ne pas gaspiller, car une fois décongelé, il doit être consommé rapidement et ne peut en aucun cas être recongelé !

Attention : le lait ne peut pas être gardé à température ambiante ! Au frigo, le lait peut se conserver au maximum 48 heures. Placez-le sur la tablette la plus basse (et donc au plus froid), mais pas dans la porte du frigo.

Au congélateur (-18°), il peut être conservé environ 6 mois. Pensez toujours à indiquer la date à laquelle le lait a été tiré sur le récipient.

Afin de préserver les composants du lait maternel :

- Décongelez le lait dans le frigo, la veille de son utilisation. Placez-le sous l'eau tiède (max. 37° C) ou réchauffez-le au chauffe-biberon.
- Ne décongelez jamais du lait maternel dans un four à micro-ondes ou au bain-marie (risque de brûlure) ou en le laissant dégeler au soleil ou sur un radiateur !
- Secouez doucement le récipient contenant le lait afin d'homogénéiser les corps gras contenus dans le lait.