



Service de néonatalogie

LE RECUEIL DU LAIT MATERNEL



Cliniques universitaires
SAINT-LUC
UCL BRUXELLES

BROCHURE
À L'ATTENTION DES PARENTS

Introduction

Votre enfant est hospitalisé dans notre unité pour quelques jours ou quelques semaines et vous souhaitez l'allaiter... Nous ne pouvons que vous y encourager.

Le lait maternel reste sans contexte le meilleur aliment durant les premiers mois de vie.

Il présente en effet de nombreux avantages :

- sa haute valeur nutritive ;
- sa grande digestibilité ;
- son pouvoir anti-infectieux ;
- son pouvoir antihistaminique.

L'hospitalisation de votre bébé ne doit pas être un obstacle à votre désir d'allaiter. Nous sommes persuadés que, grâce à une bonne information, à des encouragements et à l'aide de l'équipe soignante, vous pouvez réussir votre allaitement.

N'hésitez pas à nous interpeller. Nous sommes à votre entière disposition pour vous donner des conseils supplémentaires et répondre à vos questions.

En pratique, si votre enfant est né prématurément, dès que son état le permet, nous vous proposerons de le mettre en contact peau à peau (méthode kangourou).

Ensuite, lorsqu'il aura atteint une certaine maturité, nous lui apprendrons à téter au sein.

Nous appelons cela les tétées d'appropriation, ce sont des tétées d'apprentissage, qui aboutiront aux tétées nutritives aux alentours de 34 semaines.

Ce terme correspond à l'âge où le bébé apprend à coordonner la succion, la déglutition et la respiration.

Cependant, dès la naissance, votre lait préalablement tiré sera donné à votre enfant en alimentation par sonde ou au DAL (Dispositif d'Aide à la Lactation).

Comment tirer votre lait

Pour tirer et conserver votre lait maternel dans de bonnes conditions, voici quelques conseils que nous vous demandons de mettre en pratique. Il existe deux types de tire-lait : manuel ou électrique. Vous pourrez en louer un via votre mutuelle ou votre pharmacie. Le set, quant à lui, est personnel à chaque maman et devra être acheté. A Saint-Luc, des tire-lait et des sets individuels jetables sont à votre disposition.

Pour établir et maintenir la sécrétion lactée, il est impératif de stimuler efficacement, assez souvent, assez longtemps. En pratique, cela signifie 6 fois par jour, à savoir toutes les 3 ou 4 heures, en se levant la nuit. Il faut tirer minimum 10 à 15 minutes à chaque sein.

Avant chaque prélèvement :

1. lavez-vous les mains au savon en pompe durant 30 secondes minimum, jusqu'aux avant-bras, en insistant bien sur la zone située autour et sous les ongles ;
2. fermez le robinet en utilisant un mouchoir en papier pour ne pas recontaminer vos mains ;
3. séchez vos mains avec des mouchoirs en papier ou de l'essuie-tout ;
4. lavez-vous les seins à l'eau et au savon liquide (jamais de brique). Utilisez un gant de toilette à usage unique et partez du centre du mamelon en élargissant (en forme d'escargot). Faites de même pour rincer en utilisant l'autre côté du gant ;
5. séchez bien en tapotant vos seins avec un mouchoir en papier ;
6. passez vos mains à la solution hydro-alcoolique ;
7. enlevez le capuchon du biberon sans toucher l'intérieur de celui-ci ;
8. vissez le biberon au set de tire-lait et déposez le tout sur un mouchoir sans que l'intérieur de la tétérèlle ne touche quoi que ce soit ;
9. passez vos mains à la solution hydro-alcoolique.



Vos ongles doivent être courts et propres. Veillez également au soin rigoureux des mamelons qui doivent toujours rester propres et secs. Il est recommandé de changer les coussinets d'allaitement dès qu'ils sont humides.

Prélèvement

- Réglez le tire-lait au minimum pour commencer et augmentez progressivement la force d'aspiration en fonction du résultat obtenu et du confort éprouvé. Une trop forte aspiration ne sera pas plus efficace et risque d'abîmer vos seins ;
- vous devez compter environ 10 à 15 minutes pour chaque sein à partir du moment où du lait s'écoule dans le biberon. Il faut parfois autant de temps avant que la première goutte n'arrive.

Après chaque prélèvement

- Fermez le biberon en évitant de toucher l'intérieur du biberon et du capuchon ;
- indiquez la date et l'heure du prélèvement sur le biberon ainsi que le nom, prénom et date de naissance de votre bébé. Précisez bien également l'endroit où le lait a été tiré (à Saint-Luc ou à la maison) ;
- mettez immédiatement le lait dans le frigo.

Entretien de votre tire-lait

Toutes les pièces du tire-lait entrant en contact avec le lait maternel doivent être lavées méticuleusement entre chaque prélèvement.

Matériel nécessaire :

- une bassine ou un saladier ;
- des goupillons (un grand et un petit) ;
- du liquide vaisselle ;
- de l'essuie-tout ou une boîte de mouchoirs.

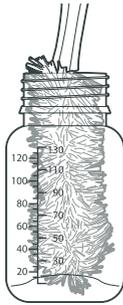
Nous vous fournirons le reste du matériel, à savoir :

- une pince en plastique ;
- les biberons et capuchons ;
- les gants de toilette à usage unique ;
- les étiquettes pour identifier vos biberons ;
- un flacon d'alcool pour les mains.

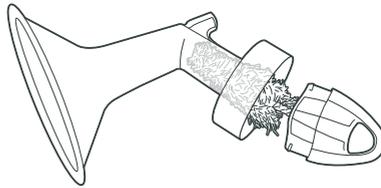
Technique

1. Lavez-vous les mains ;
2. placez toutes les pièces de set de tire-lait dans une bassine propre ou un saladier (pas directement dans l'évier) ;
3. nettoyez soigneusement le set à l'eau et au savon de vaisselle afin d'éliminer toute trace de lait.

Un brosseage rigoureux est nécessaire. Utilisez les deux goupillons pour avoir accès à tous les recoins des différentes pièces ;



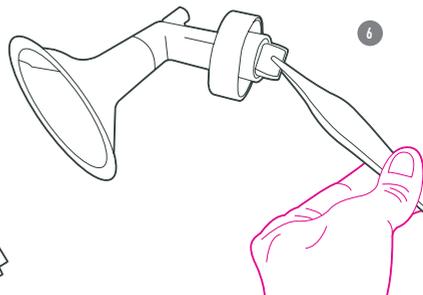
3



4. rincez abondamment et soigneusement ;
5. égouttez bien toutes les pièces et disposez-les sur un essuie-tout ou un mouchoir ;
6. assemblez votre tire-lait sans jamais toucher les parties qui entrent en contact avec le lait et votre sein. Pour cela, utilisez la pince en plastique fournie.



5

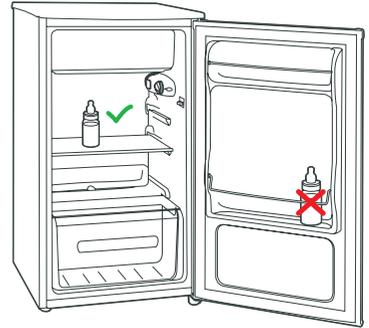


6

Conservation et transport de votre lait

Votre lait peut se conserver au réfrigérateur (4 °C) pendant 5 jours **MAXIMUM (pas dans la porte !)**

Si votre production le permet, vous pouvez congeler votre lait (-18°C). Pour cela, il est nécessaire de le refroidir d'abord au frigo pour limiter le choc thermique. Vous pouvez rassembler tout le lait tiré sur 24 heures dans le même biberon en vue de la congélation mais tous les laits doivent être à la même température. Une fois les 24 heures dépassées, le lait ne peut plus être congelé et sera utilisé dans les 5 jours.



Le lait congelé ne sera pas apporté en néonatalogie ; il sera gardé pour le retour à la maison. Il sera valable 6 mois dans un congélateur, seulement un mois dans le freezer de votre frigo.

En fonction des modalités de conservation, les délais peuvent être différents :

Méthodologie de conservation selon le type de lait	À température ambiante (25°C)	Au frigo (4°C)	Au congélateur (-18°C)
Lait frais (vient d'être tiré)	4h	5 jours	6 mois
Lait congelé	2h	1 jour	Ne jamais recongeler
Reste de biberon	À utiliser dans les 2 heures		

Pour le transport, mettez les biberons dans un sac isotherme avec un bloc de congélation. Disposez-les ensuite dans le frigo de la biberonnerie dès votre arrivée en néonatalogie.



Remarques

- Bien boire et manger équilibré favorise un bon allaitement. Tous les aliments sont autorisés, faites-vous plaisir, mais en quantité raisonnable, surtout pour les fruits, les produits laitiers et les épices. Un minimum de 1,5 L d'eau par jour est conseillé ;
- si votre bébé est un prématuré de petit poids, il est plus sensible aux infections. Votre lait peut être contrôlé bactériologiquement. C'est ce que nous appelons des cultures de lait maternel : elles seront effectuées une fois par semaine en fonction de l'âge, du poids et de l'état de votre bébé ;
- un flacon de solution hydro-alcoolique pour les mains vous sera donné en même temps que le reste du matériel. N'hésitez pas à l'utiliser entre deux manipulations si vous n'êtes plus sûre à 100% de l'hygiène de vos mains ;
- veillez à changer vos coussinets d'allaitement dès qu'ils sont humides ;
- le lait maternel ne peut jamais être mis au four à micro-ondes, cela le détériore.

Une équipe d'infirmières référentes en allaitement est disponible dans le Service de néonatalogie. N'hésitez pas en cas de questions ou de besoin de conseils supplémentaires.



Cliniques universitaires
SAINT-LUC
UCL BRUXELLES

SUIVEZ-NOUS SUR



INFORMATIONS

DÉPARTEMENT DE PÉDIATRIE
SERVICE DE NÉONATOLOGIE

L'ÉQUIPE DE NÉONATOLOGIE INTENSIVE :
+32 2 764 96 03

L'ÉQUIPE DE NÉONATOLOGIE N* :
+32 2 764 12 63

Éditeur responsable : Thomas De Nayer / Service de communication
Photos : Shutterstock

Cliniques universitaires Saint-Luc
Avenue Hippocrate, 10 – 1200 Bruxelles
www.saintluc.be

© **Cliniques universitaires Saint-Luc**
Vous souhaitez vous inspirer de cette brochure ? Merci de nous contacter préalablement.