

La maman de Hugo, né à 34 S.A. utilise le tire-lait toutes les 3 à 4 h. mais pourtant rien ne vient. Elle s'inquiète de savoir si elle a du lait. On lui propose d'essayer d'exprimer son lait manuellement. La maman répond : «C'est magique, j'ai du lait !» s'exclame t-elle en voyant perler les gouttes de colostrum.

La maman de Jade née à 32 S.A. se confie : «C'était dur de voir Jade dans sa couveuse avec tous ces tuyaux, je me sentais impuissante mais le fait de lui donner mon lait m'a aidée à trouver ma place de mère auprès d'elle et auprès des équipes soignantes. Moi aussi je l'aidais, non pas par des soins, mais grâce à mon lait !»

La maman de jumeaux nés à 7 mois et demi témoigne : «Les débuts de mon allaitement ont été durs : je devais tirer mon lait, mes enfants étaient en couveuse loin de moi. Mais j'ai persévéré : je tirais mon lait souvent, j'allais voir mes fils autant que possible. Les premières mises au sein n'ont pas été très concluantes : ils ne tétaient pas, ils ne faisaient que lécher mon sein mais je pouvais les sentir contre moi, quel bonheur ! Et puis petit à petit ils ont compris et j'ai pu les nourrir complètement au sein ! Avec de la patience et l'aide des équipes soignantes, on y est arrivé !»

«Après 2 mois d'hospitalisation, Mao rentre à la maison avec un bout de sein car il ne connaît que ça. A la consultation d'allaitement, le jour prévu de sa naissance, il a tété pour la première fois directement mon sein. J'ai pleuré. C'était pour moi la naissance.»

Bébé rentre à la maison

Bébé n'est pas toujours prêt à téter assez bien et assez longtemps au début. L'allaitement a tendance à s'améliorer à mesure que le bébé grandit.

Si la succion du bébé est faible, vous pouvez avoir besoin de continuer à tirer votre lait.

Vous pouvez traverser des périodes de doute. N'hésitez pas à rencontrer d'autres mamans ayant allaité un bébé prématuré.

Conservation du lait maternel

Lait Maternel	Température Ambiante	Réfrigérateur +4°C	Congélateur -18°C
Fraîchement exprimé, fermé dans une boîte isotherme	4 heures (conserver de préférence au réfrigérateur)	48 heures (dans l'endroit le plus frais du réfrigérateur)	4 mois
Décongelé au frigo mais non chauffé	Maxi 1 heure	24 heures	Ne pas recongeler
Décongelé et chauffé au bain-marie	Maxi 1 heure	Maxi 1 heure	Ne pas recongeler
Reste de biberon	Maxi 1 heure	A jeter	A jeter

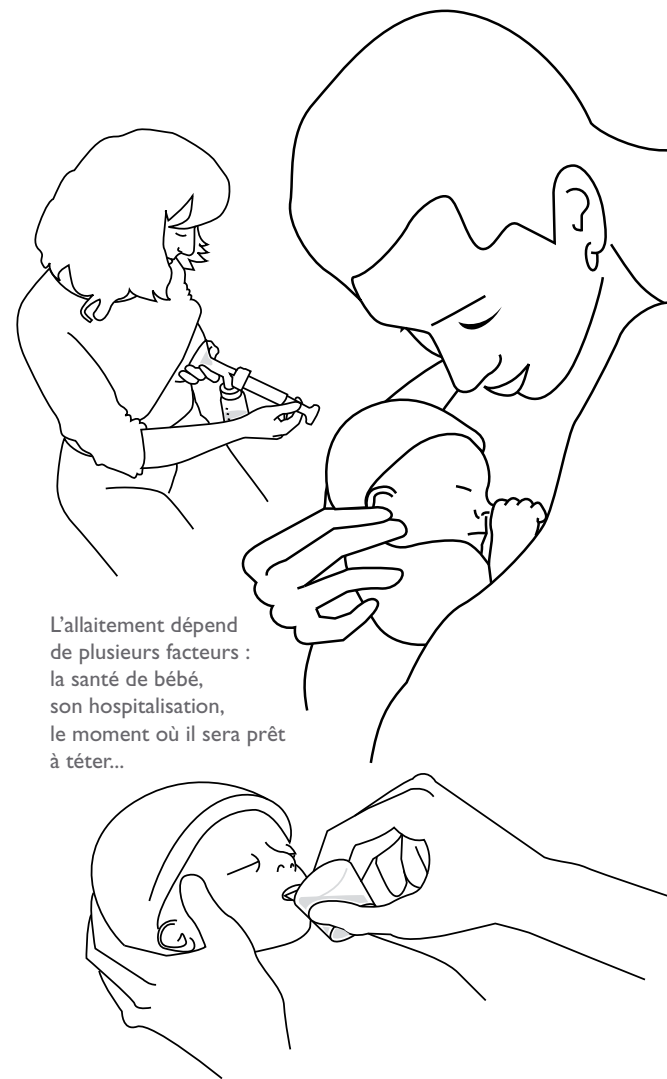
Recommandations AFFSA 2005

Où trouver des informations ?

- ➔ Coordonnées des associations de soutien à l'allaitement sur : www.coordination-allaitement.org
- ➔ Comment ça marche ? www.info-allaitement.org
- ➔ Le lactarium de votre région
- ➔ Pour les parents : www.sparadrapp.org
Partager vos interrogations, joies et expériences avec d'autres parents ? Lactaliste : liste de discussion. Inscription sur le site de la leche league : www.llfFrance.org

Textes : Marion Dichamps et
Information Pour l'Allaitement (IPA)
Retrouvez les autres publications d'IPA sur Internet
www.info-allaitement.org

Allaiter un enfant prématuré



L'allaitement dépend de plusieurs facteurs : la santé de bébé, son hospitalisation, le moment où il sera prêt à téter...

Il est maintenant bien reconnu par les professionnels de santé que le lait maternel est **le meilleur aliment** pour les bébés prématurés.

Ses propriétés sont adaptées pour la maturation du cerveau, du tube digestif, de sa croissance...

Même séparé, un bébé peut recevoir le lait de sa mère. La maman et son bébé auront besoin d'un petit entraînement et de soutien. Avant que bébé ne soit prêt à téter, maman n'hésitera pas à pratiquer le «peau-à-peau» et laisser son enfant découvrir son sein.

A la naissance

Bébé n'est pas prêt à téter et maman fait venir le lait.

Quand ?

Dès la salle de naissance, la maman peut exprimer son lait.

A quelle fréquence ?

La maman pourra tirer son lait lors de séances courtes mais fréquentes : 8 à 10 fois par 24h, plus si elle en a envie et tant que le lait coule.

Comment ?

Il est important de toujours se laver soigneusement les mains. Vous pouvez suivre ces étapes :

1 Se préparer à extraire le lait

pour envoyer l'information «faire couler du lait» au cerveau, des stimulations sont nécessaires :

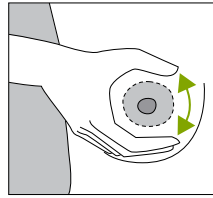
- vous pouvez prendre un objet vous rapprochant de votre enfant : une photo, un vêtement avec son odeur
- vous pouvez effleurer vos seins, les masser...
- vous pouvez mettre des compresses chaudes sur vos seins...

Ces petits gestes remplaceront les appels de votre enfant quand il a envie de téter.

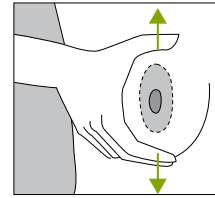
2 Exprimer son lait

Une fois que le cerveau a reçu l'information «faire couler du lait» la maman peut exprimer celui-ci de 2 manières : à la main ou au tire-lait.

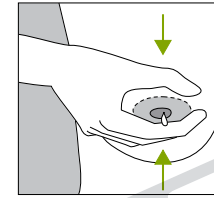
A LA MAIN



Masser circulairement le sein



Presser la masse du sein vers la cage thoracique



Puis étirer vers l'avant en pressant l'aréole

Répétez ces mouvements en cadence comme si bébé tétait.

AVEC UN TIRE-LAIT

- Manuel
- Electrique simple ou à double pompage

A louer ou acheter en pharmacie ou magasin spécialisé.

Il existe différentes marques, demandez que l'on vous explique le fonctionnement pour être à l'aise avec son utilisation. S'il ne vous convient pas, demandez à en changer.

3 Que faire du lait tiré ?

Au début, il est possible de ne rien obtenir : extraire du lait demande au corps de s'habituer à une situation pas tout à fait physiologique. Ça va venir...

Ensuite, arrive le colostrum : très riche en nutriment protecteur pour le bébé.

Au bout de 3 jours, le lait mature remplace le colostrum : S'il est tiré sur place, le lait peut être donné directement au bébé.

Si non, la plupart des services de néonatalogie français utilisent les services d'un lactarium pour traiter votre lait avant de le donner à votre bébé.

Discutez avec le personnel du lactarium pour connaître les règles d'hygiène et de conservation du lait et découvrir tout le cheminement de ce précieux liquide entre vous et votre enfant.

Conservation du lait : voir tableau en dernière page.

CELA NE DOIT EN AUCUN CAS FAIRE MAL. SOYEZ CONFIANTE ET PATIENTE. LAISSEZ VOS MAINS OU LA MACHINE APPRIVOISER VOS SEINS.

Bébé commence à téter...

Positions

Soutenir légèrement le sein avec la main libre pour amener le mamelon à hauteur de la bouche du bébé.

Une grande partie de l'aréole est dans la bouche du bébé. Il n'est pas nécessaire d'appuyer sur le sein pour dégager les narines (elles sont faites pour respirer par les cotés, le bébé ne va pas s'étouffer)

Au début, vous pouvez aider bébé en soulevant votre sein pour qu'il ne glisse pas le long de son menton. Les positions verticales aident votre enfant à mieux téter.

Signes d'efficacité de la tétée

Maman entend bébé déglutir. Bébé mouille ses couches à chaque change. Bébé fait plusieurs selles par jour. Elles sont jaunes et molles, liquides avec des grumeaux.

Bébé est dormeur, fatigué, fragile... Quelques astuces

Vous pouvez faire perler une goutte de votre lait sur le sein pour qu'il sente son odeur.

Vous pouvez lui masser le visage.

L'équipe médicale vous conseillera parfois :

- de faire des tétées-pesées
- d'utiliser un bout de sein pour rappeler à bébé la succion tétine à laquelle il est habitué. Mais ces aides sont toujours transitoires, et un jour bébé pourra téter sans bout de sein ni tétées-pesées.

Vous pouvez utiliser un Dispositif d'Aide à l'Allaitement (DAL) pour que bébé comprenne que Sein = Alimentation. Il prendra la quantité de lait nécessaire à sa croissance tout en tétant le sein.

