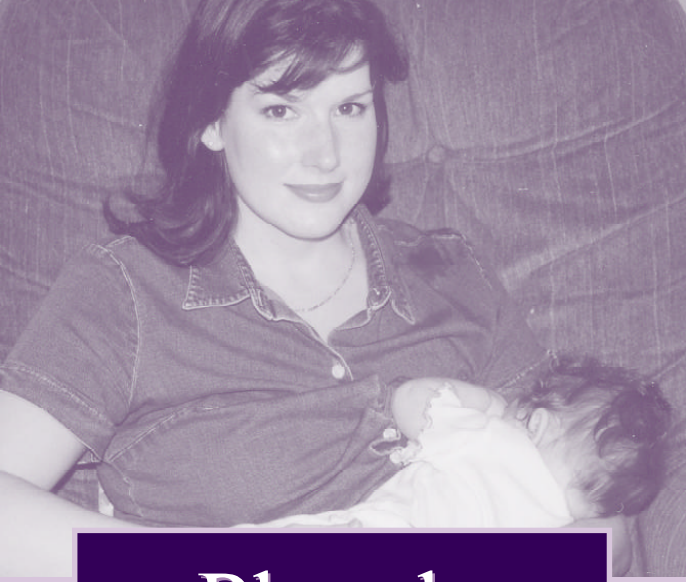


Plan de soins en cas de mastite



Plan de soins en cas de mastite



12 rue Quintal, Charlemagne, Québec J5Z 1V9

Téléphone : 514.990.8917

Courriel : information@allaitement.ca

www.allaitement.ca

La Ligue La Leche offre à votre famille une expertise complète et gratuite en allaitement

La mastite est causée par une accumulation de lait dans une région du sein. Une infection peut en résulter si on ne prend pas les précautions nécessaires.

SI

- vous voyez des rougeurs sur le sein;
- vous sentez une bosse douloureuse dans le sein;
- vous vous sentez très fatiguée et courbaturée;
- vous avez une faible fièvre (moins de 38,4 °C [101 °F]).

ALORS

- continuez à allaiter des deux seins de 8 à 12 fois par jour;
- prenez du repos, hydratez-vous bien et augmentez votre apport en vitamine C;
- exprimez votre lait manuellement ou à l'aide d'un tire-lait si le sein affecté n'est pas bien vidé après la tétée;
- utilisez la technique du « massage alternatif » en massant et en comprimant le sein avec vos doigts, surtout à l'endroit affecté, chaque fois que le bébé fait une pause entre les succions;
- appliquez de la chaleur avant d'allaiter afin de promouvoir une meilleure vidange du sein;
- demandez à votre médecin ou votre infirmière praticienne si vous pouvez prendre un médicament tel de l'ibuprofène pour diminuer l'inflammation.

SI

- vous ne voyez pas d'amélioration et vous ne vous sentez pas mieux au bout d'une période de 8 à 24 heures après le début des symptômes;

- vous continuez à faire de la fièvre ou que soudainement la fièvre augmente et devient très élevée (plus de 38,4 °C [101 °F]);
- le sein devient rouge, chaud et enflé;
- vous voyez du pus ou du sang dans votre lait;
- vous voyez des stries rouges sur le sein, débutant sur l'aréole et allant vers l'aisselle;
- vous avez une crevasse sur le mamelon qui vous semble infectée;
- vous avez des frissons et continuez à vous sentir mal.

ALORS

- consultez un médecin;
- si on vous prescrit un antibiotique, respectez l'ordonnance jusqu'au bout, soit de 10 à 14 jours;
- prenez du repos, hydratez-vous bien et augmentez votre apport en vitamine C;
- continuez à allaiter fréquemment du sein affecté (ou exprimez votre lait si le bébé ne peut ou ne veut pas bien téter au sein affecté);
- utilisez la technique du « massage alternatif » et des compresses chaudes sur le sein affecté afin de promouvoir une meilleure vidange du sein;
- variez les positions à chaque tétée afin de bien drainer toutes les parties du sein;
- si la douleur empêche le réflexe d'éjection du lait, allaitez de l'autre sein en premier et terminez en vidant bien le sein affecté;
- communiquez avec une consultante en lactation ou une monitrice de la Ligue La Leche afin de déterminer la cause de la mastite et éviter qu'il n'y ait de rechute.