

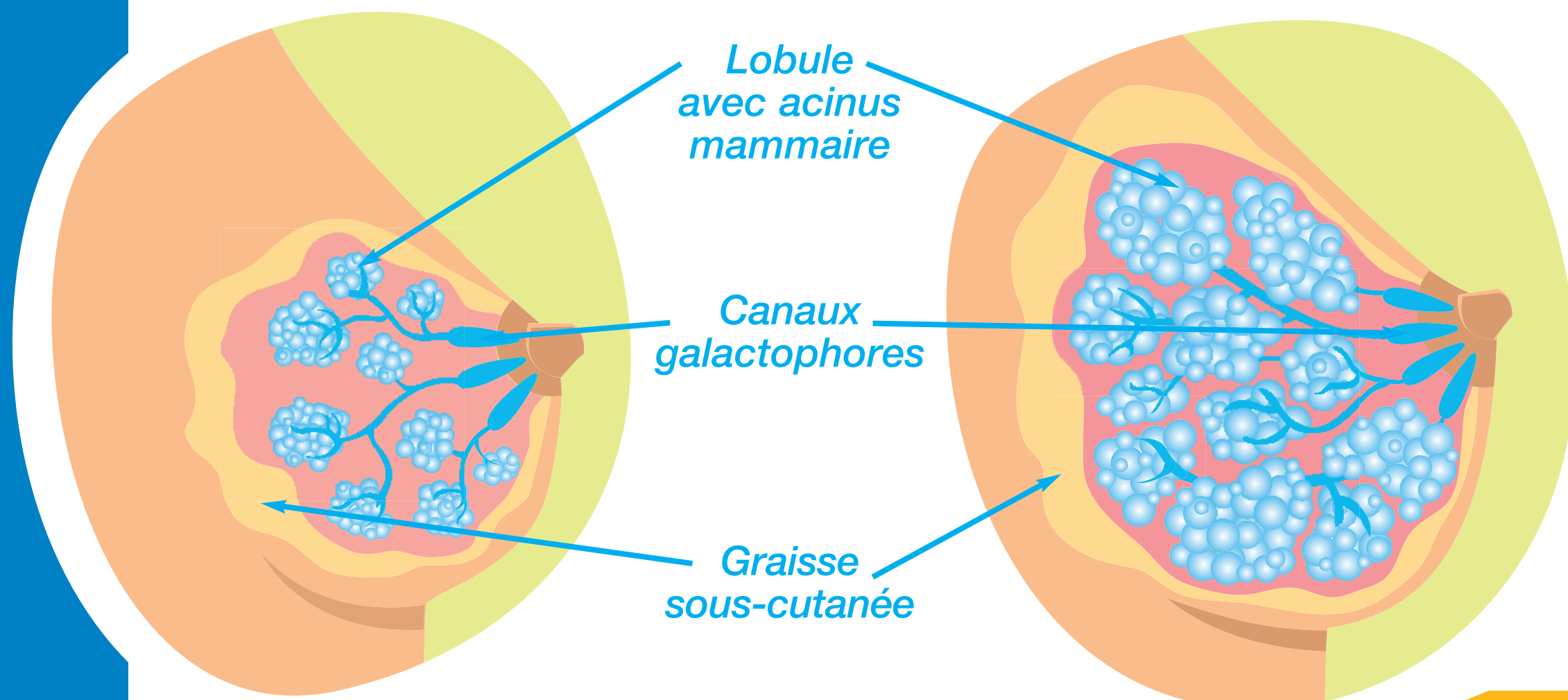
Le sein

Fonctionnement

- Afin de se préparer à l'allaitement, la glande mammaire se développe pendant toute la durée de la grossesse.
- Elle devient capable de sécréter du lait dès la fin de la grossesse.
- La production de lait est influencée par de nombreuses hormones (notamment la prolactine et l'ocytocine) sécrétées :
 - au moment de l'accouchement,
 - par la succion du bébé sur le mamelon.

Avant la grossesse

Pendant l'allaitement



IMPORTANT

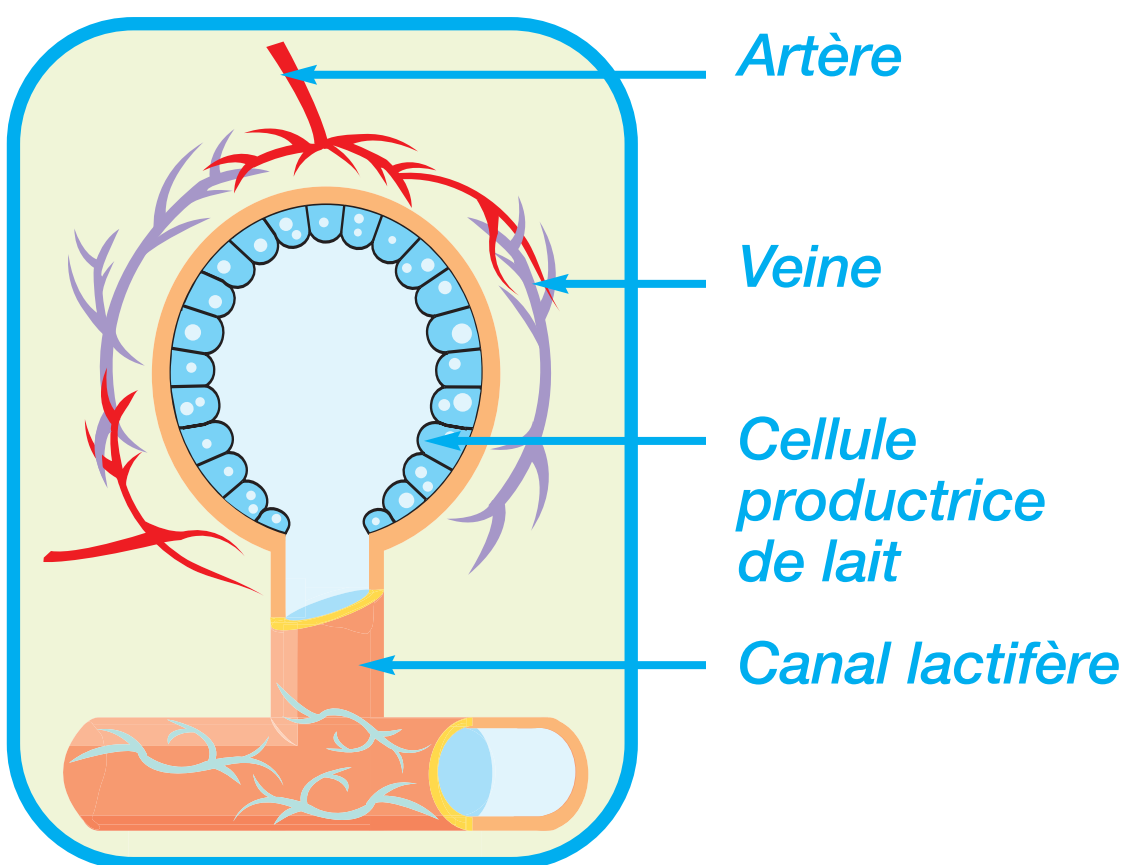
Le sein ne stocke pas le lait mais le fabrique "à la demande".

Dès que le bébé tète, les taux d'hormones augmentent → synthèse du lait et contraction des fibres musculaires qui permettent l'éjection du lait (d'où, parfois, des picotements dans les seins liés à ce réflexe d'éjection).

Il est normal que les seins gonflent au moment des tétées puisqu'ils ont une activité augmentée.

Plus bébé tétera, plus il y aura de lait et plus l'allaitement sera facilité, surtout les premiers jours.

Schéma d'un acinus mammaire



Soins

Hygiène entre 2 tétées

- Laver les seins avec de l'eau et du savon une fois par jour.
- Si la tétée est longue, il peut être utile de passer simplement le sein à l'eau claire après, afin d'éviter les éventuelles irritations.

Prévention des irritations et des crevasses

- Une bonne position de bébé lui permet de prendre toute l'aréole dans la bouche et donc lui évite de pincer ou d'étirer le mamelon.
- Varier les positions.
- Ne pas faire trop durer les tétées.
- Ne pas laisser bébé suçoter les bouts de sein s'il ne tète plus.

Les produits d'aide à l'allaitement

2 produits principaux à utiliser entre les tétées pour prévenir des problèmes éventuels

Les coussinets d'allaitement

- En coton très doux et absorbant.
- A usage unique, ils doivent être jetés et remplacés dès que nécessaire.
- A glisser entre le sein et le soutien-gorge pour absorber le lait et éviter l'humidité, possible responsable de crevasses.

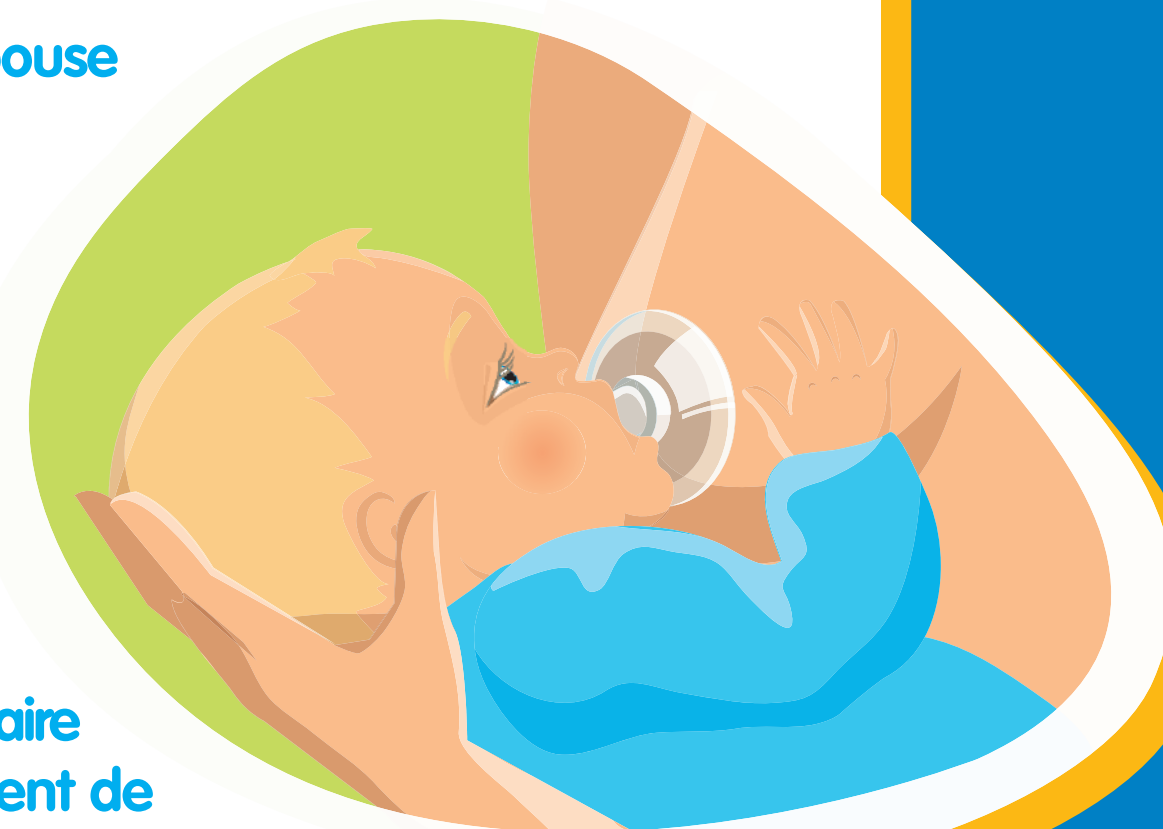
Les coquilles de protection

- En silicone.
- Elles soulagent les mamelons sensibles en les maintenant au sec.
- Elles recueillent le lait qui s'écoule (ce lait doit être jeté).

Pour poursuivre l'allaitement en cas de crevasses

Les bouts de sein

- Ils ont une forme qui épouse celle du mamelon et parfaitement adaptée à la bouche de bébé.
- La texture du silicone et son goût neutre évitent que bébé se déshabitude du sein.
 - Ils s'utilisent de façon temporaire et permettent de reprendre l'allaitement directement au sein lorsque le mamelon n'est plus douloureux.



dodie

