

# Où trouver des conseils pour votre allaitement ?

Se référer aux professionnels  
du service d'hospitalisation

L'équipe du Lactarium  
d'Île-de-France

Hôpital universitaire  
Necker-Enfants malades - AP-HP

Pôle mère-enfant Laennec 1<sup>er</sup> sous-sol  
149, rue de sèvres  
75015 Paris

Tél : 01 71 19 60 47 - 01 71 19 60 48  
Mail : lactarium.idf@nck.aphp.fr

Site internet : lactarium-idf.aphp.fr

Ouvert du lundi au vendredi  
de 8h30 à 16h00, sauf jours fériés

SOS Allaitement

Réseau de Santé Périnatal Parisien

**SOS ALLAITEMENT 75**  
Pour toute femme ayant accouché dans une maternité parisienne

0 800 400 412 Service & appel gratuits



En semaine : 19h - 22h

Week-end et jours fériés : 10h - 20h

Le don de lait : un grand geste pour sauver les tout petits  
Contactez-nous au lactarium



## Hospitalisation du nourrisson allaité

Source d'arrêt précoce de l'allaitement maternel.

Pensez à entretenir votre lactation et vous faire soutenir et conseiller.

# Vous allaitez et votre enfant est hospitalisé ?

## Le motif d'hospitalisation peut faire :

- qu'il ne tète plus efficacement
- qu'il ne peut plus prendre votre lait autrement qu'avec une sonde
- qu'il doit être à jeun quelques heures à plusieurs jours



## Allaitement maternel en danger

Compte tenu de ses qualités, le lait d'une mère paraît être l'alimentation la plus adaptée lorsque l'enfant est malade. Il peut faciliter la guérison et prévenir la survenue d'autres infections.

Cependant, lors de l'hospitalisation de votre enfant, des freins au bon déroulement de votre allaitement maternel peuvent survenir.

Le stress, votre organisation, la pathologie

de votre bébé, la logistique des services (tire-lait disponibles) sont autant d'obstacles potentiels à l'allaitement.

**Pour autant, la poursuite de votre allaitement maternel apparaît pendant cette période comme un élément stabilisateur essentiel pour votre nourrisson comme pour vous.**

# Comment protéger votre allaitement ?

## Un peu de physiologie

Vous n'avez pas toutes la même capacité de stockage (80 à 600 ml) : le rythme des tétées peut être très variable (de 4 à 16 tétées sur 24h) et perturbé par l'état de votre enfant (besoin de tétées plus fréquentes et plus courtes) mais elles peuvent surtout être moins efficaces et imposer une nutrition par sonde ou perfusion.

## Quelques règles

Si votre bébé peut téter, mettez-le autant que possible au sein et dormez à proximité de lui (demander un lit d'ac-compagnant).

Si votre bébé ne peut plus téter, tirez votre lait, il pourra être donné d'une autre façon.

Apportez votre lait tiré dans les 48 heures suivant son recueil, conservez au réfrigérateur et transporté avec des pains de glace.

Si votre bébé n'est plus alimenté, congelez votre lait (conservez-le 4 mois maximum au congélateur).

Si votre bébé est fatigué et ne vide pas votre sein, votre production lactée risque de diminuer. Pensez à utiliser un tire lait. Ce matériel peut se louer sur ordonnance en cas de besoin.

**Transportez toujours votre lait avec des pains de glace et dans un sac isotherme.**

Entretenez votre lactation

Tirez **au minimum 6 fois/jour** jusqu'à l'arrêt de l'écoulement

Utilisez un **tire lait électrique** simple ou double pompage

Choisissez des **téterelles de taille adaptée**



## Conservation du lait



**Congélateur -18°C**

(maximum 4 mois)

*remporté chez vous*

**Réfrigérateur +4°C**

(Pendant 48 heures)

Utilisé pour nourrir votre bébé