



# COMMENT RECUEILLIR LE LAIT MATERNEL PENDANT L'HOSPITALISATION DE VOTRE BÉBÉ





## Sommaire

Introduction	<b>P. 3</b>
Le peau à peau, en prémices de l'allaitement	<b>P. 3</b>
Quel lait ? (lait «cru», lait personnalisé, lait lactarium)	<b>P. 5</b>
Recueillir votre lait	<b>P. 7</b>
Votre hygiène	<b>P. 7</b>
Les modalités de recueil	<b>P. 8</b>
Au début	<b>P. 8</b>
Ensuite	<b>P. 9</b>
Et à la maison	<b>P. 11</b>
Glossaire	<b>P. 12</b>
Contacts utiles	<b>P. 14</b>

## Introduction

Le lait maternel (colostrum\* et lait) est le lait le plus adapté aux besoins des bébés. Il contient tout ce qui est nécessaire pour sa croissance, pour se défendre contre les infections et c'est le lait qu'il digérera le mieux.

Les pédiatres le considèrent comme un médicament, pour les bébés nés prématurément.

Ainsi dans notre service, ces bébés sont nourris exclusivement par du lait de mère, le vôtre (lait personnalisé) ou bien issu du don généreux d'autres mamans (lait lactarium).

Ce don de lait est bénéfique pour votre bébé né prématurément particulièrement

quand il est fragile dans les premières semaines de vie. Vous choisirez, par la suite, la façon dont vous souhaitez le nourrir (sein ou biberon, lait maternel ou lait artificiel).

**L'allaitement d'un bébé prématuré est différent de celui d'un bébé à terme.**

**Nous allons vous accompagner tout au long de votre parcours.**



## Le peau à peau, en prémices de l'allaitement

Le peau à peau est possible dès que votre enfant est stabilisé sur le plan cardio-respiratoire.

Il est fortement recommandé pour les bébés prématurés. Il favorise réellement la production de lait, l'apprentissage de la tétée au sein et facilitera l'allaitement si vous décidez de le poursuivre.



«Le peau à peau est un moment privilégié entre nous, n'hésite pas à faire de longues séances avec moi. J'adore ça!»



## Quel lait ? («Lait cru», «lait personnalisé», «lait lactarium»)

Dès la naissance, vous pourrez recueillir le colostrum par expression manuelle et/ou à l'aide d'un tire-lait. Une ordonnance vous sera remise pour sa location et vous pourrez recueillir votre lait dans une salle du service de néonatalogie, dans votre chambre de maternité ou près de votre bébé.

### **Pour le bébé né après 32 semaines d'aménorrhée et pesant plus de 1500 grammes :**

Il pourra recevoir votre lait et votre colostrum (les trois premiers jours) sans que ceux-ci ne passent par le lactarium : on parle de **«lait cru»**.

### **Pour le bébé né avant 32 semaines d'aménorrhée et pesant moins de 1500 grammes :**

Il pourra recevoir directement votre colostrum. En revanche, avant de donner votre lait à votre bébé, il devra passer par le lactarium, pour y être pasteurisé : on parle de **«lait personnalisé»**. Votre bébé devra patienter 6 jours environ avant de pouvoir le consommer, le temps que le lait soit traité et que l'on ait les résultats de vos analyses sanguines. En attendant, il bénéficiera du **«lait lactarium»** issu du don généreux d'autres mamans.

### **Dès que votre bébé aura atteint 37 SA d'aménorrhées :**

le lait recueilli à domicile pourra être donné dans le service dans un délai de 48h. Ce lait est soumis aux mêmes conditions d'hygiène, de transport et de conservation que celles décrites ci-dessous.



Parfois les médecins prescriront du «**lait enrichi**» pour l'aider à grandir.

Si vous choisissez de nourrir votre bébé avec du lait artificiel, il pourra recevoir du «**pré-lait**» dès 34 semaines d'aménorrhées.

«Maman, je pourrai recevoir ton colostrum puis ton lait par une sonde naso-gastrique, à l'aide d'une seringue»



«Puis, patiemment, j'apprendrai à téter au sein ou au biberon.»

«Pendant tout ce temps, ta présence auprès de moi sera indispensable et encouragée par l'équipe des soignants. Papa et toi êtes les personnes qui me connaissez le mieux.»



## Recueillir votre lait

### Les recommandations d'hygiène

Il est important de bien suivre ces recommandations car votre bébé est fragile.

Elles vous seront bien expliquées par les professionnels : n'hésitez pas à les solliciter.



- **Une douche quotidienne est suffisante.**



- Nous vous rappelons qu'il est important de **bien vous laver les mains avant chaque recueil.**

- Par ailleurs il est inutile de nettoyer les bouts de seins à chaque recueil : cela les irrite.

- Les téterelles destinées au recueil sont parfois à usage unique, sinon, il est obligatoire de les nettoyer (téterelles et pots de recueil du kit) et de les stériliser entre chaque séance de recueil durant toute la durée d'hospitalisation du bébé.

La stérilisation à chaud est la seule acceptée en milieu hospitalier. Voici deux façons de stériliser à chaud:

- Faire bouillir les téterelles et les pots de recueil du kit 10 minutes à partir de la reprise de l'ébullition.

- A l'aide de votre stérilisateur vapeur (se référer à la notice explicative de celui-ci).

Ne pas essuyer le kit après sa stérilisation (le laisser sécher dans le stérilisateur ou la casserole couverte).

En maternité, dans certains cas, l'anios alimentaire peut être proposé : trempage jusqu'à l'utilisation (15 minutes minimum). Rinçage à l'eau stérile et égouttage en secouant avant usage.

Il existe différentes tailles de téterelles adaptées à votre morphologie. Une mesure est nécessaire pour déterminer la vôtre (rapprochez-vous de l'équipe).



## Les modalités de recueil

La durée des séances de recueil peut être variable, il faut souvent plusieurs minutes avant que le lait s'écoule.

Une fois recueilli dans les flacons du kit, verser le lait dans les flacons stériles (à usage unique fournis par le service).

Les flacons seront étiquetés au nom de bébé ou au votre et vous noterez la date et l'heure du recueil sur l'étiquette.

Pendant votre séjour à la maternité, vous donnerez les flacons de lait à l'équipe de la maternité ou à celle du service où est hospitalisé votre bébé.

A la maison, vous stockerez votre lait au réfrigérateur, à un emplacement prévu à cet effet (pas dans la porte). Nettoyez régulièrement votre réfrigérateur afin de limiter la prolifération des bactéries (une fois par semaine).

Sur une journée, vous pouvez utiliser le même flacon pour plusieurs recueils. Laissez refroidir le lait que vous venez d'exprimer avant de compléter le flacon déjà au réfrigérateur.

Pensez à le congeler au-delà de 48h00 si vous ne pouvez pas l'amener au lactarium.

Quelque soit la saison, pour transporter votre lait de votre domicile jusqu'au service :

- Placer vos pains de glace congelés dans votre glacière (propre et réservée uniquement à cet usage), 15 minutes avant votre départ.
- Mettre les flacons dans la glacière AU MOMENT DE PARTIR. Pour s'assurer du respect de la chaîne du froid, il est obligatoire qu'un thermomètre personnel soit

placé dans la glacière le temps du transport (l'équipe tracera cette température à votre arrivée dans le service).

- Lors du transport, veillez à maintenir la glacière bien fermée.

A votre arrivée dans le service, remettez les flacons de lait en main propre à un membre de l'équipe soignante.

*NB : Si vous devez récupérer du lait congelé en rentrant chez vous, pensez à donner les pains de glace à un membre de l'équipe soignante. Il les mettra au congélateur.*



## Au début...

Il est important d'avoir une alimentation équilibrée et de boire à sa soif.

Il est primordial de recueillir votre lait le plus tôt possible. Généralement cela se passe entre 2 et 6 heures après la naissance. Par la suite, vous recueillerez votre lait le plus souvent possible.

**Cela signifie au minimum 8 recueils par 24h00.**

**Essayez de ne pas avoir d'intervalles de plus de 4 heures entre chaque recueil la journée et de plus de 6 heures la nuit.**

Recueillir votre lait la nuit favorise la montée de lait (c'est une question d'hormones). Pour autant, ne mettez pas votre réveil car il est indispensable que vous puissiez vous reposer.

Profitez d'un moment de réveil spontané pour le faire : envie de boire, un bruit qui vous réveille, l'envie d'aller aux toilettes,...

«Maman, je reconnais que tout ceci est contraignant. Fais le quand tu peux mais en respectant toujours ces 8 fois minimum, avec un recueil la nuit.»



## Ensuite...

Nous vous joignons des tableaux de recueil. Ils vous permettront de visualiser votre production de lait et vous seront d'une aide précieuse dans la mise en place de la lactation.

Il est intéressant de recueillir plus de lait que la quantité dont votre bébé a besoin. Ainsi quand sa consommation augmentera vous serez prête à donner tout le lait nécessaire à ce moment là.

Il se peut que vous rencontriez des difficultés comme des baisses de production de lait ou au contraire des engorgements : les professionnels sont là pour vous guider ou vous soutenir, n'hésitez pas à les solliciter. A chacune de vos visites, il est important

de faire un point avec les soignants sur vos quantités de lait cru disponibles dans le réfrigérateur du service. Cela nous permettra de réajuster ensemble, la quantité de lait à fournir pour votre bébé.

Au-delà des 48h de conservation dans notre réfrigérateur, le lait cru non utilisé sera congelé par nos soins. L'équipe vous sollicitera alors régulièrement afin que vous le récupériez pour votre domicile (transport en direction du domicile selon les modalités décrites ci-dessus).

Dans le cas où les quantités sont insuffisantes, votre bébé sera complété en fonction de son terme et de son poids par :

- Du lait de lactarium
- Du lait artificiel (prélat ou premier âge).



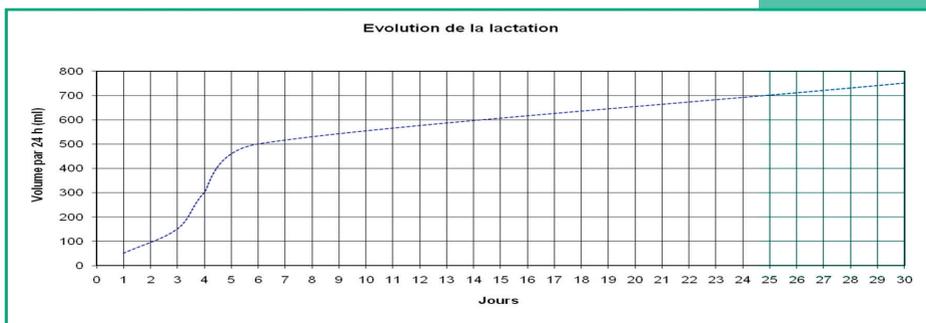
«Maman, prends ton temps pour recueillir le lait, installe-toi confortablement, au calme près de moi ou avec ma photo, un doudou ayant mon odeur et en pensant à moi. Si tu rencontres des difficultés, parles-en vite!»

## Quelques repères

Au bout de la première semaine, la quantité recueillie se rapprochera de 300 à 500 ml/24h.

Au bout de la deuxième semaine, la quantité recueillie se rapprochera de 500 à 800 ml/24h.

Ces deux premières semaines sont essentielles pour la mise en place de la lactation



«Maman, si la lactation n'atteint pas ces quantités, les professionnels peuvent t'aider!

## A la maison

Dans un premier temps, vous sortirez de la maternité sans votre bébé qui sera encore hospitalisé en néonatalogie. Cela ne doit pas vous empêcher de continuer à recueillir votre lait.

«Quand moi aussi je rentrerai à la maison, il faudra certainement continuer à recueillir ton lait quelques temps encore pour m'aider à têter.»



*Information : L'hôpital est soumis à une législation stricte ne nous autorisant pas à décongeler du lait dans le service. En conséquence, tant que votre bébé est hospitalisé, lorsque vous produirez plus de lait que les quantités nécessaires pour lui, vous congèlerez celui-ci chez vous pour une utilisation ultérieure. Nous vous détaillons ci-après les conditions de conservation de ce lait.*

A TEMPERATURE AMBIANTE 20 à 25 C°	4 Heures
AU REFRIGERATEUR (4°C)	48 heures A l'intérieur (pas dans la porte car variation de température)
AU CONGELATEUR (-18°C)	4 mois Ou 6 mois si pasteurisé
LORS DE LA DECONGELATION	30 heures après la sortie du congélateur
SI RECHAUFFAGE DU LAIT	Jeter le lait au bout d'1 heure



Courage maman!  
Ensemble, l'équipe soignante, toi et moi allons y arriver»



## Glossaire

### **Colostrum :**

Premier «lait», riche en protéines (anticorps) et en eau que l'on produit avant «la montée de lait» qui arrive vers 72 heures après la naissance du bébé.

### **Lait cru :**

Lait non traité par le lactarium que la maman donne à son bébé hospitalisé.

Il doit être recueilli dans le service d'hospitalisation tant que le bébé n'atteint pas 37 semaines d'aménorrhées.

A partir de cet âge le bébé peut recevoir du lait cru de sa maman même si celui-ci provient du domicile.

### **Lait personnalisé :**

Lait traité par le lactarium (pasteurisé) que la maman donne à son bébé jusqu'à ses 32 semaines d'aménorrhées et 1500 grammes.

Le délai entre le moment où le lait arrive au lactarium et celui où il est donné au bébé est d'environ 6 jours (traitement du lait, analyses du lait, sérologies de la maman).

S'il y a peu de lait cela augmente ce délai car il faut une quantité minimum de lait pour traiter.

### **Lait lactarium :**

Lait traité par le lactarium (pasteurisé).

Ce lait provient du don de lait anonyme d'autres mamans.

Le lactarium vient chercher le lait à leur domicile et s'assure que les conditions de recueil sont respectées et que les sérologies des donneuses sont à jour.

Il est ensuite distribué aux bébés hospitalisés dans différents hôpitaux du sud de la France.

### **Lait artificiel :**

Lait maternisé produit par l'industrie pharmaceutique.

Il en existe différentes sortes selon l'âge du bébé, son confort digestif, etc.

### **Pré lait :**

Lait artificiel spécifique pour les bébés nés prématurément et/ou de petit poids.

### Lait enrichi :

Sur prescription médicale, on rajoute des ingrédients (sucre, graisse, protéine) au lait qu'il soit maternel ou artificiel.



## Ressources utiles

- [www.naitreetgrandir.com](http://www.naitreetgrandir.com)
- [www.perinat-france.org](http://www.perinat-france.org)
- <http://www.kangaroomothercare.com>
- Livret « Le peau à peau avec votre bébé né prématuré » [www.sparadrapp.org](http://www.sparadrapp.org)



## Contacts

Voici quelques contacts que vous pouvez solliciter de votre domicile en cas de difficultés:

- Lactarium : 04 67 33 66 99
- Maternité : 04 67 33 65 07
- Pmi de votre secteur
- Consultantes en lactation de votre ville:  
[www.consultantenlactation.com](http://www.consultantenlactation.com)
- Associations nationales ou locales : leche league, la MAM, le tetou, etc....





## Notes

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

## Tableaux de Recueil de lait

DATE	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7
mL							
1 <sup>er</sup> recueil							
2 <sup>ème</sup> recueil							
3 <sup>ème</sup> recueil							
4 <sup>ème</sup> recueil							
5 <sup>ème</sup> recueil							
6 <sup>ème</sup> recueil							
7 <sup>ème</sup> recueil							
8 <sup>ème</sup> recueil							
9 <sup>ème</sup> recueil							
10 <sup>ème</sup> recueil							
<b>TOTAL</b>							

## Tableaux de Recueil de lait

DATE	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7
ml							
1 <sup>er</sup> recueil							
2 <sup>ème</sup> recueil							
3 <sup>ème</sup> recueil							
4 <sup>ème</sup> recueil							
5 <sup>ème</sup> recueil							
6 <sup>ème</sup> recueil							
7 <sup>ème</sup> recueil							
8 <sup>ème</sup> recueil							
9 <sup>ème</sup> recueil							
10 <sup>ème</sup> recueil							
<b>TOTAL</b>							

## Tableaux de Recueil de lait

DATE	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7
mL							
1 <sup>er</sup> recueil							
2 <sup>ème</sup> recueil							
3 <sup>ème</sup> recueil							
4 <sup>ème</sup> recueil							
5 <sup>ème</sup> recueil							
6 <sup>ème</sup> recueil							
7 <sup>ème</sup> recueil							
8 <sup>ème</sup> recueil							
9 <sup>ème</sup> recueil							
10 <sup>ème</sup> recueil							
<b>TOTAL</b>							

## Tableaux de Recueil de lait

DATE	J1	J2	J3	J4	J5	J6	J7
ml							
1 <sup>er</sup> recueil							
2 <sup>ème</sup> recueil							
3 <sup>ème</sup> recueil							
4 <sup>ème</sup> recueil							
5 <sup>ème</sup> recueil							
6 <sup>ème</sup> recueil							
7 <sup>ème</sup> recueil							
8 <sup>ème</sup> recueil							
9 <sup>ème</sup> recueil							
10 <sup>ème</sup> recueil							
<b>TOTAL</b>							

