

Mastite et allaitement

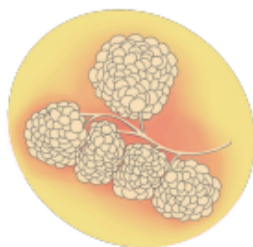
Information générale

- La mastite est une inflammation du sein. Les symptômes sont des rougeurs, des douleurs et de l'enflure au niveau du sein.
- La plupart des cas de mastite disparaissent en traitant l'inflammation (voir ci-dessous). Les antibiotiques ne sont pas nécessaires dans la plupart des cas.
- Le lait est fabriqué et conservé dans des groupes de glandes mammaires que l'on appelle des « lobules ». Le lait n'est pas conservé dans les canaux.
- Les bosses douloureuses sont causées par des glandes mammaires qui sont pleines. Les canaux deviennent étroits en raison de l'enflure qui les entoure. Le lait peut s'écouler lentement, mais il n'y a pas de « bouchon ». Mettre de la pression pour tenter de les « débloquent » ne sera donc d'aucune utilité.
- L'engorgement fait référence à des seins dont les glandes mammaires sont très pleines. Il ne s'agit pas d'une mastite.
- Le fait de sauter une tétée ou d'exprimer son lait peut provoquer des rougeurs et de l'inconfort. Il ne s'agit pas d'une infection. Il s'agit d'une inflammation.

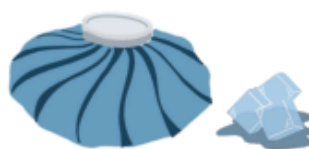
Traitement

- Appliquez de la glace ou des compresses froides. Le froid réduit la douleur et l'inflammation. Le froid aidera de la même manière qu'il aidera pour une entorse de la cheville.
- Utilisez des médicaments anti-inflammatoires et anti-douleur tel que l'ibuprofène et l'acétaminophène
- Portez un soutien-gorge de maintien pour réduire l'enflure.
- Les massages profonds et la compression peuvent provoquer des blessures et aggraver l'inflammation.
- Ne nourrissez pas davantage et n'exprimez pas plus de lait du côté qui pose problème.
- Arrêtez la tétée ou l'expression si le lait ne s'écoule pas. L'enflure doit d'abord s'atténuer.
- Consultez un médecin s'il n'y a pas d'amélioration 24 heures après le début des symptômes.
- L'allaitement et le lait maternel sont sans danger en cas de mastite, d'abcès et de prise d'antibiotiques.

En cas d'inflammation, les glandes mammaires sont grosses et grumeleuses. Les compresses froides diminuent l'enflure.



Inflammation



Glace



En bonne santé

Abcès et kystes de lait

- Un abcès est une accumulation de pus (liquide infecté).
- Un kyste de lait (galactocèle) est une accumulation de lait.
- Les abcès et les kystes de lait surviennent souvent en raison d'une production excessive de lait (hyperlactation).
- Un abcès doit être drainé. Un kyste de lait n'aura pas besoin d'être drainé s'il est petit. Il n'y a pas de problème à continuer d'allaiter le sein présentant l'abcès ou le kyste, et ce, même avant le drainage.

Prévention

- Évitez d'exprimer votre lait lorsque vous avez une mastite ou des symptômes connexes. L'expression du lait peut blesser les seins et les mamelons.
- Nourrissez au sein ou exprimez votre lait à la main lorsque cela est possible.
- N'exprimez pas de grandes quantités de lait afin de les conserver.
- Évitez l'utilisation des téterelles.
- Si vous avez trop de lait (hyperlactation), obtenez de l'aide pour réduire la production de lait.