

# L'allaitement

Sémiologie pharmacie 2<sup>o</sup> année

Département de médecine  
générale de Lyon

# L'essentiel

- L'allaitement maternel exclusif jusqu'à 6 mois = développement optimal du nourrisson.
- Les contre - indications médicales (CI) à l'allaitement maternel sont exceptionnelles.
- La plus importante des CI est le non - désir de la mère.

# Bénéfices enfant

- Prévention des maladies infectieuses

Diarrhée, otites, méningites ...

baisse du taux de morbidité, mortalité et hospitalisations

- Meilleur développement cognitif
- Prévention orthodontie ( renforcement muscles faciaux, meilleur alignement dentaire )
- Prévention : allergie
- Prévention maladies chroniques : diabète insulino – dépendant, maladie de Crohn ...

# Bénéfices chez la mère

- Diminue les risques d'hémorragies du post-partum et les carences martiales secondaires.
- Espacement des naissances
- Perte de poids plus rapide
- Diminue le risque du cancer du sein avant la ménopause
- Plus économique

# Les 4 règles d'or

- Proximité mère – enfant
- Première tétée précoce
- Bonne position
- Allaitement à la demande, sans limitation de durée et sans complément.



# Ce que le médecin fera (pour info)

## *1- Observer la technique de l'allaitement*

### ■ *Positions de la maman et de l'enfant.*

*Le bébé doit être face à la mère*

*La mère doit être au repos, si possible les jambes allongées. Elle doit veiller à la bonne position de la bouche de l'enfant.*

*La tête du bébé doit être dans l'axe du corps.*

*(rugby)*

# *1- Observer la technique de l'allaitement*

*(pour info)*

## ■ *Positionnement de la bouche.*

***Au sein :** un bébé qui tète bien sera face au sein, la bouche grande ouverte, la langue sous l'aréole, le menton collé au sein. Il prend à pleine bouche.*

***Au sein, façon biberon :** le bébé a les gencives serrées, éloignées de l'aréole, il prend du bout des lèvres.*

***Déglutition :** la déglutition infantile est coordonnée au rythme de la langue. L'enfant tète, avale et respire, sans lâcher le sein.*

## Ce que le médecin fera (pour info)

- 2) Peser l'enfant lors de chaque consultation. Reporter chaque mois le poids sur les courbes du carnet de santé.
- 3) Vérifier l'aspect cutané des seins à chaque consultation.
- 4) Écouter les difficultés et les craintes de la mère :

## Questions/réponses

« Ma mère n'a pas allaité, donc je ne pourrai pas allaiter ? »

« Et si je n'avais pas de lait ? »

« Et si mon lait n'était pas assez nourrissant ? »

« Comment savoir si mon enfant tète bien ? »

« Mes seins sont trop petits ! »

« Je fume, est ce que je peux allaiter ? »

# Réponses 1

- l'incapacité d'allaiter n'est pas héréditaire. Le praticien sera utile s'il arrive à aider la mère à prendre du recul par rapport au modèle parental pour ne pas se laisser envahir par des images et/ou des discours déstabilisants
- À partir du moment où le bébé tète, la lactation est stimulée. Les cas d'agalactie restent exceptionnels
- Le lait maternel est génétiquement programmé pour nourrir le bébé de la manière la plus adaptée. Il évolue en permanence dans sa composition. Il est plus clair et plus transparent que le lait industriel. Une tétée efficace nécessite une déglutition audible et visible, une sensation de chaleur ou de picotement dans le sein, un écoulement du deuxième sein, une sensation de soif chez la mère et des contractions utérines. Ce sont les signes de flux.
- La sécrétion lactée est indépendante de la taille ou du volume des seins.
- Allaitement compatible avec le tabac à condition de fumer après la tétée plutôt qu'avant

# Questions / réponses

« L'allaitement ne va-t-il pas abîmer mes seins ? »

« Puis-je lui donner un biberon la nuit, cela permet à son papa de s'en occuper ? »

« Combien de fois par jour ? »

« Combien de temps doit durer la tétée ? »

« est ce que je dois faire attention à ce que je mange ? »

# Réponses 2

- c'est la grossesse qui transforme les seins. Un allaitement bien conduit ne provoque pas de dommage esthétique. Il faut bien maintenir les seins et éviter les congestions mammaires.
- Le père n'a qu'à s'en occuper le jour, par exemple en le changeant.....
- L'introduction d'un biberon la nuit entraîne une rupture d'harmonie entre la demande du bébé et la stimulation de la lactation, ainsi qu'un risque d'engorgement mammaire.
- Le nombre de tétés quotidiennes est variable selon les enfants : en moyenne 8 à 12 les premières semaines. Plus généralement on peut dire « à la demande »
- La durée des tétés varie selon les enfants et la journée. Il faut être souple.
- Un enfant nourri exclusivement au sein n'est jamais trop gros et une courbe de poids importante ne doit pas faire rationner l'enfant.
- Pour favoriser un allaitement maternel prolongé, il est inutile d'introduire des compléments (lait artificiel, eau, jus de fruits) qui favorisent un sevrage plus précoce.

# Problèmes et difficultés que faire si ?

## ■ Diarrhée de l'enfant ?

L'allaitement doit être maintenu.

## ■ Fièvre chez la mère ?

Demander un avis médical

Allaitement maintenu si fièvre d'origine bénigne

Penser à la lymphangite

# Problèmes et difficultés que faire si ?

## Crevasses

- Rechercher une cause : mauvaise position du bébé
- Perle de lait sur le mamelon en fin de tétée

## Engorgement

- Faire téter fréquemment.
- Éviter les vêtements trop serrés et les soutiens-gorge à armature.
- Effectuer des massages de la périphérie de l'aréole vers la base du sein.
- Proposer des douches tièdes associées à des massages doux.

# Conservation du lait (AFSSA 2005)

- **À température ambiante**

À mettre immédiatement dans un espace réfrigéré

- **au réfrigérateur**

2 jours de 0 à 4°

Un biberon de lait entamé se garde 24 heures

- **Au congélateur**

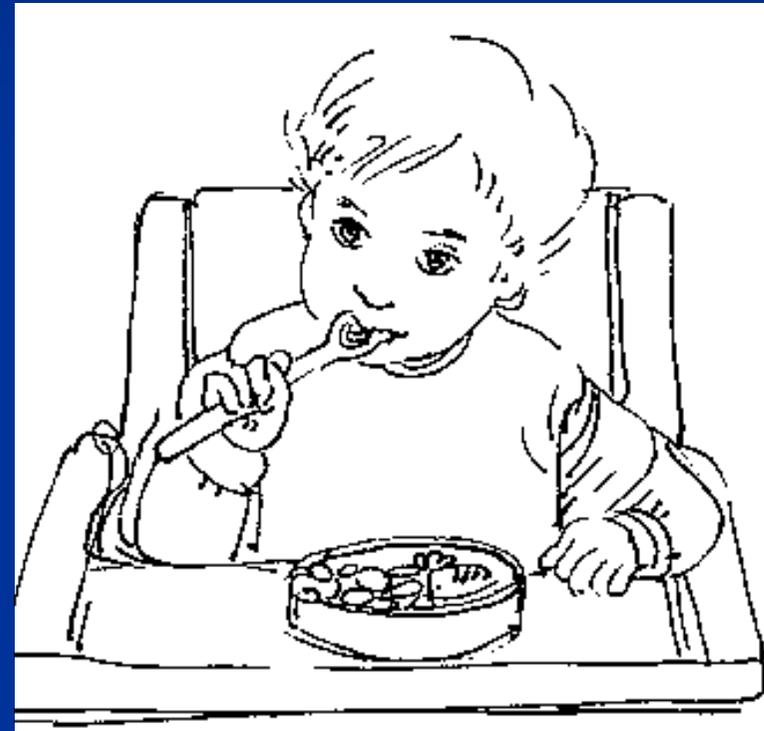
4 mois dans un congélateur séparé (-18°)

Le lait décongelé se garde 2 jours au frigo

# ALLAITEMENT ET DIVERSIFICATION

## OMS :

- allaiter exclusivement les 6 premiers mois
- poursuivre l'allaitement pendant 2 ans ou plus tout en complétant par une alimentation solide adéquate



## Exple de question d'examen

Que diriez vous à une jeune femme enceinte afin de l'encourager à allaiter ? Au moins 4 arguments :

Réponses :

## Exple de question d'examen

Que diriez vous à une jeune femme enceinte afin de l'encourager à allaiter ? Au moins 4 arguments :

### Réponses :

Pour l'enfant :

- Favorise le contact entre la mère et l'enfant.
- Prévention des maladies Infectieuses (Diarrhée, otites, méningites ...) . Augmente de façon significative l'immunité de l'enfant par administration des anticorps maternels (immunoglobulines et facteurs antibactériens non spécifiques)
- Meilleur développement cognitif
- Prévention orthodontie ( renforcement muscles faciaux, meilleur alignement dentaire )
- Prévention : allergie , diabète insulino - dépendant

Chez la mère :

- Il diminue les risques d'hémorragies du post-partum et les carences martiales secondaire.
- Il permet l'espacement des naissances
- La perte de poids est plus rapide chez la femme allaitante
- Il diminue le risque du cancer du sein avant la ménopause.