



INFORMATIONS THÉRAPEUTIQUES

10 RECOMMANDATIONS

POUR LE RECUEIL DU LAIT MATERNEL
DON DE LAIT MATERNEL À SON ENFANT HOSPITALISÉ
OU DON DE LAIT ANONYME



PÔLE FEMME-ENFANT

SERVICE DE PÉDIATRIE • FILIÈRE NÉONATALE
UNITÉ DE DIÉTÉTIQUE ET DE NUTRITION PÉDIATRIQUE • LACTARIUM

INTRODUCTION

Chers parents,

Votre bébé est hospitalisé, vous l'allaitez en recueillant votre lait au tire-lait.

Votre bébé n'est pas hospitalisé et vous avez choisi de faire don de votre excédent de lait.

Le recueil de votre lait nécessite de prendre quelques précautions d'hygiène.

*Voici **10 recommandations** à suivre pour garantir la qualité bactériologique de votre lait.*



1

EN CAS DE PRISE DE MÉDICAMENTS, MALADIES...

Il est très important de prévenir le service d'hospitalisation de votre bébé et le lactarium en cas de prise de médicaments, traitement homéopathique, phytothérapie (les huiles essentielles sont proscrites pendant l'allaitement).

- Notez sur l'étiquette du biberon au stylo à bille rouge le nom du médicament de la première à la dernière prise.
- Signalez tout incident : fièvre, éruption cutanée ou toute autre modification de votre état de santé qui pourrait nuire à la qualité de votre lait.

Par précaution, pendant l'allaitement, nous vous recommandons d'éviter la prise d'alcool et de tabac, y compris la cigarette électronique.

POUR TOUT DON ANONYME

la prise d'alcool, de tabac (patchs nicotiniques et cigarette électronique inclus) sont proscrits.



Photographie : Anne-Cécile Estève

2

HYGIÈNE QUOTIDIENNE

- Prenez une douche tous les jours avec du savon liquide dédié à cet usage.
- Séchez-vous bien avec une serviette et mettez un soutien-gorge d'allaitement propre. Votre linge de toilette doit être lavé et changé plusieurs fois dans la semaine.
- Si vous utilisez des coussinets d'allaitement, pensez à les changer plusieurs fois dans la journée et dès qu'ils sont mouillés. Les coussinets réutilisables sont à laver en machine.

AVANT CHAQUE RECUEIL DE LAIT

Lavez-vous soigneusement les mains et les ongles avec du savon liquide de préférence.



3

NETTOYAGE DU MATÉRIEL

AVANT LE 1^{ER} RECUEIL ET APRÈS CHAQUE RECUEIL DE LAIT

- Démontez les éléments du tire-lait (téterelle, tuyau, capsule).
- Rincez la téterelle sous l'eau froide pour éliminer le lait des parois.
- **Démontez les différentes parties de la téterelle et nettoyez-les à l'eau chaude et au liquide vaisselle.**
- Nettoyez la capsule et l'extérieur du tuyau, une fois par jour, à l'eau chaude et au liquide vaisselle.
Si souillures visibles dans le tuyau : immerger dans eau chaude + liquide vaisselle, rincer minutieusement à l'eau du réseau puis laisser sécher afin d'éliminer l'eau résiduelle ou de condensation. Ne réutiliser le tuyau que si parfaitement sec (intérieur + extérieur).
- Rincez-le tout soigneusement.
- Si vous possédez un lave-vaisselle, vous pouvez laver la téterelle en utilisant un cycle complet à 60°C/65°C.
- Entre deux recueils, stockez votre matériel propre dans une boîte propre (lavée tous les jours) ou dans un sachet type congélation (changé tous les jours).



4

STÉRILISATION DU MATÉRIEL AVANT CHAQUE UTILISATION

Avant toute manipulation du matériel, il est très important de vous laver les mains.

Une fois votre matériel lavé et propre, remontez entièrement toutes les pièces de la tétérnelle avant la stérilisation.

Les tétérnelles sont à laver et à stériliser avant chaque recueil.

TROIS MÉTHODES DE STÉRILISATION SONT POSSIBLES

- 1 **Par ébullition** pendant 20 minutes : plongez le matériel propre dans l'eau bouillante et comptez 20 minutes dès la reprise de l'ébullition.
- 2 **Avec un stérilisateur électrique** : suivre les instructions de l'appareil.
- 3 **Au micro-onde** : mettre le matériel propre dans le stérilisateur et remplir le godet d'eau. Selon la marque du stérilisateur et la puissance du micro-onde, la stérilisation nécessite 4 à 10 minutes. **Il est indispensable de respecter les consignes (temps et puissance) du fabricant afin de garantir l'efficacité de la stérilisation.**

Après la phase de stérilisation, éliminez le maximum d'eau résiduelle en secouant la tétérnelle. **Ne pas essuyer la tétérnelle même s'il reste un peu d'eau et ne pas la laisser sécher à l'air libre.**

Vous pouvez ranger le matériel stérilisé dans une boîte plastique fermée que vous avez au préalable ébouillantée et conserver le tout au réfrigérateur 3 heures maximum entre 0 et 4°C. **Le mieux étant de stériliser le matériel juste avant le recueil.**

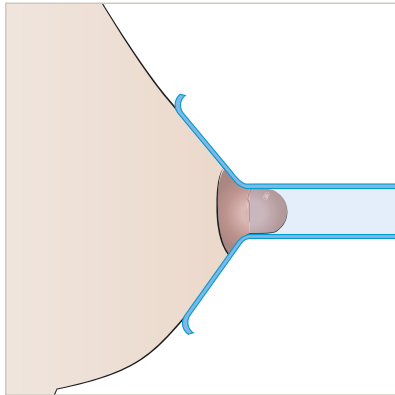
5

RECUEIL DE LAIT

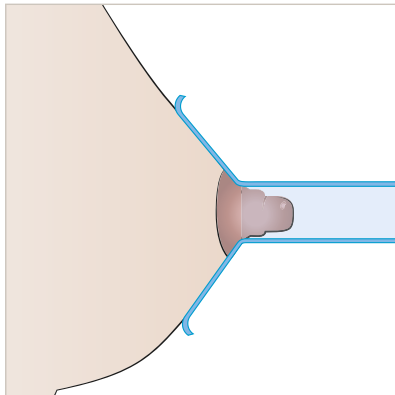
- Lavez et séchez correctement vos mains avec un essuie-tout en papier.
- Posez les biberons stériles et le tire-lait sur un plan de travail propre.
- **Ne touchez pas l'intérieur de la tétérnelle**, le pas de vis du biberon, ni l'intérieur du bouchon de fermeture lors de la manipulation (posez-le à l'envers sur votre plan de travail).
- Recueillez le lait à l'aide du tire-lait électrique ou manuel soit un sein après l'autre, soit les deux seins simultanément en double pompage. Il existe plusieurs tailles de tétérnelles. Celles-ci doivent être adaptées à la taille des mamelons et ne doivent pas occasionner de douleurs lors du recueil. N'hésitez pas à demander des conseils auprès des professionnels.
- Recueillez le lait au moins huit fois par jour dont une fois la nuit et ne laissez pas plus de cinq heures entre deux expressions.
- Utilisez un biberon par recueil. Ne mélangez pas du lait qui vient d'être recueilli avec du lait exprimé précédemment.
- Veillez à ne remplir les biberons qu'aux 3/4 car le volume augmente à la congélation (maximum 100 ou 200 ml).
- Les biberons fournis par le lactarium ou les services d'hospitalisation sont à usage unique et ne doivent en aucun cas être réutilisés (risque de détérioration du plastique). **Les tétérnelles ne sont pas jetables.**



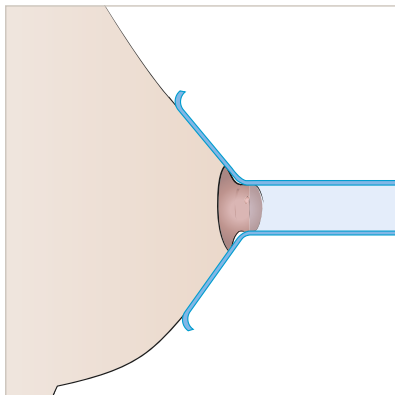
Taille adaptée



Taille trop grande



Taille trop petite



6

APRÈS LE RECUEIL

- Refermez bien et **identifiez chaque biberon** avec les étiquettes fournies par le lactarium ou les services d'hospitalisation, en les collant de haut en bas.
- Notez **au stylo bille** sur l'étiquette nominative **la date et l'heure de recueil du lait, le volume et la prise de médicament éventuelle.**
- Par sécurité, tout biberon mal renseigné ne pourra pas être traité et sera détruit.

7

RANGEMENT ET CONSERVATION DU LAIT

Après le recueil de lait, mettez aussitôt les biberons au froid, soit :

- dans **le bas du réfrigérateur (pas dans la porte) entre 0 et 4°C**. Vous avez 48h pour le consommer ou le congeler (au-delà de ce délai, le lait doit être jeté) ;
- **au congélateur à une température inférieure à -18°C**, dans un tiroir nettoyé, décontaminé et réservé à cet effet ou dans un sac plastique de congélation pour isoler le lait des aliments.

Pour la bonne conservation du lait maternel :

- vérifiez la température de votre réfrigérateur et de votre congélateur chaque jour (de préférence le matin) ;
- il est conseillé de nettoyer votre réfrigérateur au moins une fois par mois ;
- ne stockez pas le lait au freezer ni dans le compartiment à glaçons.

Le lait maternel congelé peut se conserver 4 mois.

8

TRANSPORT DU LAIT MATERNEL

Pour le transport du lait de votre domicile jusqu'au lactarium ou l'unité d'hospitalisation, il est absolument nécessaire de respecter la chaîne du froid.

- Mettez des packs de glace 30 minutes avant le départ dans **une glacière à parois rigides propre** ;
- Placez les biberons de lait maternel, bien calés les uns contre les autres, dans la glacière au dernier moment avant le départ et ajoutez des nouveaux packs de glace pour éviter la rupture de la chaîne du froid. Les biberons de lait doivent être entourés de pains de glace.

Si le temps de transport excède une heure ou en cas de fortes chaleurs : prenez contact avec le lactarium pour convenir de jours précis de dépôt des biberons, afin de programmer la pasteurisation de votre lait. Tout biberon de lait congelé dont la température excède les -10°C et tout biberon de lait réfrigéré dont la température excède les $+8^{\circ}\text{C}$ sera rejeté et ne pourra pas être pasteurisé au risque de contaminer tout le reste de votre lait.

9

RÉCEPTION DU LAIT

Dès votre arrivée à l'hôpital,

- déposez vos biberons :
 - **en priorité au lactarium** pendant les heures d'ouverture (8h30 - 16h30),
 - dans le service d'hospitalisation de votre enfant en dehors des horaires d'ouverture du lactarium ;
- demandez des biberons stériles et des étiquettes nominatives si besoin. N'hésitez pas à solliciter régulièrement les professionnels pour faire un état du stock de lait disponible pour votre bébé.

Veillez à maintenir votre glacière propre en la nettoyant, au moins une fois par semaine, à l'eau et au liquide vaisselle puis en la rinçant et en la séchant.

10

QUELQUES JOURS AVANT LA SORTIE DE VOTRE ENFANT

Conservez votre lait dans votre congélateur. Il pourra être donné à votre enfant dans un délai maximum de 4 mois.

Nous vous invitons à contacter le lactarium au

02 99 26 58 49

pour évaluer votre stock de lait maternel pasteurisé.

Si vous habitez à moins d'une heure du lactarium, nous pouvons vous restituer environ deux litres de lait pasteurisé congelé par enfant (compte tenu du coût de préparation et de traitement du lait maternel) après informations concernant le transport, la conservation et la distribution.

Si vous l'autorisez, l'excédent de lait maternel pourra être donné de façon anonyme à d'autres enfants sur prescription médicale, après avoir signé un contrat de donneuse anonyme et après avoir eu un entretien avec un médecin de l'unité d'hospitalisation de votre enfant ou médecin traitant ou sage-femme.

Le don de lait est un acte généreux et nous vous en remercions.

PÔLE FEMME-ENFANT

SERVICE DE PÉDIATRIE • FILIÈRE NÉONATALE
UNITÉ DE DIÉTÉTIQUE ET DE NUTRITION PÉDIATRIQUE • LACTARIUM



HÔPITAL SUD
LACTARIUM • NIVEAU -1

16, boulevard de Bulgarie • 35203 Rennes cedex 2



Tél. 02 99 26 58 49
Courriel : infantile.dietetique@chu-rennes.fr
Fax 02 99 26 58 50



INFORMATIONS SERVICE

Ouvert du lundi au dimanche de 8h30 à 16h30
Présence d'une puéricultrice au lactarium du lundi au vendredi