

Fiche mémento

Utilisation du tire-lait électrique

Pourquoi utiliser un tire-lait électrique ?

- Pour remplacer une ou plusieurs ou toutes les tétées (rendez-vous, sorties, reprise du travail, hospitalisation de l'enfant ou de sa mère)
- Pour stimuler la lactation : en cas de difficultés de succion ou pour augmenter la production de lait.
- Pour faire des réserves de lait.
- Pour optimiser le drainage dans le cadre d'un engorgement ou d'une mastite.

Schéma tire-lait électrique



- 1 : Téterelle
- 2 : Support de la valve
- 3 : Biberon recueil lait
- 4 : Tuyau d'aspiration
- 5 : Bouton gérant les différentes phases du tirage
- 6 : Autre branchement possible si le tire-lait est à double pompage.

Comment faire ?

- Lavez-vous soigneusement les mains à l'eau savonneuse.
- Installez-vous confortablement dans un endroit calme et sécurisant, bébé sur vous ou visible ou bien face à sa photo ou encore votre bébé tétant le sein opposé. « **Plus vous êtes cool, plus le lait coule** ».
- Effectuer un massage des seins avant la pose de la téterelle.
- Poser la téterelle (**adaptée à votre taille**) sur le mamelon en exerçant une légère pression sur le sein. La taille du mamelon peut varier au cours de l'allaitement.
- Mettre en route le tire-lait électrique. Selon le modèle, il y aura besoin de régler puis d'adapter la fréquence (ou vitesse ou nombre de cycles) et l'aspiration (ou succion ou puissance).
- Commencer par une **fréquence rapide et une aspiration faible** puis dès que le lait coule, **diminuer la fréquence et augmenter l'aspiration progressivement**, technique à renouveler si besoin pour obtenir d'autres flots de lait.



Le tirage doit être **confortable** et efficace.

Combien de temps ?

- Le lait ne s'écoule pas en continu mais par flots appelés éjections.
- Il y a en moyenne 2 à 3 éjections par tirage.

- Vous pouvez stopper le tirage quand ne s'écoulent plus que quelques gouttes de lait.
- Si vous êtes pressée, 5 à 10 minutes peuvent suffirent.

Tirage sur un sein ou les deux seins en même temps ?

- Tirer les deux seins en même temps est une procédure plus **rapide** et plus **productive** mais les 2 types de pompage sont possibles.

Comment augmenter la quantité de lait produite ?

- Augmenter le nombre de tirage (**tirer souvent sur un temps court**). Un temps de tirage plus long ou un grand espacement entre les tirages n'augmente pas la production de lait.
- Massage des seins avant puis compression des seins pendant le tirage.
- Tirer les 2 seins en même temps plutôt qu'un sein puis l'autre.

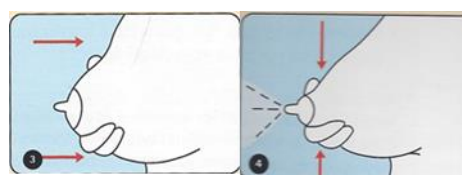


Maintenir une tétérèlle avec l'avant-bras et l'autre tétérèlle avec la main du même bras ou bien « kit main libre » (astuce pour que les 2 tétérèlles tiennent seules).

- Expression manuelle de lait après le tirage.
- Application de chaleur sur les seins avant l'expression (ex : gants de toilette chauds ou douche chaude).
- Mieux vaut tirer souvent et pas longtemps que le contraire.
- Possibilités d'associer des galactogènes (Fenugrec, fenouil, tisanes...)



Massage du sein



Expression manuelle



Compression du sein pendant le tirage

Remarques :

- Il est normal lors de la 1ère utilisation de tire-lait électrique (ou des 1ères) que très peu de lait coule. Cela ne signifie absolument pas qu'il « n'y a plus ou pas assez de lait ». Persévérez, vos seins vont s'adapter !
- Le volume d'un tirage peut fortement varier d'un moment à l'autre en fonction des conditions d'expression et en fonction du sein droit ou gauche.
- Entre l'âge de 1 à 6 mois le bébé, né à terme, boit en moyenne 750 à 800 ml par 24h.