tire-lait express

GUIDE DE Bienvenue

Conseils, soutien, astuces
et modes d'emploi

bienvenue

BIENVENUE DANS LA FAMILLE TIRE-LAIT EXPRESS !
MERCI DE NOUS FAIRE CONFIANCE POUR VOTRE ALLAITEMENT.

VOUS VENEZ DE DÉCOUVRIR VOTRE TIRE-LAIT ?
LAISSEZ-VOUS GUIDER...

L'équipe Tire-Lait Express est heureuse de vous accueillir parmi ses nouvelles mamans. Une conseillère a effectué l'installation de votre tire-lait à votre domicile, en maternité ou en visioconférence et nous espérons que vous tirez pleine satisfaction de nos services.

Ce livret a pour but de vous guider lors du démarrage de votre tire-lait et de répondre aux questions qui traversent votre esprit. La lactation, les durées de conservation, la reprise du travail, tous ces sujets sont abordés, laissez-vous guider...

À l'issue de votre lecture, si vous avez encore des questions, des idées à proposer ou que vous souhaitez partager votre expérience avec nous...

RÉSEAUX SOCIAUX

Rejoignez les mamans de notre communauté sur Facebook, Instagram et Youtube..

Découvrez nos articles, nos actualités et pleins d'autres surprises...

tire-lait express c'est aussi ...

LE BLOG

Si ce n'est pas encore fait, nous vous invitons à découvrir notre blog **Tire-lait Express !**

Vous y trouverez de précieux conseils et dossiers traitant le thème de l'allaitement, des articles d'actualité mais également des recettes pour bébés, des idées de jeux, des vidéos explicatives (montage des téterelles, modes d'emploi, etc.)...

Notre plus ? Notre blog est alimenté par **des mamans, des passionnées** mais aussi par **une consultante en lactation IBCLC.**

les bénéfices de l'allaitement

Allaiter est un geste naturel et une vraie richesse, pour votre enfant, pour vous, pour votre relation. Si elles le souhaitent, toutes les femmes peuvent donner leur lait à leur bébé, quelles que soient la taille et la forme de leurs seins. Les contre-indications sont extrêmement rares.

VOUS LUI DONNEZ LA MEILLEURE ALIMENTATION

- Le lait maternel couvre tous les besoins de votre bébé et contient les vitamines, sels minéraux, oligoéléments, sucres, graisses et protéines dont il a besoin pour bien grandir, le tout en justes quantités.
- Le lait maternel évolue constamment selon les besoins de votre enfant. Sa compostion varie au cours de la tétée, en s'enrichissant en graisses au fur et à mesure que le sein se vide ou lorsque les tétées se rapprochent, mais aussi au cours de la journée.

VOUS FAVORISEZ SA SANTÉ

La composition du lait maternel en protéines, en acides gras et en minéraux est parfaitement adaptée à votre enfant ; elle évolue au fil des semaines mais également pendant la tétée.
Le lait maternel favorise la bonne digestion. Très digeste, il ne fatigue ni les reins ni le foie et diminue les gaz.

Il permet aussi :

- Une protection contre les microbes grâce à vos anticorps : votre bébé n'ayant pas encore un système de défense immunitaire bien développé, il profite du vôtre, grâce à votre lait.
- Une protection contre les allergies. Le lait maternel contribuerait à réduire le risque d'allergies des enfants qui sont prédisposés au niveau familial.
- Une prévention de l'obésité : les bébés allaités au sein semblent moins exposés au risque d'obésité pendant l'enfance et l'adolescence.

VOUS PROTÉGEZ AUSSI VOTRE SANTÉ

- L'allaitement accélère les contractions de l'utérus, lui permettant de reprendre sa place plus rapidement après l'accouchement.
- Il diminue les risques de certains cancers, comme celui de l'ovaire et du sein.
- Il diminuerait le risque d'ostéoporose.

Source : **Guide de l'allaitement maternel INPES**

SOMMAIRE

Bienvenue 2
Les bénéfices de l'allaitement 4

VOS QUESTIONS, NOS RÉPONSES 6

1- Comment nettoyer mes téterelles ? 6
2- Comment tirer mon lait ? 7
3- Comment conserver mon lait ? 9
4- Comment donner du lait à mon bébé ? 11
5- De quelles quantités de lait mon bébé a-t-il besoin ? 12

L'UTILISATION DE VOTRE TIRE-LAIT 13

1- J'utilise le tire-lait pour stimuler et/ou entretenir ma lactation 13
2- J'utilise le tire-lait pour la reprise du travail 15
3- J'utilise le tire-lait pour donner des compléments occasionnels 18
4- J'utilise le tire-lait car j'ai trop de lait, mes seins sont engorgés 19

MODES D'EMPLOI DE NOS TIRE-LAIT À LA LOCATION 21

1- Mamivac Sensitive-C 22
2- Seinbiose Double 24
3- Seinbiose Moon Pro 26
4- Seinbiose Essential Duo 28
5- Medela Symphony 30
6- Spectra S1 32

INFORMATIONS UTILES 36

1- Renouvellement d'ordonnance 36
2- Vous souhaitez retourner votre tire-lait ? 37
3- Ressources et adresses utiles 39

vos questions, *nos réponses*

1- COMMENT NETTOYER MES TÉTERELLES ?

Recommandations du Ministère de la Santé 01/2013 :
https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Depliant_lait_maternel_2013.pdf

Après chaque utilisation, nettoyez soigneusement vos téterelles.
Il est important de démonter les pièces conformément à la notice du fabricant.

- Rincez-les à l'eau froide, plongez les pièces (hors tuyaux) dans de l'eau savonneuse chaude, puis nettoyez avec un goupillon.

- Rincez abondamment à l'eau claire sous le robinet et laissez sécher les différentes pièces sur une surface propre à l'air libre. Une fois sèches, vous pouvez remonter les différentes pièces.

Si vous possédez un lave-vaisselle, vous pouvez laver les différentes pièces en utilisant un cycle complet à 65°C (à l'exception des tuyaux et des pièces jaunes pour les téterelles de la marque Mamivac).

La stérilisation n'est pas nécessaire si votre enfant est né à terme et en bonne santé. Cependant, dans certaines circonstances médicales, notamment dans le cas d'un bébé prématuré, les téterelles doivent être obligatoirement stérilisées avant chaque utilisation.

Les téterelles sont conçues pour pouvoir être stérilisées :
Demandez conseil au professionnel de santé qui suit votre enfant.

- Soit par ébullition : 15 minutes dans l'eau bouillante,
- Soit à la vapeur (avec un stérilisateur à vapeur d'eau),
- Soit à froid (pastilles pour stérilisation à froid).

2- COMMENT TIRER MON LAIT ?

Voici quelques conseils pratiques pour tirer votre lait :

- Lavez-vous les mains avant d'utiliser votre tire-lait.

- Installez-vous, si possible, dans un endroit calme et confortable afin d'éviter d'être dérangée. L'idéal est de poser son tire-lait sur une table.

Pour une séance efficace, certaines d'entre vous auront besoin de voir le lait couler, de regarder une photo ou une vidéo de leur bébé, et d'autres au contraire devront exercer une tâche dérivative : être sur l'ordinateur, téléphoner, lire…

Le temps nécessaire pour tirer son lait est variable selon les femmes, mais en général de 10 à 15 minutes suffisent avec un bon tire-lait électrique en double pompage.

- Mettez vos téterelles en place. Le mamelon doit se trouver au centre de la téterelle afin de ne pas frotter sur les bords.
  Assurez-vous que votre soutien-gorge ou votre tee-shirt ne passe pas sous la téterelle.

- Allumez votre tire-lait. Selon le modèle utilisé, effectuez les réglages nécessaires (modes d'emploi p.21).

Il faut toujours commencer à régler le tire-lait sur le niveau le plus doux d'aspiration : brutaliser le mamelon en choisissant d'emblée la position la plus forte est inutile et peut engendrer des lésions.

Vous pouvez vous pencher légèrement vers l'avant, cela aide le lait à couler à l'intérieur de la téterelle.

- Selon le modèle du tire-lait et selon les femmes, quelques minutes peuvent s'écouler avant que le lait ne commence à couler, c'est normal, détendez-vous afin de faciliter le réflexe d'éjection du lait.

Deux hormones sont essentielles dans le processus d'allaitement : la prolactine et l'ocytocine.

- La prolactine est responsable de la production de lait.
- L'ocytocine sert à déclencher le réflexe d'éjection, c'est-à-dire faire sortir le lait.

Cette hormone est très sensible à votre état émotionnel, ainsi, si vous êtes stressée ou tendue, votre réflexe d'éjection peut être inhibé et les quantités de lait recueillies seront moins importantes. Pour favoriser le réflexe d'éjection du lait, il est également possible de faire des petits massages circulaires avec les doigts autour de l'aréole avant et au cours du tirage.

Ensuite, n'hésitez pas à essayer plusieurs degrés d'aspiration pour trouver celui qui vous convient le mieux. Le lait va couler plus ou moins abondamment.

Lorsque le lait ne coule plus depuis au moins deux minutes, vous pouvez arrêter.
À la fin du tirage :

- Posez vos téterelles avec soin.
- Fermez la téterelle rapidement avec le couvercle prévu à cet effet ou transvasez le lait dans un autre contenant.
- Lavez vos téterelles et rangez votre tire-lait.

En cas d'impossibilité de laver vos téterelles immédiatement après le tirage, mettez-les à tremper dans de l'eau claire en attendant (ceci empêchera le lait de sécher et facilitera le lavage ultérieur)

3- COMMENT CONSERVER MON LAIT ?

Avant chaque manipulation de votre lait, lavez-vous les mains et assurez-vous que vos contenants soient propres.

Le lait tiré se conserve dans un flacon de recueil tel que celui fourni avec vos téterelles ou dans des sachets de congélation.
Notez la date et l'heure du tirage avant de stocker votre lait.

- Si votre bébé est gardé en dehors de votre domicile (ex : crèche, assistante maternelle…), ajoutez son nom.

- S'il est hospitalisé, collez l'étiquette patient à son nom fournie par l'hôpital.

Si le volume de lait souhaité est recueilli en plusieurs fois, vous pouvez mélanger les contenus ensemble à deux conditions :

- Les différents volumes doivent être à la même température : vous devez donc attendre que le lait tiré en dernier soit frais avant de l'ajouter dans le flacon déjà au frais.

- Pour la durée de conservation, il faut tenir compte de la date du lait recueilli en premier.

La règle est simple :
on ne mélange que des laits de même température !

Lors des transports, utilisez une petite glacière avec accumulateurs de froid. N'excédez pas 1 heure.

Pour réchauffer le lait maternel, n'utilisez pas de **four micro-ondes** pour ne pas altérer les qualités nutritionnelles du lait maternel et pour éviter tout risque de brûlure.

Conservation du lait maternel selon les recommandations du ministère de la santé 2013 :

LAIT MATERNEL	TEMPÉRATURE AMBIANTE < 26°	RÉFRIGÉRATEUR + 4°	CONGÉLATEUR - 18°
Fraîchement exprimé	4 heures	48 heures (Dans l'endroit le plus frais du réfrigérateur)	4 mois
Décongelé au frigo mais non chauffé	Maximum 1 heure	24 heures	Ne pas recongeler
Décongelé et réchauffé	Maximum 1 heure	Maximum 1 heure	Ne pas recongeler
Reste de biberon	À consommer dans la 1/2 h	À jeter	À jeter

Attention : **Les modes de conservation ne sont pas cumulables.**

Pour les bébés prématurés ou hospitalisés, la conduite à tenir n'est pas forcément la même. Renseignez-vous auprès de **l'équipe soignante accompagnant votre enfant**, ou auprès du **lactarium de votre région.**

4- COMMENT DONNER DU LAIT À MON BÉBÉ ?

Le biberon est l'accessoire le plus connu pour donner son lait.
Mais il est à noter que chez certains bébés, une introduction précoce du biberon peut perturber la succion au sein et rendre l'allaitement plus difficile, voire le compromettre.

Dès lors, si vous utilisez un biberon, préférez une tétine 1er âge ou vitesse 1 pour que le débit soit modéré de façon à ce que votre bébé continue à faire un effort de succion.

Aussi, si vous ne souhaitez pas utiliser le biberon, des alternatives existent. Vous pouvez donner votre lait :

- Avec une pipette (comme par exemple celles fournies avec les sirops pour enfant),
- Avec une seringue sans aiguille,
- À la tasse,
- Avec une soft cup,
- Avec des objets du quotidien comme une cuillère ou une tasse à bec pour enfants,
- Avec un SNS (Système de Nutrition Supplémentaire).

Le SNS peut s'utiliser au doigt (très pratique) ou directement au sein.

Renseignez-vous auprès d'une consultante en lactation ou d'une association de soutien à l'allaitement afin d'être accompagnée dans ces différentes méthodes et les utiliser en toute sécurité.

Vous pouvez retrouver tous ces accessoires en vente sur notre site **www.tire-lait-express.fr**

5- DE QUELLES QUANTITÉS DE LAIT MON BÉBÉ A-T-IL BESOIN ?

Les chiffres donnés ici sont les moyennes indicatives, demandez conseil au professionnel de santé qui suit votre enfant.

Après la première semaine de vie et jusqu'à environ 3 mois, un bébé a besoin en moyenne de 150ml de lait maternel par kg par 24h.

Par exemple un bébé de 3kg aura besoin de 450ml de lait maternel pour 24h (3 x 150 = 450).

Par la suite, les bébés allaités boivent environ 850ml de lait maternel par 24h jusqu'à la diversification.

Ces chiffres sont à diviser en fonction du nombre de repas que prend votre bébé.

D'une manière générale, les bébés allaités boivent en moyenne 8 à 12 fois par 24h.
Comment savoir si mon bébé reçoit assez de lait ?

- Il est repu et satisfait après son repas,
- Il mouille abondamment 5 à 6 couches par 24h, ses urines sont claires et inodores,
- Ses selles sont de couleur jaune / dorée / ocre, parfois accompagnées de « grumeaux », elles ont une odeur discrète,
  Un bébé allaité uniquement au lait maternel a au moins une selle quotidienne pendant les 4 à 6 premières semaines. Elles sont parfois moins fréquentes après (si ce n'est pas le cas, parlez-en avec un professionnel de santé).
- Il a une peau rosée, douce et ferme,
- Son état général est bon, c'est un bébé avec des phases d'éveil calme,
- Ses courbes de poids et de croissance sont harmonieuses et conformes à son âge.

Il est à noter que les courbes du carnet de santé français sont réalisées avec des bébés alimentés indépendamment au sein et au biberon.
Si vous souhaitez observer des courbes de croissance réalisées à partir de bébés allaités, consultez l**es courbes de l'OMS.**

l'utilisation de *votre tire-lait*

1- J'UTILISE LE TIRE-LAIT POUR STIMULER ET/OU ENTRETENIR MA LACTATION

Dans le cas d'une naissance prématurée ou si votre bébé a des dfficultés pour téter, vous pouvez utiliser un tire-lait pour stimuler votre lactation.

Il faut savoir que la lactation fonctionne selon la demande du bébé :

- Plus le bébé tète souvent et efficacement, plus les seins sont stimulés et plus le corps produit du lait,
- Le tire-lait permet d'augmenter la production de lait quand celle-ci est insuffisante,
- Un nouveau-né tète environ 8 à 12 fois par 24h (idéal si bébé est prématuré),
- Tirez votre lait sur chaque sein toutes les 3 heures dans la journée et au moins une fois la nuit (environ 3 à 5 minutes les deux premiers jours),
- Puis augmentez progressivement la durée, jusqu'à 10 à 15 minutes sur chaque sein.

Lorsque votre lait ne coule plus, continuez de tirer « à vide » quelques minutes supplémentaires afin que vos seins produisent de plus en plus.

Tirer votre lait avec vos mains quelques minutes en plus des séances avec votre tire-lait, notamment les premiers jours après la naissance, peut vous aider à obtenir plus de lait et à avoir une meilleure production lactée par la suite.

Un massage des seins pendant l'expression du lait vous aidera également à obtenir un plus grand volume de lait.

VOTRE BÉBÉ A DES DIFFICULTÉS À PRENDRE LE SEIN, NE TÈTE PAS ASSEZ EFFICACEMENT, S'ENDORT AU SEIN

Proposez-lui tout de même d'abord le sein aux signes d'éveil.

Une tétée, même peu efficace, stimule les mamelons et votre bébé apprend peu à peu à téter.

Utilisez ensuite le tire-lait pour continuer à stimuler votre lactation, idéalement dans l'heure qui suit la tétée.

Veillez à bien drainer vos deux seins à chaque fois. Tirez votre lait tant qu'il coule dans le flacon de recueil, puis, lorsque le lait ne coule plus, continuez à tirer quelques minutes supplémentaires.

Consultez le professionnel de santé qui suit votre enfant pour savoir si l'état de santé de votre enfant nécessite de lui donner en supplément le lait que vous aurez obtenu avec votre tire-lait et discutez avec lui de la façon la plus appropriée pour donner ces suppléments.

Connaissez-vous le Power Pumping ?

C'est une technique qui consiste à utiliser votre tire-lait de façon intensive sur de très courtes périodes pour relancer une lactation insuffisante.

Placez le tire-lait prêt à l'emploi dans un endroit pratique et utilisez-le aussi souvent que possible pendant quelques minutes.

Le but premier n'est pas de récolter du lait mais bien de stimuler votre lactation.
Ces «micro-séances» ne remplacent pas les séances d'extractions complètes habituelles.

Comme les règles d'hygiène recommandées pour tirer le lait sont difficiles à appliquer entre chaque «micro-tirage» en Power Pumping, le lait recueilli ne devra pas être stocké.

Source : Feuillet IPA «Stimuler ma lactation».

2- J'UTILISE LE TIRE-LAIT POUR LA REPRISE DU TRAVAIL

L'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) et le PNNS (Programme National Nutrition Santé) recommandent un allaitement exclusif jusqu'à 6 mois, puis jusqu'à 2 ans en complément d'une alimentation solide diversifiée.

Ces recommandations ne sont pas en adéquation avec le congé maternité des mères françaises. Aussi, la reprise du travail demande une nouvelle organisation pour les mères qui désirent poursuivre l'allaitement.

Il y a beaucoup de façons de concilier la reprise du travail et le maintien de l'allaitement : tirer son lait en est une.

AVANT LA REPRISE DU TRAVAIL :

- Vous pouvez prendre contact avec une association de soutien à l'allaitement : vous pourrez obtenir des astuces pratiques et rencontrer d'autres mamans qui ont repris le travail tout en poursuivant l'allaitement.

- Il existe aussi de nombreux blogs et forums spécialement dédiés aux mères qui travaillent et qui allaitent.

- Vous pouvez faire des réserves de lait et le congeler, cela permet d'une part de vous rassurer pour les jours où vous aurez moins le temps de tirer (ainsi vous aurez toujours un peu de lait d'avance) et d'autre part cela permet de vous habituer à l'utilisation du tire-lait.

Quand vous tirez en plus de ce que boit votre bébé, il est normal de ne pas avoir beaucoup de lait les premières fois.
C'est en tirant tous les jours et avec l'habitude que vous obtiendrez plus de lait. La quantité de lait obtenue n'est pas représentative de ce que vous allez recueillir quand vous serez au travail, car là, vous tirerez à la place d'une tétée et non en plus.

QUAND VOUS AUREZ REPRIS VOTRE TRAVAIL :

Il est préférable de faire téter votre bébé au minimum une fois avant de le quitter le matin.

Dans la mesure du possible, tirez plusieurs fois votre lait pendant votre journée de travail.

En effet, tirer fréquemment sur de petites périodes est plus confortable pour vous et plus bénéfique pour votre lactation, qu'une seule fois de façon prolongée. Vous obtiendrez probablement plus de lait.

En utilisant votre tire-lait en double pompage vous gagnez du temps et c'est plus stimulant pour votre lactation !

Globalement, tirer son lait au travail prend au maximum une demi-heure, installation et rangement compris, et parfois moins : chez certaines mères, 10 à 15 minutes peuvent suffire.

Au retour de votre travail, proposez le sein à votre bébé dès que vous le récupérez, (idéalement, demandez à la personne qui garde votre bébé de ne pas lui donner de lait juste avant votre arrivée afin que la tétée de retrouvailles soit la plus efficace possible).

Continuez à donner le sein à la demande quand vous êtes avec votre bébé : le soir, la nuit, le matin, les week-ends, les vacances et les jours fériés. Cela vous aidera à maintenir une bonne lactation malgré des tétées moins fréquentes les jours travaillés.

Pour votre bébé, c'est logique : « quand je suis avec maman, je tète et quand je suis à la crèche ou avec ma nounou, je me nourris autrement ».

La loi française sur l'allaitement et le travail :

Le Code du Travail prévoit aux articles L224-2 à L224-4 et R224-1 à R224-23 que les mères allaitantes disposent d'une heure par jour pour allaiter leur enfant pendant les heures de travail, et cela pendant 1 an à compter du jour de la naissance.

Cette disposition a été confirmée en juin 2000 lors de la 88ème conférence internationale du travail.

En théorie, cette loi vous permet de recevoir votre enfant sur votre lieu de travail pour l'allaiter.
En pratique, cette heure est généralement divisée en 2 pauses d'une demi-heure non rémunérées que vous pouvez utiliser pour tirer votre lait.

Par ailleurs, toute entreprise employant plus de 100 femmes doit mettre à la disposition des mères une « chambre d'allaitement » répondant à des critères précis d'hygiène et de surveillance.

3- J'UTILISE LE TIRE-LAIT POUR DONNER DES COMPLÉMENTS OCCASIONNELS

Lorsque vous devez être séparée de votre bébé pendant quelques heures ou quelques jours, le tire-lait permet à votre bébé de recevoir votre lait en votre absence, et si besoin, de soulager vos seins.

Lorsque vous tirez votre lait, la quantité de lait obtenue est très variable d'une femme à l'autre.

Cela varie selon le moment de la journée, la fatigue ou l'état émotionnel de la maman, l'âge du bébé…

Il est donc préférable de tester votre tire-lait quelques jours avant votre première séparation afin d'apprécier les quantités que vous arrivez à recueillir.

Il est fortement probable (sauf hyperlactation, c'est-à-dire surproduction de lait par rapport aux besoins du bébé), que les quantités de lait tirées en plus des tétées habituelles de votre bébé ne soient pas très abondantes puisque votre corps produit exactement la quantité dont le bébé a besoin. Dans ce cas vous aurez besoin de tirer plusieurs fois votre lait pour obtenir les quantités de lait souhaitées.

Pour constituer votre réserve :

- Si votre bébé ne tète qu'un sein, tirez le lait de l'autre sein. Ce lait ne manquera pas à votre bébé au cours de la prochaine tétée car le lait se fabrique en continu.
- Si votre bébé tète les deux seins au cours de la tétée, attendez une heure pour tirer votre lait afin que le lait vienne plus facilement.

Le nombre de tirages pour obtenir la quantité de lait désirée dépend essentiellement de la production de lait et de la capacité de stockage des seins de la maman. Certaines n'auront besoin de tirer qu'un seul sein, une ou plusieurs fois, alors que d'autres auront besoin de tirer les deux seins de une à plusieurs fois.

En l'absence de votre bébé, votre production de lait continue. Soyez vigilante, ne laissez pas vos seins s'engorger.

4- J'UTILISE LE TIRE-LAIT CAR J'AI TROP DE LAIT, MES SEINS SONT ENGORGÉS

Si la mise au sein fréquente de votre bébé ne suffit pas à bien drainer vos seins, ou si vous souffrez d'hyperlactation, il se peut que vos seins deviennent douloureux au fur et à mesure qu'ils stockent du lait.

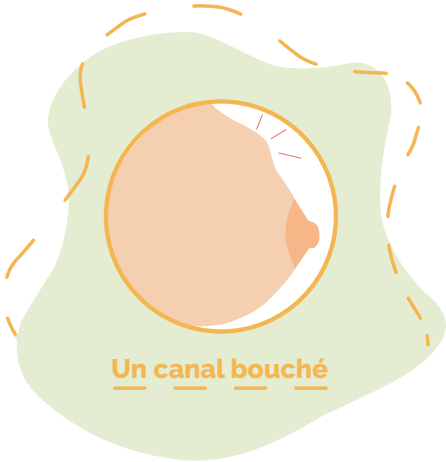
Attention, il y a souvent un engorgement physiologique lors de la montée de lait ; mais il ne dure pas.

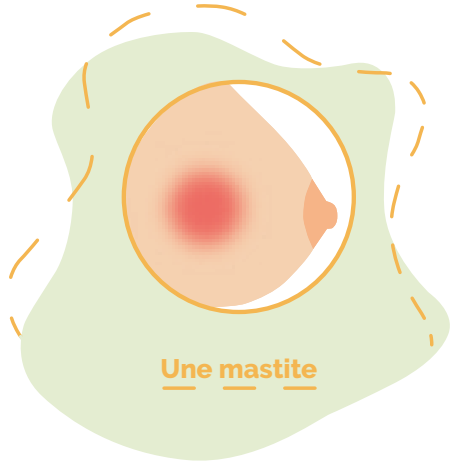
GARDER TROP LONGTEMPS LES SEINS TENDUS EST RISQUÉ

- Cela peut engendrer un canal bouché, une mastite (inflammation du sein liée à un engorgement ou une infection bactérienne) voire un abcès si rien n'est mis en place pour drainer fréquemment les seins.
- Si cela se répète trop souvent, votre lactation risque de diminuer :

L'accumulation de lait dans les cellules de la glande mammaire empêche la fixation de la prolactine au niveau de ses récepteurs situés dans ces cellules, ce qui inhibe la production lactée. Lorsque le sein est vidé, la prolactine peut à nouveau se fixer sur ses récepteurs, ce qui relance la production du lait. Plus le sein est vidé, plus la production du lait est rapide, et elle se ralentit progressivement au fur et à mesure que le sein se remplit.

Un second facteur intervient dans ce processus : Le FIL (Feedback Inhibitor of Lactation), une protéine du petit lait qui inhibe la sécrétion lactée ; son taux augmente lorsque le lait s'accumule, ce qui ralentit aussi la production du lait.


Un canal bouché


Une mastite

Dès lors que votre bébé ne veut / peut pas téter, et que vos seins sont tendus et douloureux, vous aurez besoin de vous soulager en exprimant du lait manuellement ou avec le tire-lait.

Pour cela, exprimez suffisamment de lait pour retrouver une sensation de confort et des seins un peu plus souples.

Cependant, ne « videz » pas complètement vos seins. Comme expliqué précédemment, ils se rempliront d'autant plus vite et votre lactation peut « s'emballer ».
Garder un peu de lait dans vos seins permettra de faire jouer le mécanisme d'autorégulation et évitera de « sur-stimuler » votre lactation.

Si vous avez beaucoup de lait, votre lait peut être donné à un lactarium. Si vous souhaitez faire un don de lait, contactez le lactarium dont vous dépendez. Votre lait sera ensuite utilisé par les hôpitaux pour les bébés prématurés ou gravement malades.

L'Association des lactariums de France
https://association-des-lactariums-de-france.fr/

modes d'emploi de *nos tire-lait à la location*

Seinbiose Moon Pro

Seinbiose Double

Seinbiose Essential Duo

Spectrav S1

Mamivac Sensitive-C

Medela Symphony

1- MODE D'EMPLOI MAMIVAC SENSITIVE-C

Consultez le mode d'emploi vidéo sur la chaine Youtube de Mamivac France, ou en scannant ce QR code :

1 DÉMARRER VOTRE TIRE-LAIT : BRANCHEMENTS

Branchez le câble d'alimentation dans une prise de courant standard.

Branchez vos téterelles.

Si vous utilisez une seule téterelle, remontez le cache sur le trou inutilisé.

Placez les téterelles sur vos seins, le mamelon bien au centre.

Veillez à bien plaquer vos téterelles contre vos seins tout au long de la séance afin de ne pas laisser passer d'air. Il est cependant inutile d'exercer une pression trop forte.

2 PHASE DE STIMULATION : ZONE VERTE

Placez le curseur du bouton « Fréquence » sur 100 dans la zone verte (rythme le plus rapide).

Allumez le tire-lait avec le bouton « Puissance » et positionnez le curseur dans la zone verte (aspiration faible) en face du curseur du bouton « Fréquence ».

Il est à noter que pendant cette phase, le lait ne coule pas encore ou, selon les femmes, en très faible quantité.

3 PHASE D'EXPRESSION DU LAIT : ZONE GRISE

Lorsque vous entendez le signal sonore (triple bip), changez le réglage :

Tournez le bouton « Fréquence » sur 48 (rythme plus lent) dans la zone grise.

Si votre lactation est bien mise en place et que vous préférez un rythme encore plus lent vous pouvez varier la vitesse de tirage, en continuant à tourner le bouton (33, 25 ...).

Puis, tournez progressivement le bouton « Puissance » dans la zone grise pour augmenter la puissance d'aspiration en fonction de votre sensibilité.

Pour un tirage optimal, réglez votre force d'aspiration au maximum de ce que vous pouvez supporter : cela ne doit pas être douloureux, et doit rester confortable.

2- MODE D'EMPLOI SEINBIOSE DOUBLE

Si vous utilisez votre tire-lait sur secteur :

- Branchez le câble d'alimentation dans une prise de courant standard. Lors du branchement, le rétroéclairage et l'écran LCD s'allument pendant 2 secondes. Puis l'écran LCD s'éteint.

Si vous utilisez votre tire-lait sur piles :

- Vérifiez que les piles soient adaptées.

1 DÉMARRER VOTRE TIRE-LAIT : BRANCHEMENTS

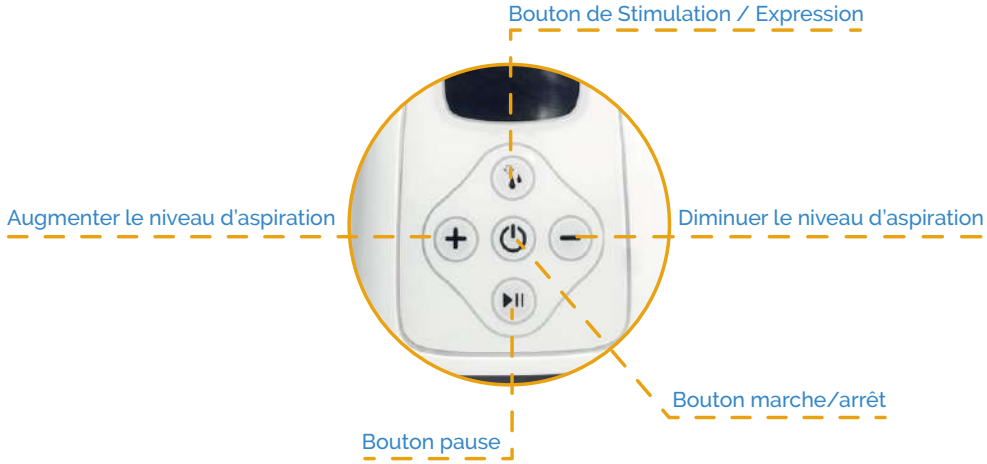
Connectez une extrémité du tube au kit téterelle et l'autre au tire-lait

Pour une utilisation simple pompage, tourner la molette sur R (droite) ou L (gauche) selon la sortie du tire-lait utilisée.

Pour une utilisation simple pompage, tourner la molette sur D (double)

Placez les téterelles sur vos seins, le mamelon bien au centre.

Veillez à bien plaquer vos téterelles contre vos seins tout au long de la séance afin de ne pas laisser passer d'air. Il est cependant inutile d'exercer une pression trop forte.



En mode stimulation, l'écran LCD affichera l'icône

En mode expression, l'écran LCD affichera l'icône

2 PHASE DE STIMULATION

Appuyez sur le bouton marche/arrêt.
Il est à noter que pendant cette phase, le lait ne coule pas encore ou, selon les femmes, en très faible quantité.

3 PHASE D'EXPRESSION DU LAIT

Après deux minutes, si aucun bouton n'a été touché, le tire-lait passera automatiquement du mode stimulation au niveau 4 du mode expression. Cependant, si vous pressez le bouton avant deux minutes d'utilisation le tire-lait basculera au niveau 1 du mode expression.

La pompe fonctionnera automatiquement pendant 30 minutes. Cependant, le tire-lait peut être arrêté manuellement en appuyant sur le bouton marche/arrêt.

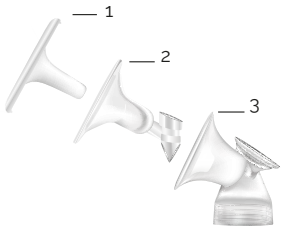
En modes stimulation et/ou expression, il est possible d'augmenter et/ou diminuer le niveau d'aspiration à l'aide des boutons ⊕ et ⊖.

Pour un tirage optimal, réglez votre force d'aspiration au maximum de ce que vous pouvez supporter : cela ne doit pas être douloureux, et doit rester confortable.

3- MODE D'EMPLOI SEINBIOSE MOON PRO

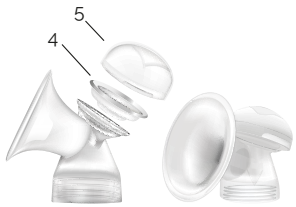
1 DÉMARRER VOTRE TIRE-LAIT : BRANCHEMENTS

Montage de la téterelle



- Insérez le coussinet en silicone (2) dans la cloche (3).

N'oubliez pas de retirer la protection anti-poussière (1) avant d'utiliser votre tire-lait.



Positionnement de la valve 1/2 sphère et du flacon

- Positionnez la valve ½ sphère (4) dans l'ouverture supérieure de votre cloche.
- Vissez le capuchon (5) afin d'éviter toute fuite d'air.
- Vissez la cloche sur le flacon de recueil.

Connexion du tube et branchements

- Connectez les extrémités des tubes aux kits téterelles et au moteur du tire-lait.
- Assurez-vous que le tire-lait et les kits soient correctement assemblés.

Remarques :

- Branchez le transformateur électrique dans une source d'alimentation si vous n'utilisez pas la batterie au lithium.
- Si vous souhaitez faire un simple pompage, veuillez fermer 1 trou à l'aide de l'embout en silicone prévu à cet effet.

2 Mode d'emploi

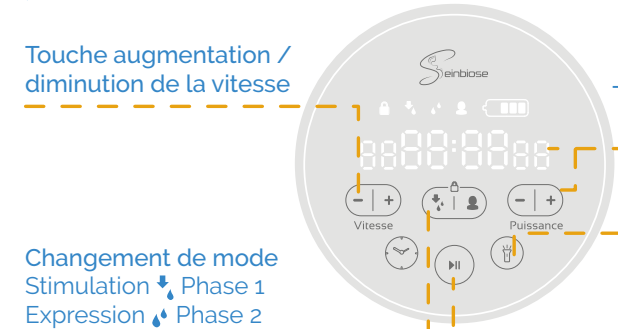
1. Positionnez correctement le(s) kit(s) téterelle(s) sur votre poitrine.
2. Allumez votre tire-lait avec le bouton ⏻ situé sur le dessus de l'appareil.
3. Maintenez appuyé 3 secondes sur ⏯ pour démarrer votre tire-lait.
4. Le tire-lait démarre en mode STIMULATION, à 105 cycles par minute (L3).
5. Après 2 min, vous passez automatiquement en **mode EXPRESSION**, à 54 cycles par minute (L6).

Conseils d'utilisation:

1. Veillez à bien plaquer les téterelles sur votre poitrine pour éviter les fuites d'air.
2. Avec les boutons - | + vous pouvez régler la puissance d'aspiration (à droite) et la vitesse (à gauche) selon votre sensibilité.
3. En **mode EXPRESSION**, il est conseillé de conserver la vitesse sur L6 (54 cycles / min) en début de lactation. Une fois la lactation bien installée (après quelques semaines), vous pouvez diminuer la vitesse de tirage (de L6 à L1 : 34 cycles / min).

3 MODE D'EMPLOI VIDÉO

- Consultez le mode d'emploi vidéo sur la chaine Youtube de Seinbiose, ou en scannant ce **QR code :**



Touche augmentation / diminution de la vitesse

Touche augmentation /diminution de la puissance d'aspiration

Bouton de veilleuse

Changement de mode
Stimulation Phase 1
Expression Phase 2

Bouton de pause
(au démarrage appuyez 3 secondes)

4- MODE D'EMPLOI SEINBIOSE ESSENTIAL DUO

Si vous utilisez votre tire-lait sur secteur :

- Branchez le câble d'alimentation dans une prise de courant standard, ou sur prise USB.

Si vous utilisez votre tire-lait sur piles :

- Vérifiez que les piles soient adaptées.

1 DÉMARRER VOTRE TIRE-LAIT : BRANCHEMENTS

ⓐ Simple pompage :

- Branchez le tube à la téterelle au niveau du trou se trouvant derrière le capuchon blanc.
- Connectez l'extrémité du tuyau à l'entrée unique se trouvant sur votre tire-lait Essential Duo.

ⓑ Double pompage :

- Branchez les tubes aux téterelles au niveau des trous se trouvant derrière les capuchons blancs.
- Connectez les extrémités des tuyaux au connecteur en Y.
- Branchez le connecteur en Y sur l'entrée unique se trouvant sur votre tire-lait
- Essential Duo.

Placez les téterelles sur vos seins, le mamelon bien au centre.

Veillez à bien plaquer vos téterelles contre vos seins tout au long de la séance afin de ne pas laisser passer d'air. Il est cependant inutile d'exercer une pression trop forte.

En mode stimulation, l'écran LCD affichera l'icône

En mode expression, l'écran LCD affichera l'icône

2 PHASE DE STIMULATION :

Appuyez sur le bouton marche/arrêt.

Vèrifiez que le mode stimulation soit bien lancé

Il est à noter que pendant cette phase, le lait ne coule pas encore ou, selon les femmes, en très faible quantité.

3 PHASE D'EXPRESSION :

Pour passer en phase d'expression, appuyez sur le bouton

Le tire-lait basculera au niveau 1 du mode expression.

La pompe fonctionnera automatiquement pendant 30 minutes.

Cependant, le tire-lait peut être arrêté manuellement en appuyant sur le bouton marche/arrêt.

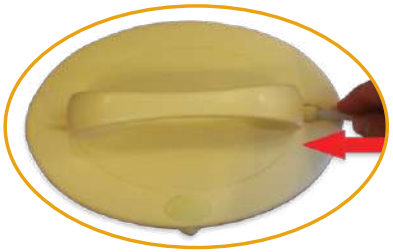
Pour un tirage optimal, réglez votre force d'aspiration au maximum de ce que vous pouvez supporter : cela ne doit pas être douloureux, et doit rester confortable.

5- MODE D'EMPLOI MEDELA SYMPHONY

1 DÉMARRER VOTRE TIRE-LAIT : BRANCHEMENTS

- Branchez le câble d'alimentation dans une prise de courant standard.
- Branchez vos téterelles dans les tubes des capsules de part et d'autre de la poignée.

Si vous n'utilisez qu'une seule téterelle, vous n'aurez qu'une capsule.



- Placez les téterelles sur vos seins, le mamelon bien au centre.

Veillez à bien plaquer vos téterelles contre vos seins tout au long de la séance afin de ne pas laisser passer d'air. Il est cependant inutile d'exercer une pression trop forte.

2 PHASE DE STIMULATION :

- Allumez le tire-lait en appuyant sur le bouton de gauche : marche/arrêt.

Le tire-lait commence automatiquement en phase stimulation, des gouttes de lait s'affichent sur l'écran digital.

Il est à noter que pendant cette phase, le lait ne coule pas encore ou, selon les femmes, en très faible quantité.

Vous pouvez régler la force d'aspiration à votre convenance en faisant pivoter le bouton de commande dans le sens des aiguilles d'une montre (augmenter) ou dans le sens inverse des aiguilles d'une montre (diminuer).

3 PHASE D'EXPRESSION :

Une fois que le lait commence à couler, appuyez sur le bouton pour passer en phase d'expression.

Si vous n'appuyez pas sur ce bouton, le tire-lait passera automatiquement en phase d'expression après deux minutes : des rectangles s'affichent sur l'écran digital. Vous pouvez, là encore, régler la force d'aspiration à votre convenance en faisant pivoter le bouton de commande.

Pour un tirage optimal, réglez votre force d'aspiration au maximum de ce que vous pouvez supporter : cela ne doit pas être douloureux, et doit rester confortable.

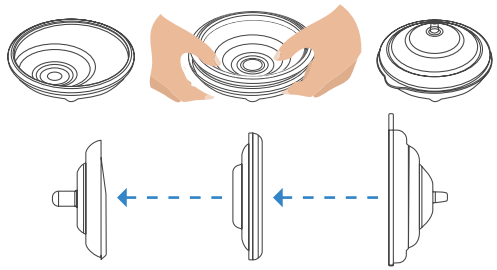
⚠ Certains tire-lait sont paramétrés avec un programme supplémentaire « Initiate » à utiliser uniquement dans les 6 premiers jours après l'accouchement. Pour lancer ce programme, appuyez sur le bouton dans les 10 secondes après la mise en marche de la machine.

6- MODE D'EMPLOI SPECTRA S1

1 Montage des téterelles

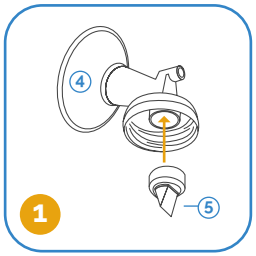
Comment assembler le protecteur anti-retour ?

- Insérez la membrane de silicone blanche dans le protecteur inférieur.
- Insérez le protecteur supérieur dans la membrane en silicone assemblée.

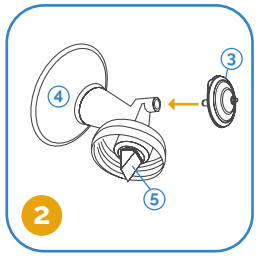


Comment assembler le kit de pompe ?

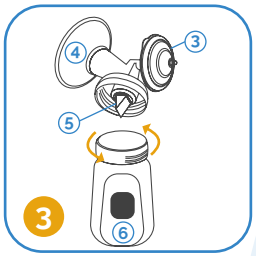
- Poussez la valve en silicone **(5)** sur la téterelle **(4)**



- Insérez la protection anti-retour **(3)** dans la téterelle **(4)**



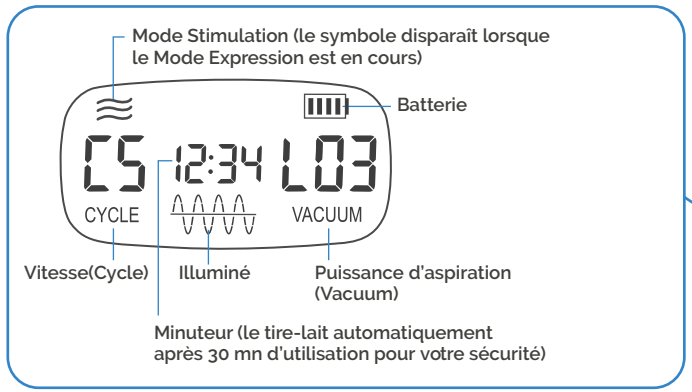
- Vissez **(6)** bouteilles dans **(4)** téterelle

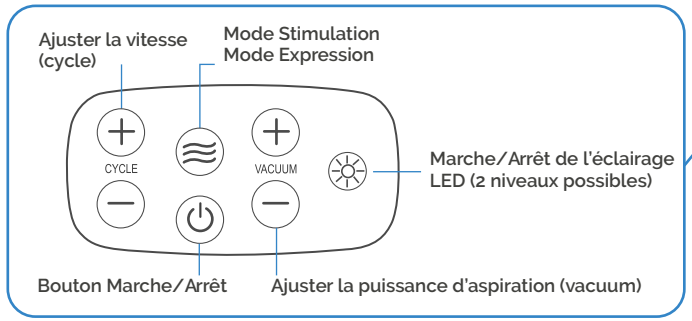


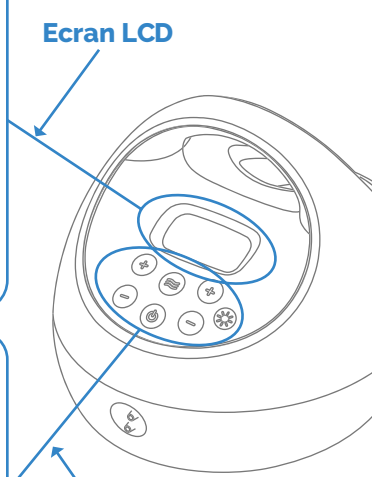
- Insérez **(2)** tubes dans **(3)** protecteurs anti-retour

2 COMMENT UTILISER LE TIRE-LAIT ?

1. Allumez le tire-lait en appuyant sur ⏻
2. Assurez-vous d'être en mode stimulation ≋ Sinon, appuyez sur ≋ pour y passer.
3. Réglez la puissance d'aspiration avec les boutons **+/-**.
4. Quand le lait commence à couler, appuyez sur ≋ pour passer en mode expression 💧
5. Réglez la puissance d'aspiration avec les boutons **+/-**.
6. Réglez la fréquence d'aspiration avec Cycle
7. Réglez votre force d'aspiration au maximum de ce que vous pouvez supporter : cela ne doit pas être douloureux, et doit rester confortable.







informations utiles

RENOUVELLEMENT D'ORDONNANCE

Votre ordonnance initiale a une durée de 10 semaines au maximum.

Si votre médecin a jugé nécessaire le renouvellement du matériel et si vous souhaitez poursuivre votre allaitement, il vous fournira une nouvelle ordonnance (renouvellements par périodes de 3 mois).

Cette ordonnance devra nous être envoyée par mail à l'adresse **documents@tire-lait-express.fr**

Tous les documents peuvent être envoyés par mail. Attention au cadrage et à la qualité de ces derniers. Privilégiez le Format PDF pour l'envoi de tous vos documents. Une photo illisible ou floue ne pourra être prise en considération par notre équipe.

LA RESTITUTION

Si vous ne désirez pas poursuivre la location de votre tire-lait, merci de procéder à la restitution du matériel avant la date de fin de votre ordonnance (partie «Vous souhaitez retourner votre tire-lait»).

Sans ordonnance de renouvellement, ni restitution du matériel, l'intégralité de la location vous sera facturée à compter de cette date.

VOUS SOUHAITEZ RETOURNER VOTRE TIRE-LAIT

QUE DOIS-JE RETOURNER ?

Lorsque vous souhaiterez retourner votre tire-lait, assurez-vous de rassembler la totalité des éléments loués.

Votre colis sera considéré comme complet s'il comprend :

- Le tire-lait électrique propre,
- La pochette isotherme et son bloc réfrigérant (pour les tire-lait Mamivac et Seinbiose),
- Le sac à dos ou la mallette de transport,
- Le cordon d'alimentation électrique.

NB : **Veillez à nous retourner le tire-lait et ses accessoires propres. Une facturation de 20€ sera établie en cas de matériel rendu sale.**

OÙ DOIS-JE RETOURNER MON TIRE-LAIT ?

Il vous suffit de commander une étiquette Relais Colis gratuite sur notre site. Rendez-vous sur **www.tire-lait-express.fr**, onglet **RETOURNER MON TIRE-LAIT.**

Remplissez le formulaire de demande. Une fois le formulaire rempli, cliquez sur "Téléchargez l'étiquette". Vous pouvez imprimer votre étiquette et la coller sur votre colis.

Afin de préserver votre colis d'éventuels chocs inhérents au transport, le soin apporté à l'emballage est essentiel.

Les conseils suivants vous seront utiles :

- Choisissez un carton de taille adaptée pour l'emballage du tire-lait et de ses accessoires,
- N'hésitez pas à utiliser du papier journal qui fera office de protection,
- Collez l'étiquette retour sur le carton,
- Déposez votre colis dans le point relais colis le plus proche de chez vous. Vous pouvez retrouver les points relais colis proche de chez vous sur le site de **Relais Colis**.
- Conservez bien votre preuve de dépôt : elle vous sera demandée en cas de non réception de votre colis.

ET MA CAUTION ?

À réception de votre tire-lait, celui-ci sera testé et désinfecté. Si nous ne détectons aucun dysfonctionnement, casse ou absence d'accessoire (chargeur, pochette isotherme, sac à dos, etc...) et que votre dossier est à jour d'ordonnance et de règlement de factures, votre caution sera clôturée.

L'allaitement est un processus physiologique, mais de nombreuses mères rencontrent des difficultés à allaiter et se posent des questions. Quels que soient les problèmes que vous rencontrez, il y a des solutions et des réponses adaptées à votre situation, à condition de trouver des personnes compétentes en allaitement.

Les consultantes en lactation certifiées IBCLC

Ce sont des professionnelles de l'allaitement qui ont suivi une formation initiale approfondie et qui actualisent régulièrement leurs connaissances en allaitement puisqu'elles re-certifient leur diplôme tous les 5 ans.
Certaines exercent leur métier en structure (renseignez-vous auprès de votre maison de la solidarité ou de votre maternité), d'autres exercent en libéral.
http://consultants-lactation.org/

Les professionnels de santé spécialisés avec DIU LHAM

Certains professionnels de santé (médecins, gynécologues, pédiatres, puéricultrices, sages-femmes, pharmaciens) choisissent de se spécialiser en allaitement en passant un DIULHAM ("Diplôme inter-universitaire lactation humaine et allaitement maternel"). Ils exercent en structure ou en libéral, renseignez-vous auprès de votre praticien.

Les sages-femmes

Les sages-femmes accompagnent les femmes avant, pendant, et après l'accouchement. Elles sont compétentes pour vous aider en cas de difficultés d'allaitement. Vous pouvez vous adresser à votre maternité ou à une sage-femme libérale.
www.ordre-sages-femmes.fr/ - http://ansfl.org/

Les lactariums

Les lactariums sont des services hospitaliers responsables de la collecte des dons de lait maternel. Ils sont aussi un lieu d'information sur l'allaitement et on y trouve des professionnels formés.
https://association-des-lactariums-de-france.fr/

Les maisons de la solidarité (MDS)

Anciennement appelées PMI (Protection maternelle et infantile), ce sont des lieux d'accueil des familles où vous pouvez rencontrer des pédiatres, des sages-femmes et des puéricultrices pour vous aider dans votre allaitement. Certaines organisent aussi des réunions d'information sur l'allaitement. Pour savoir de quelle MDS vous dépendez, consultez le site lannuaire.service-public.fr ou visitez le site du conseil général de votre département.

Les associations de soutien à l'allaitement

Elles sont nombreuses et variées en France. Elles proposent des réunions d'informations ou à thème, de l'aide téléphonique ou par internet. Les animatrices de ces associations répondent gratuitement et bénévolement aux appels qu'elles reçoivent (même pour une « petite » question).

- **La COFAM, Coordination Française pour l'Allaitement Maternel,** en regroupe une grande partie. Sur leur site vous trouverez l'annuaire des ressources locales : www.coordination-allaitement.org/
- **La Leche League France :** www.lllfrance.org/
- **Galactée (région Rhône Alpes) :** www.galactee.org/ **- 04 72 07 01 00**
- **Réseau d'associations Solidarilait :** www.solidarilait.org/
- **Santé et allaitement maternel :** www.santeallaitementmaternel.com/
- **Périnatalité :** www.perinat-france.org/
- **Information pour l'allaitement (IPA) :** info-allaitement.org/

www.tire-lait-express.fr

Plus de conseils allaitement sur le blog Tire-lait Express

Rejoignez notre communauté sur les réseaux sociaux et

partagez votre expérience !

/Tirelaitexpress ▶ Tire-lait express @tirelaitexpress

Tire-lait Express - 12 Porte du Grand Lyon - 01700 Neyron
Tél : **09 72 30 37 86** - Fax : **09 72 13 14 19**
Email : **info@tire-lait-express.fr**