

EXPRIMER LE LAIT MATERNEL

SOMMAIRE

01	Maman fée du lait !	4
02	À quelle fréquence exprimer mon lait ?	5
03	Exprimer son lait, les premiers jours après la naissance	6
04	Exprimer quand le lait coule bien	7
05	Recueillir et étiqueter le lait maternel	9
06	Donner le lait maternel au bébé	10
07	Nettoyage du matériel d'expression	11
08	Soins des seins	11
09	De retour à la maison... de quoi ai-je besoin ?	12
10	Conservation du lait maternel	15
11	Mais où est ce lait ?	18
12	Congestion mammaire	19
13	Check-list	20
14	Journal d'expression du lait maternel	21
15	Adresses utiles	23

01 MAMAN FÉE DU LAIT

Vous allaitez et allez exprimer votre lait. Les sages-femmes et le personnel infirmier de la maternité et de l'unité de soins intensifs néonataux se feront un plaisir de vous aider dans votre démarche. Vous pouvez leur adresser toutes vos questions. Ce dépliant fait office de rappel.

Juste après votre accouchement, un ingénieux système se met en marche et vous permet de fabriquer du lait maternel. La prolactine, une hormone, est sécrétée à chaque fois que votre bébé boit au sein. Cette hormone veille à ce que vos glandes mammaires produisent du lait. Plus le bébé boit fréquemment au sein, plus le lait maternel est produit rapidement en plus grande quantité. Il arrive qu'un bébé ne puisse pas (encore) boire directement au sein. Heureusement, cela ne signifie pas que vous ne pouvez pas allaiter ! En tirant votre lait, vous garanzissez la production de lait maternel, car ces hormones importantes sont alors également libérées.

Si le bébé ne boit pas au sein et si vous ne tirez pas fréquemment votre lait, la production de lait ne s'amorcera pas bien.

Saviez-vous que...

...chaque goutte de votre lait vaut de l'or ?

...le lait maternel contient, durant les premiers jours, encore plus d'anticorps ?

02 À QUELLE FRÉQUENCE EXPRIMER MON LAIT ?

Pour que la production de lait démarre bien, nous vous recommandons d'exprimer votre lait 8 fois par 24 heures, surtout pendant les 2 premières semaines. Soit aussi régulièrement que si votre bébé se nourrissait au sein.

Vous pouvez exprimer votre lait pour la première fois dans le bloc d'accouchement, peu après la naissance. Le fait de commencer si tôt est positif pour le déroulement ultérieur de l'allaitement.

8 fois en 24 heures

Vous exprimez votre lait au moment le plus adéquat pour vous. Certains parents trouvent qu'il est préférable d'exprimer le lait maternel toutes les trois heures. D'autres parents misent plutôt sur un horaire flexible. Il n'est pas nécessaire de laisser passer 3 heures entre deux expressions. Lors des moments plus calmes de la journée, vous pouvez exprimer votre lait plus souvent, tandis qu'aux moments plus chargés, vous pouvez laisser un peu plus de temps entre deux expressions.

Si vous exprimez plus fréquemment votre lait pendant la journée, vous pouvez vous ménager une pause plus longue la nuit entre deux expressions.

Attention : le fait de laisser plus de 5 à 6 heures entre chaque expression a un effet négatif sur votre production de lait.

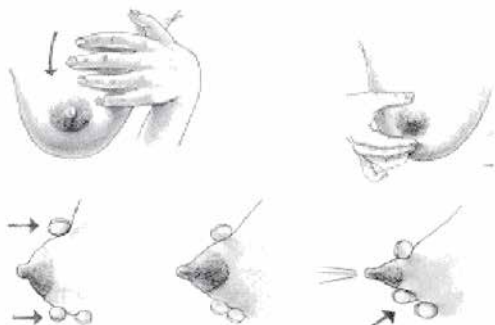
03 EXPRIMER SON LAIT, LES PREMIERS JOURS APRÈS LA NAISSANCE

Juste après l'accouchement, la production de lait est encore restreinte. C'est normal.

Pour recueillir les gouttes de lait et les donner à votre bébé, vous pouvez exprimer votre lait à la main les premiers jours. Vous recueillez les gouttes de lait dans une seringue ou un petit pot que vous pouvez emporter dans l'unité de soins intensifs néonataux

Exprimer son lait manuellement

- ▲ Lavez-vous les mains.
- ▲ Massez votre poitrine (cela facilite l'écoulement du lait)
- ▲ Placez votre pouce et vos doigts autour du sein.
- ▲ Placez vos doigts en direction de votre cage thoracique, sans les déplacer.
- ▲ Pressez le tissu mammaire entre vos doigts en pétrissant délicatement en direction du mamelon (ne pas presser !).
- ▲ Relâchez vos doigts.
- ▲ Répétez le mouvement en rythme.
- ▲ Changez régulièrement de côté, p. ex. lorsque le flux de lait diminue.



Exprimez votre lait tant que du lait sort. S'il n'y a pas encore de lait, ce qui est normal durant les premiers jours, stimulez chaque sein durant 5 à 10 minutes.

CONSEIL

Sur le site web www.uzgent.be, vous trouverez une vidéo expliquant comment exprimer votre lait manuellement : tapez « kolven » dans la barre de recherche. Cliquez ensuite sur la page « Voeding van de baby ».

04 EXPRIMER QUAND LE LAIT COULE BIEN

Dès qu'il y a davantage de lait, le recours à un tire-lait électrique peut s'avérer utile. La plupart des mamans trouvent cette méthode plus rapide.

Matériel

- ▲ Savon et/ou désinfectant pour les mains
- ▲ Tire-lait électrique
- ▲ Sets d'expression
- ▲ Contenants stériles pour le lait. Utilisez un nouveau récipient lors de chaque expression.
- ▲ Étiquettes mentionnant le nom de votre bébé, la date et l'heure de l'expression.
- ▲ Détergent pour laver les sets d'expression.
- ▲ Un tétin propre ou un essuie de cuisine lavé pour ranger et sécher les accessoires après le nettoyage.

Pendant votre séjour à la maternité, vous pouvez utiliser le tire-lait du service. Vous recevrez chaque jour de nouveaux sets d'expression jetables. À votre sortie de la maternité, vous prendrez soin de disposer de tout le matériel d'expression et de stérilisation nécessaire (plus d'informations à la page 12) : De retour à la maison... De quoi ai-je besoin ?). Vous pouvez amener votre propre appareil aux soins intensifs néonataux pour exprimer votre lait en présence de votre bébé. Des contenants vous y seront fournis gratuitement pour recueillir votre lait.



Technique

- ▲ Lavez ou désinfectez vos mains.
- ▲ Massez la poitrine La stimulation des mamelons, la chaleur et l'expression manuelle peuvent stimuler le réflexe de montée de lait.
- ▲ Démarrez bilatéralement, en stimulant les deux seins en même temps. Cela prend moins de temps et stimule mieux votre production.
- ▲ Utilisez vos mains pour exercer une pression sur la poitrine. Vous pourrez ainsi exprimer plus de lait et mieux stimuler.
- ▲ Si l'un des deux seins ne donne plus de lait, vous pouvez continuer à exprimer d'un seul côté. Vous pouvez maintenant utiliser vos deux mains pour masser.
- ▲ Changez régulièrement de côté. Souvent, vous constaterez qu'après une courte pause, du lait sortira encore du sein dont le lait ne coulait plus il y a encore quelques instants.
- ▲ Continuez tant que le lait coule.

CONSEIL

Sur le site web www.uzgent.be, vous trouverez une vidéo expliquant comment exprimer votre lait avec un tire-lait : tapez « kolven » dans la barre de recherche. Cliquez ensuite sur la page « Voeding van de baby ».

Vous pouvez régler la puissance d'aspiration de l'appareil en fonction de votre propre ressenti : l'aspiration doit être bonne, sans être douloureuse. Vous exprimez le lait tant qu'il coule ou pendant 10 à 15 minutes si vous n'avez pas encore beaucoup de lait.

Certains tire-lait de maternité sont équipés d'un programme d'initiation (initiate). Vous pouvez l'utiliser jusqu'au cinquième jour après l'accouchement. Après le cinquième jour, ou dès que vous exprimez plus de 20 ml à chaque reprise, passez au programme standard de maintien (maintain). La sage-femme vous fournira plus d'explications.

05 RECUEILLIR ET ÉTIQUETER LE LAIT MATERNEL

Vous pouvez utiliser une cuillère, une seringue ou un récipient à lait pour recueillir les gouttes de lait. Lavez ou désinfectez vos mains avant de manipuler le lait, assurez-vous que les récipients et le plan de travail soient propres.

Les seringues et les récipients de lait sont étiquetés avec :

- ▲ le nom et le numéro d'identification de votre bébé. Utilisez de préférence des étiquettes préimprimées. Vous pouvez les obtenir à la réception de l'unité de soins intensifs néonataux ou à la maternité.
- ▲ la date et l'heure de l'expression.



Saviez-vous que...

- ... le lait maternel contient pas moins de 200 substances différentes ?
- ... le lait maternel est très précieux pour le développement des systèmes immunitaire et digestif de votre bébé ?

06 DONNER LE LAIT MATERNEL AU BÉBÉ

Votre bébé est dans la chambre avec vous

Vous donnez le lait fraîchement exprimé à votre bébé à l'aide d'une seringue ou d'une cuillère. Si vous ne pouvez donner le lait immédiatement, il est conservé dans le réfrigérateur destiné à cet effet de la maternité.

Vous exprimez votre lait à l'UZ. Votre bébé séjourne aux soins intensifs néonataux (SIN)

Le lait maternel est apporté à votre bébé aux SIN. Idéalement, le lait exprimé au sein même de l'UZ est donné frais. Si le lait ne peut être utilisé immédiatement, il est réfrigéré ou congelé pour une utilisation ultérieure. Vous apportez le plus rapidement possible aux SIN le lait réfrigéré. Si ce n'est pas possible immédiatement, placez le lait dans le réfrigérateur de la maternité destiné à cet effet. Le personnel logistique veille ensuite à ce que votre lait soit acheminé vers les SIN. L'infirmière des soins intensifs néonataux peut vous demander de répartir le lait fraîchement exprimé en plusieurs petites portions

Vous exprimez votre lait à la maison.

Votre bébé séjourne encore aux soins intensifs néonataux (SIN) Placez le lait maternel au congélateur dès que possible. Répartissez le lait maternel à congeler en portions de 50 ml maximum. De cette façon, nous pouvons facilement les décongeler à l'hôpital tout en limitant les pertes de lait. Le lait maternel congelé doit être transporté à l'hôpital dans une glacière ou un sac réfrigérant avec des éléments de refroidissement.

Pour plus d'informations, voir le chapitre : Conservation du lait maternel

Saviez-vous que...

- ... nous veillons à ce que votre bébé reçoive votre lait maternel dans les conditions idéales ?
- ... le lait maternel destiné aux tout petits* enfants est soumis à un contrôle supplémentaire ?
- ... il nous arrive de mettre en culture et de pasteuriser le lait maternel pour eux ?

* les enfants dont l'âge postmenstruel (APM) est inférieur à 32 semaines. L'APM d'un bébé né il y a 5 jours à 30 semaines et 1 jour est aujourd'hui de 30+6.

07 NETTOYAGE DU MATÉRIEL D'EXPRESSION

Lavez soigneusement l'ensemble du tire-lait (tétrelle et connecteur) avec du détergent et de l'eau chaude. Ensuite, rincez-le bien et rangez-le de manière hygiénique, par exemple entre deux tétras ou essuies lavés et repassés.

À la maternité, vous recevrez chaque jour de nouveaux sets d'expression et contenants pour le lait jetables, que vous pourrez utiliser pendant 24 heures.

Si vous utilisez un set réutilisable pour votre bébé aux soins intensifs néonataux, il est important de stériliser le set d'expression après l'avoir lavé. Vous pouvez stériliser de différentes manières : dans une casserole, dans un stérilisateur à vapeur (électrique ou pour le micro-ondes)...

Des sacs de stérilisation spécifiques au matériel d'expression sont disponibles, ce qui vous permet de le stériliser facilement au micro-ondes quand vous n'êtes pas à la maison.

08 SOINS DES SEINS

Pour les seins, les aréoles et les mamelons, une hygiène corporelle normale est suffisante. Laver à l'eau suffit. Évitez le savon, qui assèche la peau. Une lotion ou une huile de lavage sans savon fera l'affaire.

Portez un bon soutien-gorge adapté, pas trop serré et offrant un soutien suffisant. Gardez vos mamelons au sec. Les pertes de lait peuvent être absorbées par une compresse d'allaitement. Remplacez-la dès qu'elle est humide.

09 DE RETOUR À LA MAISON... DE QUOI AI-JE BESOIN ?

Tire-lait

Divers modèles sont disponibles sur le marché : des tire-lait manuels aux appareils électriques. Le choix du dispositif dépend de l'objectif de l'expression.

Exprimer son lait fréquemment voire à plein temps, dans les premières semaines après la naissance : la production de lait n'est pas encore en place

La production de lait augmente progressivement dans les premières semaines qui suivent la naissance. Il est important d'utiliser un appareil conçu à cet effet

Il est conseillé aux parents qui quittent la maternité de louer un appareil 2 phases bilatéral électrique professionnel. C'est le moyen le plus simple d'augmenter la production. Ces appareils sont conçus pour des expressions très fréquentes et vous permettent de régler à la fois la vitesse et la puissance d'aspiration.

Exemples de dispositifs professionnels 2 phases :

- ▲ Medela symphony : vous pouvez louer ce dispositif en pharmacie (code CNK 2485-027) ou dans certains magasins de matériel d'aide et de soins (voir www.medela.be > localisateur de magasin
- ▲ > option « location Symphony »).



Medela symphony

- ▲ Ardo Carum : à louer auprès du magasin de matériel d'aide et de soins de la MC.



Ardo Carum

Exprimer son lait quelques semaines après la naissance : la production de lait est bien en place

Les parents qui prélèvent le lait maternel à plein temps peuvent continuer à le faire avec les dispositifs ci-dessus.

Lorsque la production de lait est suffisante, l'expression peut également se faire avec un **dispositif 2 phases plus léger (éventuellement bilatéral)**. Ces appareils sont moins adaptés à l'expression à plein temps (moteur plus léger) ou à l'augmentation de la production. Ils conviennent toutefois bien aux mères qui prélèvent une ou deux fois par jour, par exemple au travail.

Exemples de dispositifs 2 phases : Ardo calypso double, Medela freestyle, Medela maxi swing, Horigen Chicture, Philips Avent, Lansinoh Double. Il est possible de tester ces appareils dans certains magasins spécialisés avant de les acheter. Ils ne sont pas à louer.



Medela freestyle



Medela swing maxi



Ardo calypso double



Horigen chicture



Philips avent



Lansinoh (pompe smart)

Faites attention aux appareils d'occasion : tous les appareils ne sont pas équipés d'un filtre externe. Il y a donc un risque de développement bactérien ou fongique dans le bloc moteur en raison des minuscules résidus de lait.



Lansinoh
tire-lait manuel

La production de lait est bien amorcée, la maman n'exprime son lait qu'occasionnellement

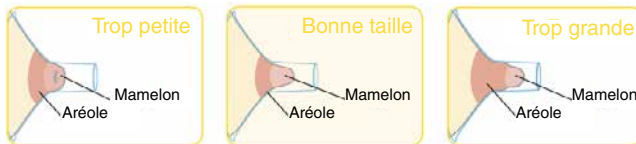
Pour un usage exceptionnel et non quotidien, un tire-lait manuel peut suffire.

Exemple : Tire-lait manuel Lansinoh

Tételles et flacons

Outre l'appareil, vous avez besoin de sets d'expression et de flacons. Un set d'expression se compose d'une tételle et d'un embout pour le flacon. Les sets d'expression ne sont pas proposés à la location, il faut les acheter.

Il n'est pas recommandé de continuer à utiliser les kits jetables de l'hôpital à la maison. Ils ne sont pas conçus pour être stérilisés ou utilisés pendant plus de 24 heures. En cas d'utilisation prolongée, des déformations/dommages peuvent se produire, entraînant une réduction de la puissance d'aspiration. L'appareil ne fonctionne alors plus efficacement, ce qui peut amoindrir la production de lait.



Source: Medela

Les tételles sont disponibles en différentes tailles. Quand la tételle est trop grande ou trop petite, l'expression peut être douloureuse ou moins efficace. C'est la taille du mamelon et non celle du bonnet qui définit la taille de la tételle. Utilisez la bonne taille :

- ▲ Votre mamelon doit pouvoir bouger librement d'avant en arrière dans le conduit sans frotter contre celui-ci.
- ▲ Seul votre mamelon est aspiré dans le conduit; votre aréole ne l'est pas/peu.
- ▲ Votre mamelon ne devient pas rouge ou blanc.



Le lait exprimé est recueilli et conservé dans un flacon. Lors de l'admission aux soins intensifs néonataux, le service met des flacons gratuits à votre disposition. Bien qu'il existe des sacs de congélation spécifiques pour le lait maternel, nous vous demandons de ne pas les utiliser pour apporter votre lait à l'hôpital. Les sachets peuvent s'endommager lors du transport, ce qui provoque des fuites.

10 CONSERVATION DU LAIT MATERNEL

	À la maison	À l'hôpital
à température ambiante (18-25 °C)	max. 4 heures	max. 2 heures
au réfrigérateur (0-4 °C)	max. 72 heures	max. 48 heures
dans le compartiment	2 weken	/
de congélation du réfrigérateur	2 semaines	/
au congélateur (-18°C)	3 mois	3 mois
au congélateur (-20°C)	6 mois	

À la maison

Conserver le lait maternel à température ambiante (18 ° à 25 °C)

Le lait maternel fraîchement exprimé peut être conservé en toute sécurité à température ambiante jusqu'à la prochaine tétée (maximum. 4 h). Les anticorps présents dans le lait détruisent les bactéries qui s'y trouvent.

Conserver le lait maternel au réfrigérateur (0 ° à 4 °C)

Le lait maternel fraîchement exprimé peut être conservé au réfrigérateur pendant 72 heures au maximum.

Le flacon doit être conservé au milieu et à l'arrière du réfrigérateur. Si le lait maternel n'est pas utilisé dans ce délai, la meilleure solution est de le congeler dès que possible.

Conserver le lait maternel au congélateur

La durée de conservation du lait dépend du type de congélateur (voir tableau).

À l'hôpital

À l'hôpital, des normes plus strictes s'appliquent pour la conservation des aliments.

Conserver le lait maternel à température ambiante (18 ° à 25 °C)

Dans notre hôpital, le lait fraîchement exprimé peut être conservé à température ambiante pendant 2 heures. Passé ces deux heures, le lait qui n'a pas été bu est jeté. Le lait maternel qui ne sera pas donné immédiatement doit être conservé au réfrigérateur dès que possible.

Conserver le lait maternel au réfrigérateur (1 ° à 4 °C)

Le lait maternel fraîchement exprimé peut être conservé au réfrigérateur jusqu'à 48 heures.

La maternité dispose d'un réfrigérateur dédié que vous pouvez utiliser pour refroidir le lait maternel. Si le lait maternel n'est pas utilisé dans les 24 heures, la meilleure solution est de le congeler dès que possible.

Conserver le lait maternel au congélateur

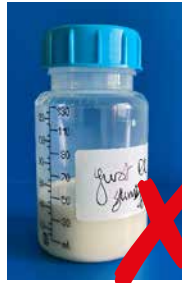
À l'hôpital, vous pouvez conserver le lait au congélateur pendant 3 mois.

Points à prendre en compte lors de la congélation du lait maternel



Étiquetage correct

- ▲ Nom et numéro d'identification du bébé
- ▲ Étiquette imprimée
- ▲ Heure de l'expression
- ▲ Biberon en position verticale pour la congélation
- ▲ Max. 50 ml par flacon



Ne pas utiliser d'étiquette illisible



Portion trop grande

Les volumes de lait plus importants doivent être répartis entre plusieurs flacons de 50 ml au maximum.



Ne pas utiliser de tétine pour fermer le flacon



Ne pas coller l'étiquette sur la graduation du flacon



Ne pas congeler le flacon penché



Ne pas utiliser de sacs de conservation

Décongeler et chauffer le lait maternel

Saviez-vous que...

... la couleur du lait maternel varie ? Il est parfois blanc aqueux, semble parfois orange et a parfois même un reflet bleuté. La couleur n'altère pas la qualité du lait maternel.

Mieux vaut décongeler le lait maternel lentement : au réfrigérateur ou sous un jet d'eau courante, d'abord froide puis progressivement tiède. Dans le lait maternel décongelé, les graisses sont séparées de la partie aqueuse. Remuez doucement le lait pour le mélanger à nouveau. Évitez de secouer.

Chauffer le lait maternel à température ambiante est suffisant. Si vous souhaitez tout de même qu'il soit plus chaud, limitez le temps de chauffe (max. 15 min). Vous pouvez le réchauffer sous l'eau courante ou dans un chauffe-biberon. Le lait maternel ne doit pas être chauffé dans un four à micro-ondes. Vérifiez toujours sa température avant de le donner au bébé. Le lait maternel décongelé peut être conservé au réfrigérateur pendant 24 heures.

Transporter le lait maternel

Le lait maternel exprimé à domicile et destiné à un bébé aux soins intensifs néonataux est toujours congelé.

Apportez les flacons de lait congelé à l'hôpital dans un sac réfrigérant avec des éléments de refroidissement afin que le lait reste congelé pendant le transport.

Placez le lait dans le congélateur de l'unité de soins intensifs néonataux dès votre arrivée.

11 MAIS OÙ EST CE LAIT ?

De nombreuses mères s'inquiètent de leur production de lait. Dès les premiers jours, certaines mères pensent que l'allaitement ne fonctionnera jamais.

Sachez qu'il est normal que la production de lait ne s'amorce correctement qu'après quelques jours. Vous trouverez quelques astuces ci-dessous :

- ▲ Plus vous exprimerez votre lait régulièrement chaque jour, plus la production augmentera rapidement.
- ▲ En exprimant souvent votre lait durant les premières semaines, la production sera également plus élevée à long terme.
- ▲ Essayez de vous détendre pendant que vous exprimez votre lait (le stress nuit au réflexe de montée de lait).
- ▲ Placez-vous près de votre bébé, à côté du lit ou près de la couveuse pour exprimer votre lait.
- ▲ Veillez à multiplier les contacts peau à peau avec votre bébé, si son état le permet.
- ▲ Installez-vous dans un environnement agréable pour exprimer votre lait. Regardez des photos ou une vidéo de votre bébé pendant l'expression.
- ▲ Installez-vous confortablement et veillez à ce que la température ambiante soit agréable.
- ▲ Le fait de pomper des deux côtés stimule mieux.
- ▲ Appliquer de la chaleur, masser et/ou stimuler manuellement avant l'expression peut favoriser le réflexe de montée de lait.

12 CONGESTION MAMMAIRE

Après avoir allaité pendant quelques jours, vous pouvez ressentir une sensation d'engorgement dans les deux seins. Cette tension est due à une production de lait accrue. Vous pouvez simplement continuer à allaiter. L'engorgement s'estompera de lui-même après quelques jours.

En cas d'engorgement exacerbé, l'allaitement peut parfois se compliquer : le lait semble bloqué dans la poitrine. Le lait s'écoulera plus facilement si vous placez préalablement des compresses humides ou un cold/hot-pack sur la poitrine en la massant. Si cela ne fonctionne pas, demandez de l'aide.

En cas d'inflammation mammaire, la poitrine (généralement un seul sein) est également engorgée. La poitrine est rouge, la maman présente parfois un état grippal et il arrive même qu'elle ait de la fièvre. En cas de suspicion d'infection mammaire, il est important de demander immédiatement de l'aide, par exemple celle d'une sage-femme indépendante. Il est important de continuer à allaiter, car la stase lactée (stagnation de lait dans la poitrine) est généralement la cause d'une inflammation mammaire. Si l'inflammation mammaire persiste, une consultation chez le médecin peut s'avérer indispensable. Vous pouvez toutefois continuer à allaiter. Si un traitement médicamenteux est nécessaire, demandez un médicament que vous pouvez prendre en allaitant.

Saviez-vous que...

... le stress interfère avec le réflexe de montée de lait ?

... le fait d'exprimer votre lait près de votre bébé ou dans un endroit calme avec une photo à portée de main facilite l'écoulement du lait et soulage la congestion plus facilement ?

13 CHECK-LIST

Cette check-list doit être remplie par vos soins et/ou avec la sage-femme ou l'infirmière..

	OK : je le sais, c'est réglé.
Exprimer son lait manuellement	
Exprimer son lait avec un tire-lait électrique	
Types de tire-lait	
Tétrelle adéquate	
Location de tire-lait	
Nettoyage du matériel	
Conservation du lait	
Transport du lait	
Stimuler la production	
Lignes d'assistance téléphonique	

Sage-femme indépendante et/ou une conseillère en lactation qui vous assistera après votre sortie :

Nom

Numéro de téléphone

15 15ADRESSES UTILES

UZ Gent

Maternité

Tél. 09 332 20 43

Conseillère en lactation de la maternité

Tél. 09 332 24 36

lactatiekundige@uzgent.be

Soins intensifs néonataux (SIN)

Tél. 09 332 35 37

Conseillère en lactation des SIN

bvneonatologie@uzgent.be

Vlaamse Beroepsorganisatie Vroedvrouwen

Sages-femmes indépendantes et/ou conseillères en lactation de votre région : www.vroedvrouwen.be.

Accompagnement à l'allaitement

Pour l'accompagnement à l'allaitement, vous pouvez toujours vous adresser à une sage-femme indépendante, mais vous pourrez bénéficier d'aide et d'informations via d'autres canaux également. Les organisations énumérées ci-dessous peuvent être composées à la fois de professionnels (sages-femmes, consultants en lactation) et d'experts du vécu (mères ayant une grande expérience de l'allaitement, bénévoles) (liste non exhaustive).

Belgische Vereniging van Lactatiekundigen

www.bvl-borstvoeding.be.

Vzw Borstvoeding

www.vzwborstvoeding.be.

La Leche League Vlaanderen

www.lalecheleague.be

Vereniging voor Begeleiding en Bevordering van Borstvoeding

www.vbbb.be

Centres d'expertise en soins postnatals

Outre des soins à domicile prodigués par des sages-femmes et des infirmières en soins postnatals, les centres d'expertise proposent également des services supplémentaires, comme une ligne d'information téléphonique, une boutique/un service de location (p. ex. tire-lait), l'organisation de cours/ateliers...

Toutes les informations et les adresses régionales sont disponibles à l'adresse suivante :
www.expertisecentrakraamzorg.be

Kind en Gezin

Kind en Gezin est une organisation subsidiée par le gouvernement. Sa mission est de créer, avec ses partenaires, autant d'opportunités que possible pour chaque enfant, quel que soit le lieu où il est né ou il grandit. Vous trouverez de nombreuses informations sur son site.

www.kindengezin.be.

Tél. (Bruxelles) 02 533 12 11 - Ligne d'information 078 15 01 00

Maternité

T +32 (0)9 332 20 43

www.uzgent.be/materniteit

Soins intensifs Néonatalogie

T +32 (0)9 332 35 37

www.uzgent.be/neonatale-intensieve-zorg

Conseillère en lactation

T +32 (0)9 332 24 36

Cette brochure a uniquement été rédigée pour une utilisation au sein de l'UZ Gent. Tous droits réservés. Aucune information tirée de cette publication ne peut être reproduite, sauvegardée dans une banque de données automatisée ou rendue publique, sous quelque forme que ce soit ou de quelque manière que ce soit, sans l'accord écrit préalable de l'UZ Gent.

Universitair Ziekenhuis Gent

C. Heymanslaan 10 | B 9000 Gent

T +32 (0)9 332 21 11 | E info@uzgent.be

www.uzgent.be

Suivez-nous sur

