

UTILISATION DU TIRE-LAIT



Pour optimiser votre production de lait, le tire-lait devrait être utilisé régulièrement, au moins 6 à 8 fois par 24h en ne s'octroyant pas de pause supérieure à 5h la nuit.

Prévoyez 30 minutes pour tirer et nettoyer vos accessoires dans un endroit où vous vous sentez bien, en ayant à votre disposition une boisson, de la lecture, ...

Pensez à votre bébé et regardez sa photo si vous n'avez pas l'occasion de tirer à côté de lui.

TECHNIQUE :

- Commencez par vous laver les mains à l'eau et au savon pendant une minute, séchez-les avec un essui propre réservé à cet usage et changé chaque jour.
- Préparez votre matériel : tire-lait branché et remonté sans toucher l'intérieur des cupules et des pots (couverts vers le haut et pots posés sur un plan de travail propre).
- Nettoyer le mamelon à l'eau claire avec un mouchoir en papier propre.

- Utilisez une tétérèlle adaptée à la taille de vos mamelons : elle doit entourer de près votre mamelon mais laisser suffisamment d'espace pour que votre mamelon ne frotte pas contre la paroi de la tétérèlle et puisse bouger librement d'avant en arrière. Votre mamelon doit être centré dans la tétérèlle.
- Un double set vous permet d'exprimer les 2 seins en même temps. Vous économisez du temps et favorisez la production de lait.
- Appliquez les tétérèlles sur les mamelons et enclenchez le tire-lait. Commencez par un vide minimum pour éviter de blesser les mamelons. Ensuite, augmentez la puissance par paliers jusqu'à la puissance qui vous permettra d'exprimer le lait mais sans douleur. Les premiers jours vous pouvez utiliser le programme « PREMIE », celui-ci est idéal tant que vous produisiez moins de 20ml par sein. Il dure 15 minutes et varie sans cesse la force et la fréquence de succion avec de petites poses comme ferait un bébé qui vient de naître. Ensuite vous pouvez passer au programme « STANDARD » qui lui n'a que 2 phases : au début plus rapide ensuite plus lent quand le lait commence à couler.

- Le tire lait ne doit pas vous faire mal. N'hésitez pas à nous en parler.
- Fermez bien les pots et indiquez-y le nom de votre bébé, la date et l'heure.
- Mettez-les rapidement au frigo à + 4°, ne mélangez pas du lait fraîchement tiré avec du lait froid.
- Apportez vos pots dans les 24h sans rompre la chaîne du froid (sac isotherme + cold packs).

APRÈS LA RÉCOLTE :

- Démontez chaque pièce du tire-lait.
- Rincez-les à l'eau froide pour enlever les résidus de lait
- Lavez-les à l'eau chaude et au savon.
- Rincez-les abondamment à l'eau tiède et séchez les avec des essuies en papier ou un essuie de cuisine repassé réservé à cet usage et changé tous les jours.
- Remettez les accessoires propres dans un sachet changé chaque jour ou dans une boîte en plastique avec couvercle réservé à cet usage et nettoyée tous les jours.
- Une fois par jour stérilisez vos accessoires tant que bébé est hospitalisé.
- Dans le service , vous changerez tous les jours de set.

STÉRILISATION :

- Lavez-vous les mains avant chaque manipulation.
- Lavez chaque pièce comme expliqué ci-dessus.
- Lorsque l'eau bout, plongez-y chaque pièce sauf le tuyau et laissez bouillir pendant 10 minutes ou utilisez un stérilisateur électrique ou au micro-ondes.
- Retirez les pièces de l'eau ou du stérilisateur, séchez-les avec un nouvel essuie et rangez les dans la boîte en plastique lavée.

CONGÉLATION DU LAIT :

- De 3 à 6 mois à -18°.

DÉCONGÉLATION DU LAIT :

- Jamais au micro-ondes.
- Au frigo à +4° en gardant le pot fermé, une fois décongelé le lait se conserve au frigo 24h.
- Au bain-marie pour une utilisation dans l'heure.

