

## Allaiter son bébé à l'Unité de soins néonataux intensifs (USNI)



POUR LA FAMILLE DE

**MISSION :** Aider les gens à être en santé.

**VISION :** Des soins exceptionnels pour tous, en tout temps.

**VALEURS :** Nous faisons preuve d'empathie, de compassion et de respect. Nous visons l'excellence. Nous sommes tous des leaders, mais nous travaillons comme une équipe. Nous agissons avec intégrité et nous sommes responsables..

FOR THE FAMILY



## Breastfeeding Your Baby in the Neonatal Intensive Care Unit (NICU)

**MISSION :** Helping People Be Healthy.  
**VISION :** Exceptional Care. Every person. Every day.  
**VALEURS :** We show empathy, compassion and respect. We strive for excellence. We are all leaders, yet work as a team. We act with integrity and are accountable.

# Table of Contents

Breastfeeding Your Baby in the NNICU	3
Breastmilk is Special: Why Babies Need Their Mother's Own Milk	3
Inside the Milk	3
Importance of Mother's Milk	3
Colostrum	4
Oral Immune Therapy (OIT)	4
Pasteurized Human Donor Milk	4
Skin-to-Skin Contact	4
- Skin-to-Skin Contact Helps Your Baby's Brain Develop	4
- Holding Your Baby Skin-to-Skin is Good For You and Your Baby	5
Making Milk for Your Baby	5
How to Manually Express	6
Using a Breast Pump to Collect Your Milk	7
- How Much/How Often to Pump?	7
- Breastmilk Collection and Storage	8
- Tips for Using the Electric Breast Pump	8
Starting to Breastfeed	6
- Non-Nutritive Sucking	10
Getting Ready for Home	10
If You Need Formula Going Home	11
Ten Steps to Successful Breastfeeding	11
Storage of Expressed Breastmilk After Discharge	12
References	12

Allaiter son bébé à l'USNI	3
Le lait maternel est spécial : pourquoi les bébés ont besoin du lait de leur mère	3
Dans le lait	3
L'importance du lait maternel	3
Colostrum	4
Thérapie immunitaire orale (TIO)	4
Lait pasteurisé de donneuses	4
Contact peau à peau	4
- Le contact peau à peau favorise le développement du cerveau de votre bébé	4
- Tenir votre bébé peau à peau est bon pour vous et votre bébé	5
Faire du lait pour votre bébé	5
Comment exprimer le lait manuellement	6
Le tire-lait pour recueillir votre lait	7
- Quelle quantité et à quelle fréquence?	7
- Collecte et conservation du lait maternel	8
- Conseils pour utiliser le tire-lait électrique	8
Commencer à allaiter	9
- Sucçon non nutritive	10
- Préparer le retour à la maison	10
Lait maternisé avant votre retour	11
Dix conditions pour le succès de l'allaitement maternel	11
Conservation du lait exprimé après votre sortie de l'hôpital	12
Références	12

*Since I was born very early, I may need some extra nourishment to support my growth needs (fortification).  
This may mean adding some fortifier, nutrients, and/or fat to the milk you express for me.*



*Mothers that provide Milk for their babies:*

- Decreased risk of breast and ovarian cancer
- Protection from Type II diabetes

*Babies that are fed their mother's milk have:*

- Enhanced brain development
- Less life-threatening infections
- Less obesity

### Importance of Mother's Milk

- Nutritious fats, sugars, and proteins in your milk help your baby grow
- Fats aid your baby's brain development
- Growth factors help the intestines mature and grow
- Hormones and enzymes help your baby's intestines move and digest milk
- Antibodies and live cells prevent and fight infections

### Inside the Milk

Your milk is like a medicine for your baby. Your milk will change to meet your baby's needs as he/she grows. Any amount of milk you provide for your baby is important.  
Breast milk is important for all babies, especially for babies born premature or ill.

### Breastmilk is Special: Why Babies Need Their Mother's Own Milk

- Improved temperature and oxygen regulation
- Milk at the right temperature at the right time
- Greater protection from infection
- Higher milk volumes from skin-to-skin-contact

Breastfeeding your baby in the NICU will help prepare you for continued breastfeeding after you and your baby go home. By offering your breast, your baby will also benefit from the following:

### Breastfeeding Your Baby in the NICU

### Allaiter son bébé à l'USNI

L'allaitement de votre bébé à l'USNI vous préparera à poursuivre l'allaitement à votre retour à la maison et offrira à votre bébé les avantages suivants :

- Amélioration de la régulation de la température et de l'oxygène
- Du lait à la bonne température au bon moment
- Une meilleure protection contre les infections
- Des volumes de lait plus importants grâce au contact peau à peau

### Le lait maternel est spécial : pourquoi les bébés ont besoin du lait de leur mère

Le lait maternel est important pour tous les bébés, surtout pour les bébés prématurés ou malades.

Votre lait est comme un médicament pour votre bébé. Votre lait changera pour répondre aux besoins de votre bébé au fil de sa croissance. Toute quantité de lait que vous donnez à votre bébé est importante.

### Dans le lait

- Les matières grasses, les sucres et les protéines du lait favorisent la croissance de votre bébé
- Les matières grasses favorisent le développement du cerveau de votre bébé
- Les facteurs de croissance aident les intestins à se développer
- Les hormones et les enzymes facilitent les contractions et les dilatations des intestins de votre bébé pour digérer le lait
- Les anticorps et les cellules vivantes préviennent et combattent les infections

### Dans le lait

Les bébés qui sont nourris au lait de leur mère ont :

- Un meilleur développement du cerveau
- Moins d'infections mortelles
- Moins d'obésité



Les mères qui fournissent le lait à leur bébé ont :

- Moins de risque du cancer du sein et des ovaires
- Une meilleure protection contre le diabète de type II

*Comme je suis né très tôt, il se peut que j'aie besoin d'une alimentation complémentaire pour soutenir mes besoins de croissance (fortification).*

*Cela peut signifier l'ajout d'un supplément, de nutriments ou de matières grasses au lait que vous exprimez pour moi.*

## Colostrum

Colostrum is the first milk that you produce. It is present in the breast even before you give birth. It is rich in nutrients and very important to help fight infection. It is often referred to as the baby's first 'natural vaccine'. The important parts of colostrum continue to be present in your milk as it matures, just in different amounts.

You may only get a few drops the first day; this is normal. Save every drop of this precious milk in a clean container. These drops will be your baby's first food.

## Oral Immune Therapy (OIT)

Fresh expressed breastmilk in small amounts, is directly placed into your baby's mouth during the first few days of life or until your baby starts feeding. This early milk is directly absorbed through the lining of the cheek in your baby's mouth. This is how your baby will receive his/her natural immunity from your breastmilk!

Providing mouth care with your breastmilk is especially important for premature babies and those that are ill.

## Pasteurized Human Donor Milk

NNICU has pasteurized human donor milk available. Guidelines are in place to support its use. Pasteurized human donor milk can help provide protection from infection and illness while your baby is in NNICU.

### Help me get a good start by:

- Holding me in skin-to-skin contact as much as you can
- Learning how to hand express colostrum early
- Offering your breast when I cue, as soon as I am ready
- Hand expressing and pumping often to let your body know to make enough milk for me

## Skin-to-Skin Contact

Skin-to-skin contact is a way of getting to know your baby. Skin-to-skin means you hold your baby dressed only in a diaper upright directly on your chest. During your stay in the NNICU, you will be encouraged to hold your baby in Skin-to-Skin Care as much as is possible.



## Skin-to-Skin Contact Helps Your Baby's Brain Develop

- Holding your baby in skin-to-skin contact makes them feel safe, loved and content
- Your baby prefers your face, voice, touch and smell over everything else in the world
- Babies undergo amazing developmental changes over the first year of life
- At birth, a baby's brain contains all the necessary cells for a lifetime however, babies need to develop connections between these cells to fully develop their brain
- Being in the right environment influences how well the connections between the cells develop
- Skin-to-skin contact will help your baby's brain develop and grow

- Le contact peau à peau aidera le cerveau de votre bébé à se développer et à grandir
- Le fait d'être dans le bon environnement influence sur la qualité de l'établissement des connexions entre les cellules
- Le développement du bébé au cours de sa première année de vie est impressionnant
- À la naissance, le cerveau du bébé contient toutes les cellules nécessaires pour toute une vie; cependant, le bébé a besoin d'établir des connexions entre ces cellules pour développer pleinement son cerveau
- Votre bébé préfère votre visage, votre voix, votre toucher et votre odorat à tout le reste du monde
- Tenir votre bébé en contact peau à peau lui donne un sentiment de sécurité, d'amour et de satisfaction

## Le contact peau à peau favorise le développement du cerveau de votre bébé



Le contact peau à peau est un moyen d'apprendre à connaître votre bébé. Il consiste à tenir votre bébé vêtu uniquement d'une couche, debout, directement sur votre poitrine. Pendant votre séjour à l'USNI, on vous encouragera à le tenir le plus souvent possible en contact peau à peau.

## Contact peau à peau

- Aidez-moi à prendre un bon départ :
- En me tenant peau à peau le plus souvent possible
- En apprenant rapidement à exprimer le colostrum à la main
- En offrant votre sein à mon signal, dès que je suis prêt
- En exprimant le lait à la main et en le tirant souvent pour faire savoir à son corps qu'il faut faire assez de lait pour moi

L'USNI dispose de lait pasteurisé de donneuses. Des lignes directrices sont en place pour soutenir son utilisation. Le lait pasteurisé de donneuses peut contribuer à protéger votre bébé contre les infections et les maladies pendant son séjour à l'USNI.

## Lait pasteurisé de donneuses

Le lait maternel frais exprimé en petites quantités est placé directement dans la bouche de votre bébé pendant les premiers jours de sa vie ou jusqu'à ce qu'il commence à têter. Ce premier lait est directement absorbé par la muqueuse de la joue de votre bébé. C'est ainsi que votre bébé recevra son immunité naturelle grâce à votre lait maternel!

Il est particulièrement important de soigner la bouche du bébé prématuré ou malade avec votre lait maternel.

## Thérapie immunitaire orale (TIO)

Le colostrum est le premier lait que vous produisez. Il est déjà dans le sein avant l'accouchement. Riche en nutriments, il est très important pour aider à combattre les infections. Le colostrum est souvent considéré comme le premier « vaccin naturel » du bébé. Les parties importantes du colostrum continuent d'être présentes dans votre lait à mesure qu'il change, mais en quantités différentes.

Il se peut que vous ne produisiez que quelques gouttes le premier jour; c'est normal. Conservez chaque goutte de ce précieux lait dans un récipient propre. Ces gouttes seront le premier aliment de votre bébé.

## Colostrum



### Holdings Your Baby Skin-to-Skin Is Good for You and Your Baby

- Babies are calmer if they are held skin-to-skin by their parents. Important people in your baby's life can hold skin-to-skin too!
- Skin-to-skin contact helps to regulate your baby's temperature, heart rate and breathing
- Babies who spend time in skin-to-skin with their parents grow better and learn to feed faster
- While your baby is skin-to-skin, you will have time to get to know them and learn to recognize feeding cues
- Sleep is important for your baby's brain growth. Holding your baby skin-to-skin helps baby sleep better
- Skin-to-skin contact stimulates your baby's immune system to help protect against infections
- Skin-to-skin contact may help you make more milk for your baby
- You can rest safely in skin-to-skin contact with your baby if your baby is monitored and placed correctly with secure positioning

### Making Milk for Your Baby

Early initiation of breastfeeding is important for preterm and ill babies. Offering your breast when your baby shows interest is a part of learning to breastfeed and will help with milk supply. If your baby is preterm or ill, expressing your milk may be required until your baby is receiving more milk at the breast.

Health care providers are there to provide support as you begin to manually express your own milk, start using a breast pump and breastfeed when you and your baby are ready.

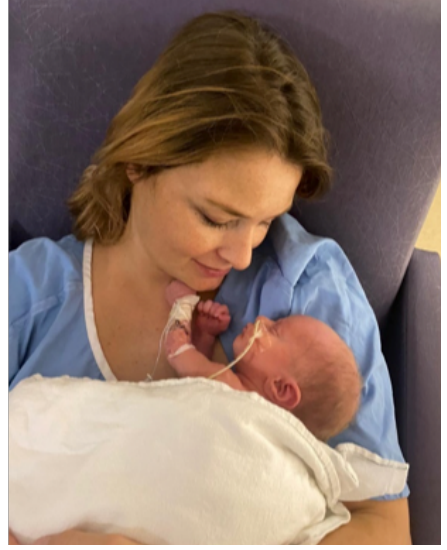
The following is a guide of what you can expect in the early days.

DAY 1
Begin expressing breast milk by hand within the first hour after birth (if possible).
Start pumping as part of milk expression as soon as you are able (within the first hour after birth if possible).
The first days after delivery are critical for your milk production. Remember the amount of milk collected may be drops.
Early and often milk removal and breast stimulation will support your developing milk supply (at least 8 times in 24h).
DAY 2
It is important to express your milk similar to the number of times your baby would feed; at least 8 times in 24h, including at least once during the night.
DAY 3
Continue with frequent manual expression and pumping to prevent fullness that becomes uncomfortable (engorgement) as your milk comes in.
Expressing your milk should be comfortable. Some women require different size breast shields.
If you experience any discomfort or skin breakdown on your breast/nipple please seek consult from your nurse and Lactation Consultant.
DAY 7 & BEYOND
The changes in milk volumes woman experience are individual.
Most women notice a significant increase in milk volume up to day 7 with consistent increases over the following week.
If at any time you have questions about your milk supply (such as dips in daily total milk volumes), please speak with your baby's nurse or Lactation Consultant.

Consider expressing your milk at your baby's bedside and providing this fresh milk for OIT (mouth care) before it is refrigerated.

### Tenir votre bébé peau à peau est bon pour vous et votre bébé

- Les bébés sont plus calmes si les parents les tiennent peau à peau. Et les personnes importantes dans la vie de votre bébé peuvent également le tenir peau à peau!
- Le contact peau à peau aide à réguler la température, le rythme cardiaque et la respiration de votre bébé
- Les bébés qui passent du temps en contact peau à peau avec leurs parents grandissent mieux et apprennent à téter plus rapidement
- Pendant que votre bébé est en contact peau à peau, vous aurez le temps de faire sa connaissance et d'apprendre à reconnaître ses signaux de faim
- Le sommeil est important pour la croissance du cerveau de votre bébé. Tenir votre bébé peau à peau l'aide à mieux dormir
- Le contact peau à peau stimule le système immunitaire de votre bébé pour l'aider à se protéger contre les infections
- Le contact peau à peau peut vous aider à produire plus de lait pour votre bébé
- Vous pouvez vous reposer en toute sécurité en contact peau à peau avec votre bébé si vous le surveillez et le placez correctement dans une position sécuritaire



### Fair du lait pour votre

L'initiation précoce à l'allaitement est importante pour les bébés prématurés et malades. Offrir le sein à votre bébé lorsqu'il montre de l'intérêt fait partie de l'apprentissage de l'allaitement et contribuera à l'approvisionnement en lait. Si votre bébé est prématuré ou malade, il peut être nécessaire d'exprimer votre lait jusqu'à ce qu'il soit prêt à recevoir plus de lait du sein.

Les fournisseurs de soins de santé sont là pour vous aider lorsque vous commencez à exprimer manuellement votre lait, à utiliser un tire-lait et à allaiter dès que vous et votre bébé êtes prêts.

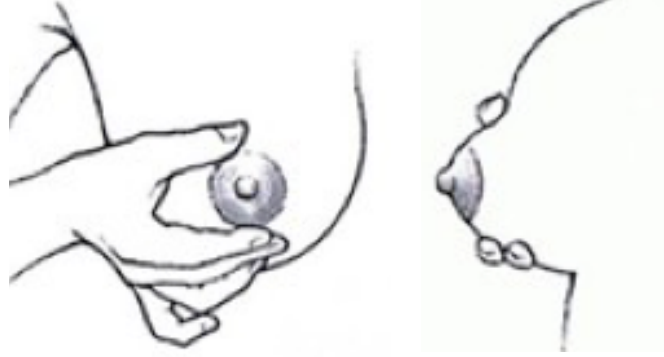
Voici un guide sur ce à quoi vous pouvez vous attendre au cours des premiers jours.

JOUR 1
Dans la mesure du possible, commencez à exprimer le lait maternel à la main dans l'heure qui suit la naissance.
Commencez à tirer le lait au tire-lait dès que vous en êtes capable (dans la mesure du possible dans l'heure qui suit la naissance).
Les premiers jours après l'accouchement sont cruciaux pour votre production de lait. N'oubliez pas que la quantité de lait recueillie peut se limiter à quelques gouttes.
L'extraction précoce et fréquente du lait et la stimulation des seins favoriseront votre production de lait (au moins 8 fois en 24 heures).
JOUR 2
Il est important d'exprimer votre lait aussi souvent que le nombre de fois que votre bébé tétera; au moins 8 fois en 24 heures, y compris au moins une fois durant la nuit.
JOUR 3
Continuez à exprimer manuellement votre lait et à le tirer fréquemment pour éviter la sensation inconfortable d'engorgement lorsque le lait arrive.
L'expression de votre lait devrait se faire de façon confortable. Certaines femmes ont besoin de différents formats de protecteurs de mamelon.
Si votre sein ou votre mamelon fait mal ou si la peau en est gercée, consultez votre infirmière ou conseillère en allaitement.
JOUR 7 ET APRES
Les volumes de lait varient d'une femme à l'autre.
La plupart des femmes remarquent une augmentation importante du volume de de lait jusqu'au 7e jour, et des augmentations constantes au cours de la semaine suivante.
Si vous avez des questions concernant votre approvisionnement en lait (par exemple, des baisses des volumes totaux quotidiens), veuillez vous adresser à l'infirmière de votre bébé ou à la conseillère en allaitement.

Pensez à exprimer votre lait au chevet de votre bébé et à le lui donner frais en guise de TIO (soins de la bouche) avant de le réfrigérer.

## How to Manually Express

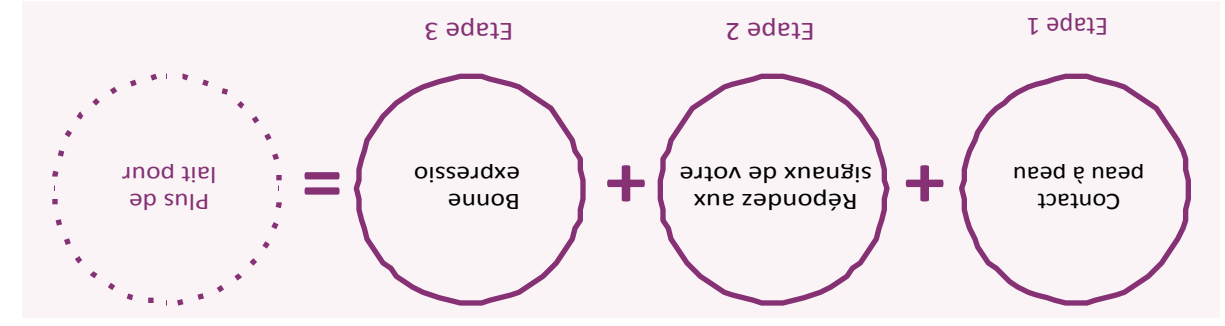
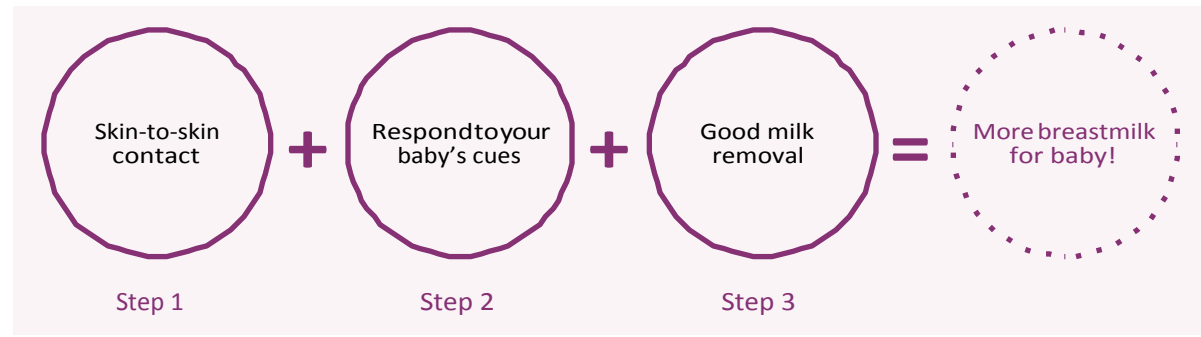
- Start with clean hands and in a space where you are comfortable. Try to relax
- Place a warm cloth on your breasts for a few minutes before starting
- Massage your breasts and gently roll or tug your nipple
- Place your thumb and index finger in a C-shape about 1-1.5 inches back from your nipple (areola)
- PRESS back to the chest wall and then gently COMPRESS and RELAX



- Avoid rubbing or pulling your breast tissue tightly to prevent soreness
- Repeat compressing and relaxing in a rhythmic manner
- A few drops of milk may appear and small amounts are normal
- Collect your milk in a clean container/syringe
- Rotate your hand position around the areola to reach all milk ducts
- Repeat on your other breast and continue to alternate sides until the flow has stopped

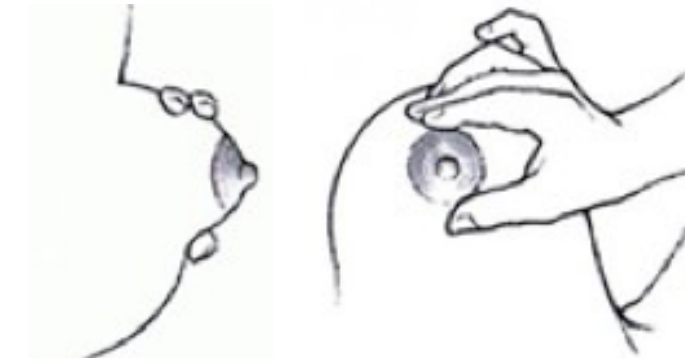
A useful video can be viewed at:

<https://www.healthyfamiliesbc.ca/home/articles/video-hand-expressing-breastmilk>



Il y a une vidéo utile à l'adresse suivante : <https://www.healthyfamiliesbc.ca/home/articles/video-hand-expressing-breastmilk>

- Commencez par vous laver les mains et vous installer dans un endroit confortable. Essayez de vous détendre
- Placez une compresse chaude sur vos seins pendant quelques minutes avant de commencer
- Massez vos seins et roulez vos doigts vers votre mamelon ou tirez votre mamelon
- Placez votre pouce et votre index en forme de C à environ 1 ou 1,5 pouce de votre mamelon (aréole)
- PRESSEZ contre la cage thoracique, puis COMPRIMEZ et RELÂCHEZ doucement
- Evitez de frotter ou de tirer le tissu mammaire pour prévenir la douleur
- Répétez la compression et le relâchement de manière rythmée
- Quelques gouttes de lait peuvent apparaître, et les petites quantités sont normales
- Recueillez votre lait dans un récipient ou une seringue propre
- Tournez votre main autour de l'aréole pour atteindre tous les canaux lactifères
- Répétez l'opération sur l'autre sein et continuez à alterner d'un côté à l'autre jusqu'à ce que le flux ait cessé



- Commencez par vous laver les mains et vous installer dans un endroit confortable. Essayez de vous détendre

## Comment exprimer le lait manuellement

- Commencez par vous laver les mains et vous installer dans un endroit confortable. Essayez de vous détendre
- Placez une compresse chaude sur vos seins pendant quelques minutes avant de commencer
- Massez vos seins et roulez vos doigts vers votre mamelon ou tirez votre mamelon
- Placez votre pouce et votre index en forme de C à environ 1 ou 1,5 pouce de votre mamelon (aréole)
- PRESSEZ contre la cage thoracique, puis COMPRIMEZ et RELÂCHEZ doucement

## Using a Breast Pump to Collect Your Milk

During your baby's hospital stay, you will be provided with pump kits to support double pumping and have access to a hospital grade double electric breast pump in the unit

- A nurse will show you how to use and clean the breast pump kit

- There are different types of pumps

- It is important to use one that works best for you

- Electric breast pumps are available for purchase or rental in the community:

» Please ask your nurse for information about local breast pump rental locations

» If you have private health insurance, it may help cover the cost of your breast pump. Your baby's doctor may provide you with a letter for your insurance company to support your claim

## How Much/How Often to Pump?

Pump Early, Pump Often, Pump Effectively:

- Pump at least 8 times in 24 hours, including once during the night
- Middle of the night pumping is important because the hormone prolactin that makes your milk is highest at night. This will really help boost your milk production
- It is suggested to express both breasts for 15 minutes each time
- Gently massage your breasts while you pump. If there are hard areas, focus on these areas to help move the milk. You may see the milk spray out as you empty those areas
- Using both hand expression and pumping at each milk expression will help you provide the greatest amount of milk for your baby
- Listen to your body and express your milk so you stay comfortable

Hands on pumping video can be viewed at:

<https://med.stanford.edu/newborns/professional-education/breastfeeding/maximizing-milk-production.html>

## Le tire-lait pour recueillir votre lait

Pendant le séjour de votre bébé à l'hôpital, vous recevrez des trousse tire-lait pour permettre un double tirage; et, dans l'unité, vous aurez accès à un double tire-lait électrique approuvé pour les hôpitaux.

- Une infirmière vous montrera comment utiliser et nettoyer la trousse tire-lait
- Il y a différents types de tire-lait
- Il est important d'utiliser un tire-lait qui vous convient
- Il est possible d'acheter ou de louer un tire-lait électrique dans votre région :
  - » Veuillez vous renseigner auprès de votre infirmière sur les lieux de location de tire-lait
  - » Si vous avez une assurance médicale privée, elle peut vous aider à couvrir le coût de votre tire-lait. Le médecin de votre bébé peut vous fournir une lettre à remettre à votre compagnie d'assurance

## Quelle quantité et à quelle fréquence?

Tirez votre lait tôt, tirez-le souvent et efficacement :

- Tirez votre lait au moins 8 fois en 24 heures, y compris une fois durant la nuit
- Il est important de tirer votre lait au milieu de la nuit, car c'est la nuit que la prolactine, l'hormone qui fabrique votre lait, est la plus élevée. Cela vous aidera vraiment à augmenter votre production de lait
- Il est conseillé d'exprimer le lait des deux seins pendant 15 minutes chaque fois
- Massez doucement vos seins pendant que vous tirez votre lait. S'il y a des zones dures, concentrez-vous sur ces zones pour aider à faire passer le lait. Vous verrez peut-être le lait gicler à mesure que vous videz ces zones
- L'expression du lait avec les mains et le tirage du lait vous aideront à fournir la plus grande quantité de lait à votre bébé
- Écoutez votre corps et exprimez votre lait tout en vous assurant de demeurer à l'aise

La vidéo sur le tirage du lait se trouve sur le site suivant :

<https://med.stanford.edu/newborns/professional-education/breastfeeding/maximizing-milk-production.html>

## Pumping Breast Milk

**Pump frequently**


**Pump efficiently**

**Ask for help when needed**

How to express breast milk with our Ameda double electric pump.

**1**


- Wash your hands with soap and water.
- Wipe pump down with Accel wipes before and after use.
- Wash with soap and water again.



**2**

**Supplies needed:**


- Tubing
- Ziplock bag
- Attachments
- Bottles




**3**

**Prepare breasts:**

- Make yourself comfortable.
- Apply heat with warm compress.
- Massage breasts.
- Center the flanges over your nipples.



**4**




**Settings:**  
**Suction** - Start at 20-30 and increase by 5-10 until a strong tug but comfortable.  
**Speed** - Set to 80 for 2 minutes, or until milk flowing, then decrease to 40-60.

**5**

**Duration of Pump Sessions:**


- Each mom is different and can have multiple letdowns during 1 session.
- When milk flow slows down increase speed back to 80 to stimulate another letdown. Decrease speed to 40-50 when you see milk flowing again.
- Pump for 20-30 minutes.



**6**

**Last, but not least:**

- Hand express after pumping for an additional 1-2 minutes on each breast minimum. This will help increase your milk supply.
- Can increase your milk by 50%!



### Tips & Tricks

- In the first 1-2 days hand express is preferred to pumping because colostrum is thicker and easier to express by hand
- Adjust suction for comfort as well as efficiency and use appropriate flange size for your breasts
- If you experience any pain or discomfort during the process please talk to your nurse
- If baby wasn't able to breastfeed, it is important to pump or express your breasts at that feeding. This will help with your milk production
- Reminder: After each use, rinse flanges and send to be sterilized. Pump tubing also needs to be sent to be sterilized after 48 hours

**Remember...The more you 'ask' your breasts to make milk, the more milk they will make - just like your baby when you are breastfeeding.**

**Attention...Plus vous demandez à vos seins de produire du lait, plus ils en produiront - tout comme votre bébé lorsque vous l'allaitez.**

- Au cours des deux premiers jours, il est préférable d'exprimer votre lait à la main plutôt que de la tirer, car le colostrum est plus épais et plus facile à exprimer votre lait à la main plutôt que de la tirer, car
- Ajustez la suction selon votre niveau de confort et votre débit, et utilisez une tétérille adaptée à la taille de vos seins
- Si vous ressentez de la douleur ou de l'inconfort pendant ce processus, veuillez en parler à votre infirmière
- Si votre bébé n'a pas été capable d'allaiter lors d'une tétée particulière, assurez-vous de tirer ou d'exprimer votre lait à cette tétée afin de maintenir votre production de lait
- Rappel : Après chaque utilisation du tire-lait, rincez les tétérilles et envoyez-les pour la stérilisation. Les tubes du tire-lait doivent également être envoyés pour être stérilisés aux 48 heures

### Trucs et astuces

**1**

- Lavez-vous les mains à l'eau savonneuse.
- Essuyez le titre-lait avec les lingettes Accel avant et après chaque usage.
- Lavez-vous les mains encore une fois à l'eau savonneuse.



**2**

**Matériel nécessaire:**

- Tubes
- Sac Ziplock
- Accessoires
- Bouteilles



**3**

**Préparatifs:**

- Installez-vous confortablement.
- Appliquez de la chaleur sur vos seins avec des compresses chaudes.
- Masses vos seins.
- Placez votre mamelon au centre de la tétérille.



**4**

**Réglages:**

- Suction** - Commencez à 20-30 et augmentez de 5-10 jusqu'à un remorqueur puissant mais confortable.
- Vitesse** - Réglez à 80 pendant 2 minutes, ou jusqu'à ce que le lait coule, puis diminuez à 40-60.



**5**

**Durée de la séance de pompage:**

- Chaque maman est différente et peut avoir plusieurs déceptions au cours d'une séance.
- Lorsque le débit de lait ralentit, augmentez la vitesse à 80 pour stimuler une autre déception.
- Réduisez la vitesse à 40-50 lorsque vous voyez le lait couler à nouveau.
- Pomper pendant 20 à 30 minutes.



**6**

**Avant de terminer:**

- À la fin de votre séance de pompage, exprimez votre lait à la main à partir de chaque sein pendant au moins 1 à 2 minutes.
- Cela peut augmenter votre production de lait de 50%!



### Comment tirer son lait

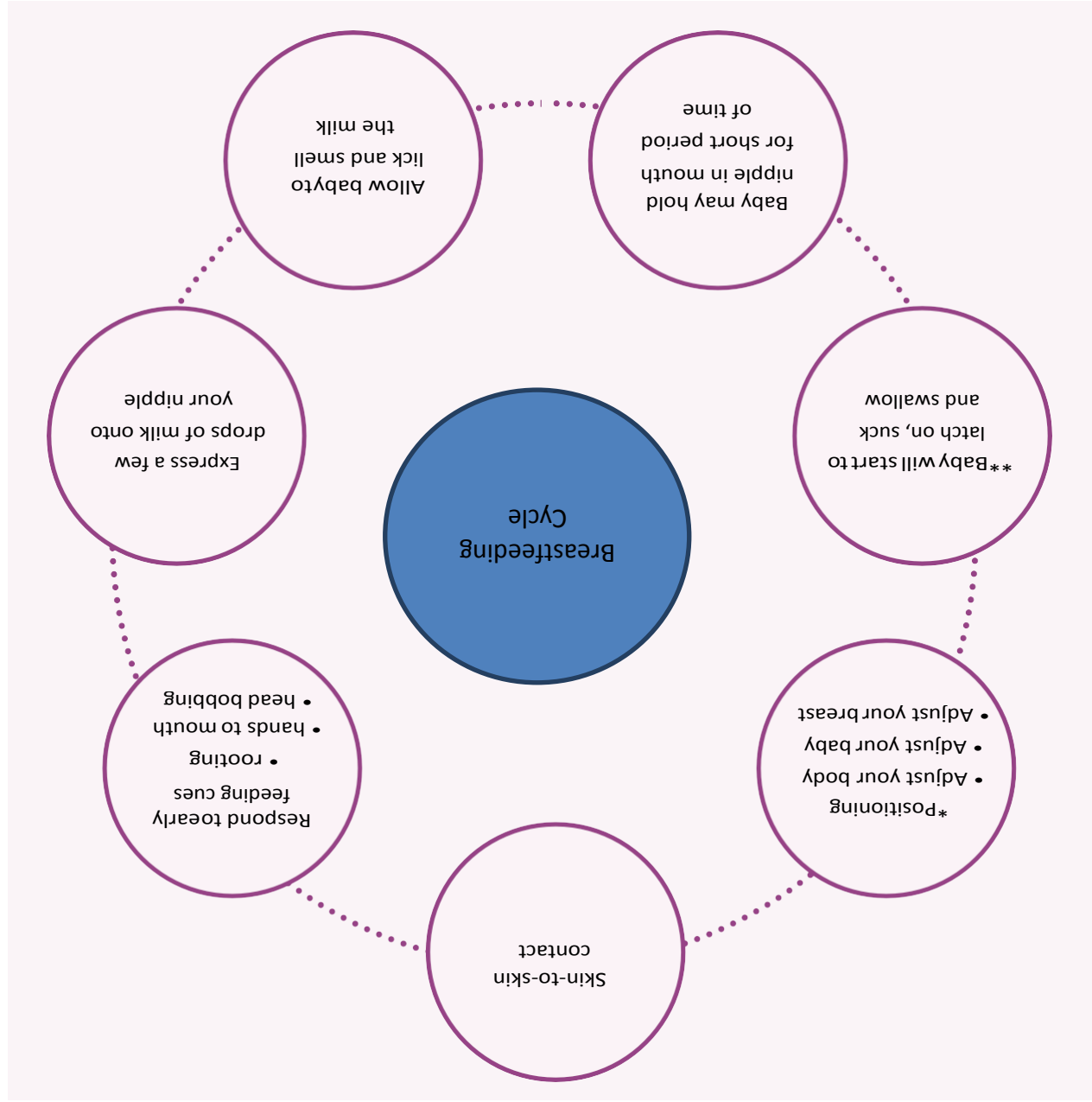
Faites-le fréquemment Sachez vous en servir de façon efficace Demandez de l'aide au besoin

Comment tirer son lait avec le tire-lait électrique à double pompage Ameda :



\*\*As your baby breastfeeds more you can decrease your pumping time while staying comfortable. Elimination of pumping sessions will occur as your baby takes more of their feeds through breastfeeding.

\*<http://www.naturalbreastfeeding.com/>

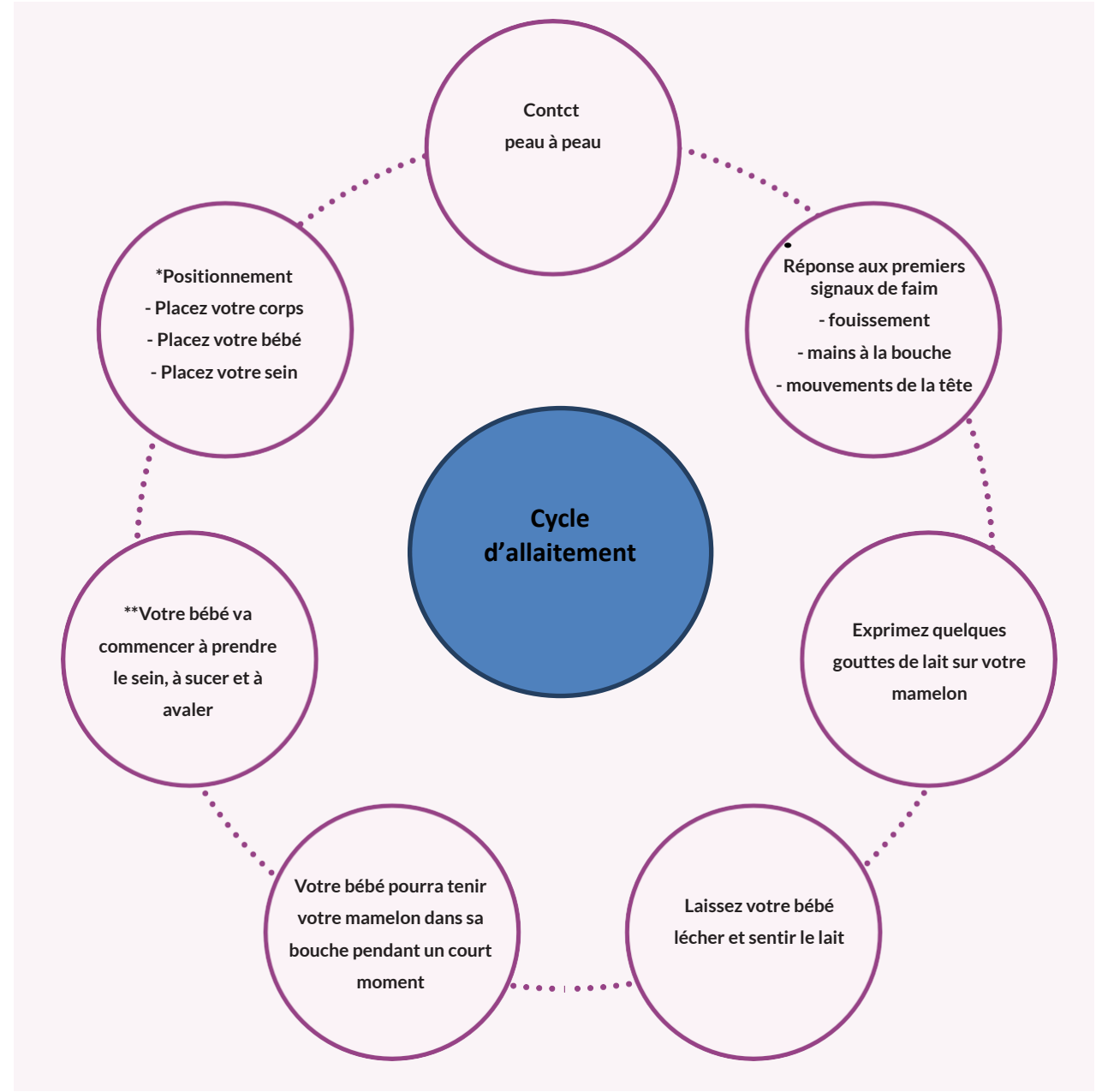


It is quite remarkable how your baby will show you that he/she is ready to start suckling at your breast. This often happens when you are holding your baby in skin-to-skin contact.

**Starting to Breastfeed**

**Commencer à allaiter**

Il est tout à fait remarquable de voir comment votre bébé vous indique qu'il est prêt à commencer à téter votre sein. Souvent, cela se produit lorsque vous tenez votre bébé peau à peau.



\*<http://www.naturalbreastfeeding.com/>

\*\*Lorsque votre bébé tète davantage par lui-même, vous pouvez diminuer votre temps de tirage de lait tout en restant à l'aise. Vous pourrez éliminer les séances de tirage du lait à mesure que votre bébé se nourrira au sein de façon plus autonome.

## Non-Nutrive Sucking

Early experiences suckling at your breast will help your baby learn to breastfeed. This will help with digestion, coordination of sucking and breathing, and can also help soothe your baby. Soothing your baby can also be done with your finger or a pacifier if you are unable to be present to offer your breast.

The age at which your baby will take all feeds by mouth will be individual and depend on your baby's readiness to feed. Staff will be available to support you in meeting your breastfeeding goals.

If fortified expressed breastmilk is suggested by the health care team, alternative feeding methods can be discussed to support your choice on what works for you and your baby.

Speak with your baby's nurse about safe preparation and storage of feeds when going home.



## Getting Ready for Home

Some babies will be transferred to their local hospital before going home. Transitions can be challenging, here are tips to support this change in location:

- Skin-to-skin contact for prolonged periods of time can continue once you arrive at home hospital
- Share your feeding goals with staff for continued support
- Ask about breastfeeding supports in your home hospital and community

Many babies are ready for discharge directly home with their family. Here are tips to ensure transition goes smoothly:

- Ensure your feeding plan is manageable once home
- Identify breastfeeding supports in the community
- Milk expression may still be needed on discharge home
- Ensure you have a method of expressing milk that works for you
- Understand your baby's cues to help guide when and how much to express
- Arrange regular follow-up appointments with your health care provider
- Refer to provincial resources "Loving Care"
- Storage guidelines for breastmilk can be found in "Loving Care: Breastfeeding"

Les premières expériences de tétée aideront votre bébé à apprendre à têter le sein. Cela facilitera la digestion ainsi que la coordination de la succion et de la respiration, et peut également contribuer à apaiser votre bébé. Vous pouvez également apaiser votre bébé avec votre doigt ou une sucette si vous ne pouvez pas lui donner le sein.

L'âge auquel votre bébé prendra toutes les tétées par la bouche dépendra de sa disposition à têter. Le personnel pourra vous aider à atteindre vos objectifs en matière d'allaitement.

Si l'équipe de soins de santé vous propose du lait maternel enrichi, d'autres méthodes d'alimentation peuvent être discutées pour vous aider à choisir ce qui convient le mieux à votre bébé et à vous-même.

Discutez avec l'infirmière de votre bébé de la préparation et de la conservation du lait en toute sécurité une fois à la maison.



## Préparer le retour à la maison

Certains bébés seront transférés à l'hôpital local avant de rentrer à la maison. Les transitions peuvent être difficiles. Voici quelques conseils pour faciliter le changement de lieu :

- Le contact peau à peau pendant des périodes prolongées peut se poursuivre une fois que vous serez à l'hôpital local
- Présentez vos objectifs en ce qui concerne l'alimentation de votre bébé au personnel afin d'obtenir son soutien continu
- Renseignez-vous sur l'aide à l'allaitement dans votre hôpital et votre collectivité

De nombreux bébés sont prêts à rentrer directement à la maison avec leur famille. Voici quelques conseils pour assurer une transition en douceur :

- Assurez-vous de pouvoir gérer votre plan d'alimentation une fois à la maison
- Trouvez les différentes formes d'aide à l'allaitement de votre localité
- L'expression du lait peut encore être nécessaire une fois de retour à la maison
- Assurez-vous d'avoir une méthode d'expression du lait qui vous convient
- Sachez reconnaître les signaux de votre bébé pour vous aider à déterminer quand exprimer votre lait et dans quelle quantité
- Fixez des rendez-vous de suivi réguliers avec votre fournisseur de soins de santé
- Consultez le site provincial Tendres soins
- Les recommandations pour la conservation du lait maternel se trouvent sur le site

Your baby may have received formula for a medical reason while in hospital or you have made an informed decision to formula feed your baby. Please speak with your health care provider about safe preparation, storage and feeding of formula.

The New Brunswick Loving care, how to Feed Your Baby with Infant Formula, will provide further information about safe feeding.

<https://www2.gnb.ca/content/dam/gnb/Departments/h-s/pdf/en/HealthyPeople/BFI/InfantFormula.pdf>

[https://www2.gnb.ca/content/gnb/en/departments/ocmoh/healthy\\_people/content/bfi/AutomaticPowderedInfantFormulaPreparationMachines.html](https://www2.gnb.ca/content/gnb/en/departments/ocmoh/healthy_people/content/bfi/AutomaticPowderedInfantFormulaPreparationMachines.html)

#### Other helpful resource:

<https://www.healthycanada.ca/home/articles/topics/videos-breastfeeding>  
<https://www.bliss.org.uk/expressing-with-a-pump>  
<http://www.naturalbreastfeeding.com/>

### Ten Steps to Successful Breastfeeding

Every facility providing maternity services and care for newborn infants should:

1. Have a written breastfeeding policy that is routinely communicated to all health care staff.
2. Train all health care staff in skills necessary to implement this policy.

3. Inform all pregnant women about the benefits and management of breastfeeding.

4. Help mothers initiate breastfeeding within half an hour of birth.

5. Show mothers how to breastfeed, and how to maintain lactation even if they should be separated from their infants.

6. Give newborn infants no food or drink other than breast milk, unless medically indicated.

7. Practice rooming-in - that is, allow mothers and infants to remain together - 24 hours a day.

8. Encourage breastfeeding on demand.

9. Give no artificial teats or pacifiers (also called dummies or soothers) to breastfeeding infants.

10. Foster the establishment of breastfeeding support groups and refer mothers to them on discharge from the hospital or clinic.

**Source:** Protecting, Promoting and Supporting Breastfeeding: The Special Role of Maternity Services, a Joint WHO/UNICEF statement published by the World Health Organization.

**Note:** Soothers only used as required for separated or ill infants.

### If You Need Formula Going Home

### Lait maternisé avant votre retour

Votre bébé peut avoir reçu du lait maternisé pour une raison médicale pendant son séjour à l'hôpital. Ou vous avez pris la décision éclairée de nourrir votre bébé avec du lait maternisé. Veuillez vous adresser à votre fournisseur de soins de santé pour savoir comment préparer, conserver et donner le lait maternisé en toute sécurité.

Le site Web du Nouveau-Brunswick Tendres soins, Comment nourrir votre bébé avec des préparations commerciales pour nourrissons, vous fournira de plus amples informations sur l'alimentation en toute sécurité.

<https://www2.gnb.ca/content/dam/gnb/Departments/h-s/pdf/en/HealthyPeople/BFI/InfantFormula.pdf>

[https://www2.gnb.ca/content/gnb/en/departments/ocmoh/healthy\\_people/content/bfi/AutomaticPowderedInfantFormulaPreparationMachines.html](https://www2.gnb.ca/content/gnb/en/departments/ocmoh/healthy_people/content/bfi/AutomaticPowderedInfantFormulaPreparationMachines.html)

#### Autel Resource utile :

<https://www.healthyfamiliesbc.ca/home/articles/topic/videos-breastfeeding>

<https://www.bliss.org.uk/expressing-with-a-pump> <http://www.naturalbreastfeeding.com/>

### Dix conditions pour le succès de l'allaitement maternel

Tous les établissements qui assurent des prestations de maternité et des soins aux nouveau-nés devraient :

1. Adopter une politique d'allaitement maternel formulée par écrit et systématiquement portée à la connaissance de tout le personnel soignant.
2. Permettre à tout le personnel soignant d'acquérir les compétences nécessaires pour mettre en œuvre cette politique.
3. Informer toutes les femmes enceintes des avantages de l'allaitement au sein et de sa pratique.
4. Aider les mères à commencer à allaiter dans la demi-heure suivant la naissance.
5. Indiquer aux mères comment pratiquer l'allaitement et comment poursuivre la lactation même si elles se trouvent séparées de leur nourrisson.
6. Ne donner aux nouveau-nés aucun aliment ni aucune boisson autre que le lait maternel, sauf indication médicale.
7. Laisser l'enfant avec sa mère 24 heures sur 24.
8. Encourager l'allaitement au sein à la demande de l'enfant.
9. Ne pas donner aux enfants nourris au sein aucune tétine artificielle ou sucette.
10. Encourager la constitution d'associations de soutien à l'allaitement maternel et leur recommander les mères dès leur sortie de l'hôpital ou de la clinique.

**Source :** Protection, encouragement et soutien de l'allaitement maternel – Le rôle spécial des services liés à la maternité, déclaration conjointe de l'OMS et de l'UNICEF publiée par l'Organisation mondiale de la santé. (texte légèrement adapté)

**Note :** Sucettes utilisées uniquement au besoin pour les nourrissons séparés de leur mère ou malades.

## Storage of Expressed Breastmilk After Discharge

- Please refer to: [Breastfeeding Protocol: Expressing, Collecting, and Storing of Human Milk](#)

### References

Breastfeeding Your Early Preterm Baby (2020). Best Start by Health Nexus. Ontario. [https://resources.beststart.org/wp-content/uploads/2018/12/B23-E-Preterm\\_Early\\_BF\\_EN\\_FNL\\_2020.pdf](https://resources.beststart.org/wp-content/uploads/2018/12/B23-E-Preterm_Early_BF_EN_FNL_2020.pdf)

Breastfeeding Protocol: Expressing, Collecting and Storing Human Milk (2019) [https://breastfeedingresourcesontario.ca/sites/default/files/pdf/Res\\_BFI\\_ExpressingStoring\\_FNL2.pdf](https://breastfeedingresourcesontario.ca/sites/default/files/pdf/Res_BFI_ExpressingStoring_FNL2.pdf)

Gotsch, G. (1999). Breastfeeding your premature baby. La Leche League International, Franklin Park, Illinois

Kingston General Hospital, (2000). Expressing breast milk for your premature/at-risk infant. Kingston General Hospital, Mississauga, Ontario.

Meier PP, Johnson TJ, Patel AL, Rossman B. Evidence-Based Methods That Promote Human Milk Feeding of Preterm Infants. Clinics in Perinatology. 2017;44(1):1-22. Accessed April 23, 2021. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=eoh&AN=40431874&site=ehost-live>

Mohrbacher, N. & Stock, J., (2001). The breastfeeding answer book. La Leche League International, Franklin Park, Illinois (3rd. ed.)

Mohrbacher, N, (2010). Breastfeeding Answers made Simple A Guide for Helping Mothers. Hale Publishing, Amarillo, Texas.

New Brunswick of Health (2019) Loving care. New Brunswick, Canada

Nyqvist KH, Maastrup R, Hansen MN, Haggkvist AP, Hannula L, Ezeonodo A, Kylberg E, Frandsen AL, Haiek LN. Neo--BFHI: The Baby-Friendly Hospital Initiative for Neonatal Wards. Educational materials for decision-makers and staff. Nordic and Quebec Working Group; 2015.

Spatz DL, Froh EB, Schwarz J, et al. Pump Early, Pump Often: A Continuous Quality Improvement Project. Journal of Perinatal Education. 2015;24(3):160-170. doi:10.1891/1058-1243.24.3.160

The Breastfeeding Committee for Canada (2017). The BFI 10 Steps and WHO Code Outcome Indicators for Hospitals and Community Health Services.

UC San Diego Medical Centre. Making Milk for your Baby. Downloaded 12 December 2017 from <https://health.ucsd.edu/specialties/obgyn/maternity/newborn/nicu/spin/parents/Pages/default.aspx>

Walker, M. (2002). Core Curriculum for lactation consultant practise.

WHO/UNICEF (2020) Protecting, promoting and supporting breastfeeding: THE BABY-FRIENDLY HOSPITAL INITIATIVE FOR SMALL, SICK AND PRETERM NEWBORNS

WHO/UNICEF (2020) Protecting, promoting and supporting breastfeeding: THE BABY-FRIENDLY HOSPITAL INITIATIVE FOR SMALL, SICK AND PRETERM NEWBORNS

Walker, M. (2002). Core Curriculum for lactation consultant practise.

UC San Diego Medical Centre. Making Milk for your Baby. Téléchargé le 12 décembre 2017 du site <https://health.ucsd.edu/specialties/obgyn/maternity/newborn/nicu/spin/parents/Pages/default.aspx>

Comité canadien pour l'allaitement (2017). Indicateurs de résultats pour les dix conditions de succès de l'allaitement, intégrés pour les hôpitaux et les services communautaires.

Spatz DL, Froh EB, Schwarz J, et al. Pump Early, Pump Often: A Continuous Quality Improvement Project. Journal of Perinatal Education. 2015;24(3):160-170. doi:10.1891/1058-1243.24.3.160

Nyqvist KH, Maastrup R, Hansen MN, Haggkvist AP, Hannula L, Ezeonodo A, Kylberg E, Frandsen AL, Haiek LN. Neo-BFHI : L'initiative Hôpital aux amis des bébés pour les services néonataux. Version anglaise. Matériel d'information pour les décideurs et le personnel. Groupe de travail des pays nordiques et du Québec; 2015.

Ministère de la Santé du Nouveau-Brunswick (2019), Tendres soins. Nouveau-Brunswick, Canada

Mohrbacher, N, (2010). Breastfeeding Answers made Simple A Guide for Helping Mothers. Hale Publishing, Amarillo, Texas.

Mohrbacher, N. & Stock, J., (2001). The breastfeeding answer book. La Leche League International, Franklin Park, Illinois (3e éd.)

Meier PP, Johnson TJ, Patel AL, Rossman B. Evidence-Based Methods That Promote Human Milk Feeding of Preterm Infants. Clinics in Perinatology. 2017;44(1):1-22. Consulté le 23 avril 2021. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=eoh&AN=40431874&site=ehost-live>

Kingston General Hospital, (2000). Expressing breast milk for your premature/at-risk infant. Kingston General Hospital, Mississauga, Ontario.

Gotsch, G. (1999). Breastfeeding your premature baby. La Leche League International, Franklin Park, Illinois

Breastfeeding Protocol: Expressing, Collecting and Storing of Human Milk (2019) [https://breastfeedingresourcesontario.ca/sites/default/files/pdf/Res\\_BFI\\_ExpressingStoring\\_FNL2.pdf](https://breastfeedingresourcesontario.ca/sites/default/files/pdf/Res_BFI_ExpressingStoring_FNL2.pdf)

Allaiter votre bébé très très prématuré (2020). Meilleur départ par Nexus Santé. Ontario. [https://resources.beststart.org/wp-content/uploads/2018/12/B23-F-Early\\_Preterm\\_French\\_2020.pdf](https://resources.beststart.org/wp-content/uploads/2018/12/B23-F-Early_Preterm_French_2020.pdf)

### Références bibliographiques

- Veuillez consulter le site : [Breastfeeding Protocol: Expressing, Collecting, and Storing of Human Milk](#)

## Conservation du lait exprimé après votre sortie de l'hôpital