



Quand le sein fait mal ! (Fiche synthèse)

**Il existe 4 situations différentes.
Elles ne se soignent pas de la même façon.**

1. L'engorgement:

- L'un des deux seins présente une zone triangulaire dure, sans rougeurs qui peut être douloureuse, sans fièvre avec un état général conservé. (Peut concerner exceptionnellement, les 2 seins).
- Le mamelon est aplati. Le bébé a du mal à téter.
- Cela arrive souvent 3 jours après la naissance.

2. Le canal bouché:

- Il y a une boule dure et douloureuse dans un seul sein.
- La zone peut être un peu rouge.
- Vous n'avez pas de fièvre ou très peu.
- Votre état général est bon.

3. La mastite:

- Le sein est rouge, chaud, très douloureux.
- Vous avez de la fièvre (plus de 38,5 degrés).
- Vous avez des frissons et des courbatures.
- Vous vous sentez comme grippée. Il faut consulter rapidement.

4. L'abcès:

- C'est une mastite mal soignée, ou une infection en rapport avec une crevasse.
- Il y a une masse douloureuse, rouge et chaude..
- La douleur est très intense, parfois accompagnée de fièvre.
- Il faut aller aux urgences, si vous n'avez pas de suivi, ou de consultante en lactation.

A retenir:

- * Plus vous attendez, plus c'est difficile à soigner. Consultez vite.
- * Dans tous les cas, continuez à allaiter.: c'est ce qui aide le mieux à guérir.
- * L'arrêt de l'allaitement aggrave la situation.





Quand le sein fait mal ! (Fiche synthèse)

Que faire ? - Comment agir ?

1. En cas d'engorgement - le sein est dur, le mamelon aplati:

- Allaiter très souvent du côté douloureux.
- Appliquer du froid entre les tétées.
- Résultats en 48 heures.

2. En cas de canal bouché - il y a une boule dans le sein:

- Allaiter souvent du côté douloureux.
- Orientez le menton du bébé vers la boule.
- Appliquez de la chaleur juste avant la tétée.
- Appliquez du froid entre les tétées (glaçons dans un linge propre).
- Si la boule est là depuis plus de 48 heures, consultez.

3. En cas de mastite - vous avez de la fièvre et des courbatures:

- Reposez-vous. C'est une priorité.
- Continuez à allaiter avec des tétées très fréquentes, aussi rapprochées que possible.
- Appliquez du froid entre les tétées.
- Si la fièvre ne baisse pas en 24 heures, consultez un médecin.
- Des antibiotiques peuvent être nécessaires: vous pouvez continuer à allaiter pendant le traitement.

4. Qui contacter ?

- Votre sage-femme ou médecin traitant en premier.
- Une consultante en lactation certifiée (IBCLC).
- La Lèche League France : 0 800 900 907 (numéro gratuit).
- Aux urgences:
si fièvre très élevée, douleur intense ou boule qui grossit vite.

