



## 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 tétés.
- 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 tétés (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 tétés très fréquentes, aussi rapprochées que possible.
- Appliquez du froid entre les tétés.
- 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. En cas d'abcès :

- Consultez votre médecin généraliste , votre gynécologue ou votre sage-femme (spécialisée en lactation humaine) pour prescription d'antibiotiques, d'échographie avec ponction et évacuation si possible ;
- La chirurgie est à éviter ++;

### 5. 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.

