



Hôpital général juif
Jewish General Hospital

Centre de médecine familiale Herzl, Clinique d'allaitement Goldfarb

Ampoule de lait Document à l'intention des patients

Qu'est-ce qu'une ampoule de lait?

- Il s'agit d'un **point** blanc brillante et lisse, sur le mamelon, généralement à l'ouverture d'un canal de lait.
- Une couche de peau se forme sur l'ouverture du canal et le lait reste pris derrière.
- Vous pouvez ressentir une douleur aigüe au site de l'ampoule lors de la tétée ou à autres moments.
- La cause des ampoules est inconnue, mais elles semblent reliées à des canaux bloqués ou des blessures au mamelon.

Que faire pour traiter une ampoule de lait?

- Si l'ampoule n'est PAS douloureuse, NE FAITES RIEN.
- Si l'ampoule fait mal, il est important de consulter un médecin ou une consultante en lactation.
- Continuez d'allaiter en vous assurant que le bébé est bien placé et qu'il a une bonne prise.
- Lavez les mamelons une fois par jour avec un savon doux (sans parfum) et de l'eau.
- Trempez une boule d'ouate dans de l'huile d'olive, appliquez-la sur le mamelon et portez-la dans votre soutien-gorge pour assouplir la peau. L'ampoule pourrait ainsi s'ouvrir seule durant l'allaitement.
- Vous pouvez aussi mettre une compresse chaude sur l'ampoule de lait pour l'assouplir et favoriser son ouverture avant que le bébé prenne le sein.
- Lorsque la peau est souple, essayez d'enlever la peau épaissie.
- Exprimez votre lait avec vos mains pour débloquer le canal et faire couler le lait.
- Un professionnel de la santé peut être en mesure d'ouvrir l'ampoule de lait avec une aiguille stérile, et donc de débloquer le canal. N'essayez pas de percer vous-même une ampoule à la maison à moins que vous ayez reçu des instructions précises d'un professionnel de la santé.
- Un professionnel de la santé peut suggérer d'étendre une mince couche de crème antibiotique pour prévenir les infections après avoir percé l'ampoule.
- La prise de lécithine peut vous aider à avoir des ampoules de lait moins souvent : 30 ml (1 c. à table)/jour de lécithine ou 1 capsule de lécithine (1 200 mg), 3 ou 4 fois par jour.

Les renseignements contenus dans ce document à l'intention des patients ne constituent que des suggestions et ils ne remplacent nullement une consultation avec un professionnel de la santé ou un spécialiste en allaitement. *Ce document appartient aux auteurs et à la Clinique d'allaitement Goldfarb. Il est interdit de changer ou de modifier toute partie de ce document sans la permission des auteurs et de la Clinique d'allaitement Goldfarb. Ce document peut être copié et distribué sans autre permission à la condition d'être utilisé seulement dans un contexte qui n'enfreint pas le Code international de commercialisation des substituts du lait maternel. Pour obtenir de plus amples renseignements, communiquez avec la Clinique d'allaitement Goldfarb, Centre de médecine familiale Herzl, Hôpital général juif à Montréal, Québec, Canada. © 2010, rev 2022.*