

Les types de tire-lait et l'expression manuelle

Le choix du tire-lait est souvent un casse-tête. Il en existe plusieurs types et marques. Il faut choisir un tire-lait adapté à notre situation.

Avant l'achat, il est important de se poser les bonnes questions:

- En ai-je vraiment besoin.
- Quel montant je peux investir.
- À quelle fréquence sera-t-il utilisé.
- Pourquoi je veux l'utiliser: est-ce pour faire des réserves, un tire-allaitement occasionnel ou exclusif, pour stimuler la lactation.
- Ai-je besoin de pouvoir le transporter facilement.
- Est-ce que les pièces du tire-lait choisi se trouvent facilement sur le marché en cas de bris.
- Est-il facile d'entretien.

Le tire-lait manuel

Les avantages

- Peu dispendieux.
- Silencieux.
- Peut être utilisé de façon occasionnelle.
- Facile à transporter en sortie.
- Utile pour stimuler la lactation (bien que ce ne soit pas l'idéal).
- Pratique pour les séances de power pumping.
- Idéal pour désengorger un sein ou pour faire passer un RÉF.
- Facile d'entretien.

Les inconvénients

- Il n'est pas conseillé pour un tire-allaitement exclusif.
- Les pièces doivent être changées de façon régulière.
- Vous devrez stimuler les phases vous-même avec la poignée. Comme il est conseillé de tirer au moins 20 minutes lorsque l'on fait des réserves ou en TAE il est beaucoup moins pratique.
- Ne peut être acheté usagé ou loué.

Le tire-lait électrique simple ou double

Les avantages

- Plus rapide que le tire-lait manuel.
- Stimule les phases de succion.
- Idéal pour stimuler la lactation.
- Pratique pour des séances de power pumping.
- Faire des réserves est plus rapide si on utilise le double pompage.
- Idéal pour des allaitantes de retour au travail.

- Facile d'entretien.
- En double pompage 18% plus de lait peut être recueilli.
- Le lait obtenu grâce à la double expression est plus riche en lipides et en calories.
- Se transporte facilement.

Les inconvénients

- Plus dispendieux que le tire-lait manuel.
- Assez bruyant.
- Les pièces doivent être changées de façon régulière.
- Ne peut être acheté usagé ou loué.
- A une durée de vie limitée, voir avec le fabricant.

Le tire-lait de grade hospitalier

Les avantages

- Idéal lorsque bébé ne peut prendre le sein.
- Parfait pour les tire-allaitantes exclusives.
- Stimule les phases de succion.
- Pratique pour des séances de power pumping.
- Se loue facilement en pharmacie.
- Facile d'entretien.
- En double pompage 18% plus de lait peut être recueilli.
- Le lait obtenu grâce à la double expression est plus riche en lipides et en calories.
- Le moteur peut être vendu si vous ne l'utilisez plus.

Les inconvénients

- Le prix d'achat ou de location \$\$\$\$\$\$.
- Les pièces doivent être changées de façon régulière.
- Assez bruyant.

Le tire-lait d'aspiration de type "Nature bond"

Les avantages

- Permet de recueillir le lait qui coule de l'autre sein durant la tétée donc moins de gaspillage.
- Fait une légère succion donc facilite la coulée du lait.
- Peut être utilisé pour passer un RÉF.
- Peu coûteux.

Les inconvénients

- Ce n'est pas un tire-lait.
- Ne stimule pas (ou que très peu) la lactation.

Exprimer au tire-lait

Comment procéder?

- Se laver les mains.
- Utilisez un contenant propre.
- Massez le sein dans le but de stimuler le réflexe d'éjection.
- Mettre de la chaleur.
- Pensez à bébé, vous pouvez écouter des vidéos ou regarder des photos.
- Respectez les consignes fournies avec votre tire-lait.
- Il ne sert à rien de mettre le tire-lait au maximum pour exprimer du lait. Le but est de créer les phases de succion au sein qui auraient lieu au sein. Vous pourriez même vous blesser. Il faut s'assurer de nettoyer le tire-lait après chaque utilisation dans une eau chaude savonneuse. Il faudra le stériliser en suivant les instructions du fabricant avant la première utilisation et chaque fois si vous donnez du lait à la banque de lait maternel.
- Assurez-vous que la tétérèlle soit de la bonne grandeur pour votre mamelon. Celui-ci ne doit pas frotter votre mamelon (coupole trop petite) ni aspirer une trop grande partie de votre aréole (coupole trop grande). Voir le lien sur les réserves et stimuler la lactation et/ou changement des pièces du tire-lait.

✿ L'expression manuelle

Le tire-lait n'est pas un toujours nécessaire. En effet, vous pouvez exprimer votre lait manuellement. Vous en obtiendrez autant sinon plus que si vous utilisez un tire-lait électrique ou manuel.

Comment procéder?

- Se laver les mains.
- Utiliser un contenant propre.
- Masser le sein dans le but de stimuler le réflexe d'éjection.
- Mettre de la chaleur.
- Penser à bébé, vous pouvez écouter des vidéos ou regarder des photos.
- Main en forme de "C" les doigts à 2-4 cm du mamelon (pour l'expression du colostrum les doigts sont sur l'aréole plus près du mamelon)
- Avec les doigts, comprimer le sein vers la cage thoracique.
- Changer la position des doigts autour du mamelon pour vider tous les canaux.
- Changer de seins en alternant.

Vidéos sur le tirage manuel du lait maternel

<https://youtu.be/P63E5zzz5CA>

<https://www.youtube.com/watch?v=49o3NVnnx1E>

✿ Les tire-laits usagés

L'achat d'un tire-lait personnel peut être très dispendieux et nous sommes souvent tentées de se tourner vers le second sein.

Saviez-vous que cette pratique n'est pas recommandée et ce même si on compte stériliser le matériel! En effet, en raison des risques de contamination / de transmission de maladie telle que l'hépatite B, le cytomégalovirus, le muguet, le VIH l'achat d'un tire-lait personnel n'est pas recommandé.

Bien sûr ceci ne s'applique qu'aux tire-laits personnels et non à ceux de grade hospitalier.

<https://www.dispensaire.ca/article/puis-je-utiliser-un-tire-lait-electrique-usage-sil-a-ete-sterilise/>

Si vous choisissez quand même d'opter pour un tire-lait second sein, l'idéal serait de le faire passer à l'autoclave si vous y avez accès. Sinon, l'INSPQ donne des trucs dans son article. Assurez-vous tout de même de ne garder que le moteur et de changer tout ce qui a touché au lait.

<https://www.inspq.qc.ca/mieux-vivre/alimentation/nourrir-bebe-au-sein/l-expression-du-lait>

Comment choisir notre tire-lait

<http://www.ottawabreastfeeds.ca/index.php/fr/tire-lait/le-tire-lait-comment-le-choisir-et-comment-l-utiliser>

Comment nettoyer votre tire-lait

<https://www.medela.ca/fr/allaitement/meres-parcours/nettoyage-tire-lait>

Voyager avec son tire-lait, exprimer votre lait en déplacement

<https://www.medela.ca/fr/allaitement/meres-parcours/tire-lait-voyage>