



chpc } **LACTARIUM**

Hygiène pour le don de lait au lactarium

Vous avez souhaité faire don de votre lait au lactarium du Centre Hospitalier Public du Cotentin et nous vous en remercions.

Pour la santé des nouveau-nés, il est essentiel de respecter les **règles d'hygiène** décrites dans ce livret.

Contact lactarium



Le lactarium fait partie du service de Néonatalogie. Il est ouvert tous les jours, y compris le dimanche et les jours fériés.

Pour toute question, écrivez-nous à lactarium.cherbourg@ch-cotentin.fr

Avant de recueillir votre lait



Votre hygiène de vie

Il n'y a pas de nourriture interdite.

Il est important d'avoir une alimentation équilibrée et variée. Buvez de façon régulière, à votre soif, de préférence de l'eau. La quantité de lait n'augmente pas en buvant plus.



Pas de tabac ni d'alcool
Thé et café avec modération

Ne faites **pas d'auto-médication**. Demandez conseil à votre médecin, qui vous prescrira un traitement compatible avec l'allaitement.

Si toutefois vous devez prendre un traitement médicamenteux, merci d'avertir le lactarium, et de notifier chaque médicament sur les flacons de lait exprimé.

Votre hygiène corporelle

- Prenez une douche ou un bain quotidiennement
- Changez de sous-vêtements tous les jours
- Effectuez un soin des seins avant chaque utilisation du tire-lait (eau et savon doux liquide, sans parfum, rinçage et séchage soigneux)



Lavez-vous les mains soigneusement au savon doux avant le recueil puis essuyez-les avec du papier absorbant



Pour nettoyer votre tire-lait, référez-vous au document spécifique



Le recueil



- Les téterelles utilisées doivent être stérilisées avant chaque tirage pour le lactarium (eau bouillante 10 mn ou stérilisateur)

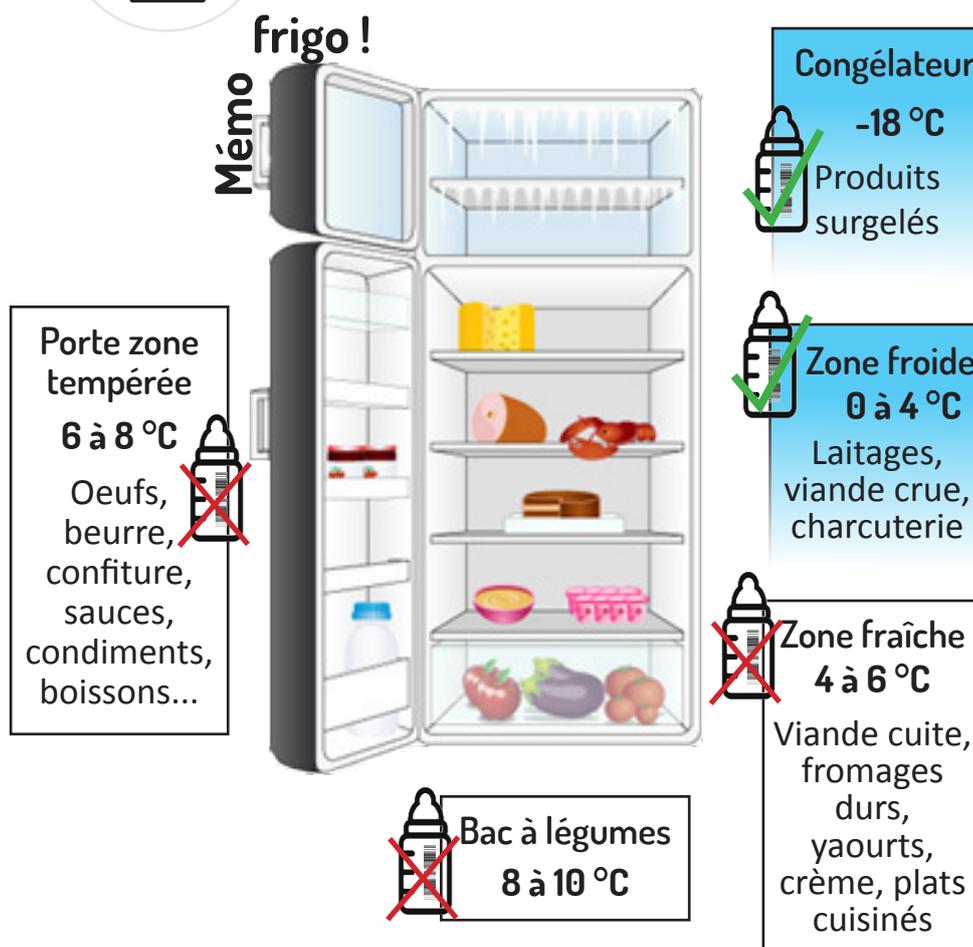


Après remplissage :

- Refermez délicatement le biberon en veillant à ne pas toucher l'intérieur du goulot et du bouchon avec les doigts
- Complétez une étiquette (avec code barre, fournie par le lactarium) en indiquant, **au stylo bille** la date, l'heure, le volume recueilli ainsi que d'éventuels médicaments pris
- Collez l'étiquette à code barre verticalement sur le biberon



Ne pas mélanger le lait : 1 flacon ne sert que pour 1 seul recueil



- Mettez les biberons au réfrigérateur dans une boîte dédiée, isolée des autres aliments.
- La température doit être comprise entre 0 et 4°C (il est important de vérifier cette température).

Stockage maximum 24 heures. Au-delà, il doit impérativement être congelé à -18°C

Mémo entretien du réfrigérateur :

- 2 fois/mois, dégivrez puis lavez soigneusement les parois et clayettes au détergent vaisselle
- Rincez à l'eau claire
- Désinfectez à l'eau javellisée*, laissez agir 10 mn puis rincez

* Eau javellisée : 75 ml d'eau de Javel (environ un verre à moutarde) complété par 1L d'eau froide. La préparation à partir d'un berlingot d'extrait de Javel nécessite d'abord de préparer de l'eau de Javel en versant cet extrait dans un bidon opaque de 1L puis de le compléter à un litre avant de procéder à la deuxième dilution avec le verre à moutarde



Lait réfrigéré *(lait tiré pour un enfant hospitalisé)*

- Le transport du lait réfrigéré vers le lactarium doit **obligatoirement** être effectué dans un **sac isotherme** ou une **glacière** comportant des pains de glace congelés en nombre suffisant
- La durée du transport **ne doit pas excéder 2h**. La température du lait sera contrôlée à la réception. Au-delà d'une température > 8°C, le lait ne pourra être accepté et sera donc détruit.



Lait congelé

- Celui-ci **ne doit pas être transporté par vos soins**. Il doit être immédiatement congelé à -18°C et la puéricultrice assurant la collecte se chargera du transport vers le lactarium
- Si vous tirez votre lait pour votre propre enfant, le lait non acheminé au service dans les 24h doit être congelé et conservé à votre domicile
- Il est important de **contrôler régulièrement** la température du congélateur qui doit être < 18°C



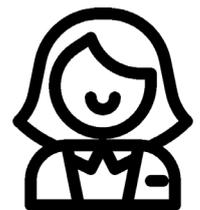
Engorgement

Crevasses

Gerçures

Fièvre

Diminution de la lactation



**Pour toute interrogation,
n'hésitez pas à nous en parler !**

Une consultante en lactation
est à votre écoute

Pour en savoir plus, consultez notre site internet ainsi que nos vidéos sur la chaîne YouTube du CHPC :



www.ch-cotentin.fr/offre-soins/lactarium



<http://tinyurl.com/wp7zesn6>