



Guide à l'intention des
patients et des familles
2020

Qu'est-ce qu'un protège-mamelon (ou téterelle)?

Also available in English: *What is a
Nipple Shield?* (WP85-1837)



www.nshealth.ca

Qu'est-ce qu'un protège-mamelon (ou téterelle)?

Un protège-mamelon est un mamelon artificiel en silicone souple. Il est placé sur le mamelon et l'aréole (zone autour du mamelon) pendant l'allaitement.

Un fournisseur de soins de santé peut recommander l'utilisation d'un protège-mamelon pour aider votre bébé à bien prendre le sein pendant l'allaitement.

Il existe différentes tailles de protège-mamelon. La taille dépend de la grosseur de vos mamelons et de la bouche de votre bébé. Le protège-mamelon devrait être ajusté par un fournisseur de soins de santé (comme une consultante en allaitement) qui sait comment le faire.

La plupart des problèmes liés à la difficulté du bébé à prendre le sein disparaissent avec le temps. L'objectif est d'allaiter votre bébé sans protège-mamelon le plus tôt possible.

Pourquoi ai-je besoin d'un protège-mamelon?

Voici des raisons pour lesquelles votre fournisseur de soins de santé peut vous recommander d'utiliser un protège-mamelon.

- › Aide apportée à votre bébé pour qu'il prenne le sein si vous avez les mamelons plats ou invertis.
- › Votre bébé a des problèmes persistants à prendre le sein et que la situation ne s'améliore pas.
- › Votre bébé est né prématurément et a de la difficulté à bien prendre le sein.
- › Votre bébé est né avec un trouble neurologique et a besoin d'aide pour mieux prendre le sein.
- › Dans certains cas, lorsque les mamelons sont douloureux ou endommagés (**uniquement sur recommandation d'un fournisseur de soins de santé**).

Comment prendre soin d'un protège-mamelon?

- Avant d'utiliser le protège-mamelon pour la première fois, faites-le bouillir dans de l'eau et suivez les instructions du fabricant.
- Après chaque boire, lavez le protège-mamelon à l'eau chaude savonneuse et rincez-le à l'eau chaude.

- Faites bouillir le protège-mamelon une fois par jour pendant 2 minutes pour le stériliser (le désinfecter). Le protège-mamelon peut devenir trouble après avoir bouilli, mais son utilisation demeure sans danger.
- Remplacez le protège-mamelon s'il devient mince ou usé. Vérifiez chaque jour s'il y a des déchirures.
- Conservez le protège-mamelon dans un récipient propre et sec.

Comment utilise-t-on un protège-mamelon?

- Lavez-vous les mains avant chaque allaitement.
- Massez doucement vos seins et tirez le lait à la main jusqu'à ce qu'il commence à couler.
- Mouillez l'intérieur du protège-mamelon avec du lait maternel ou de l'eau chaude pour l'aider à mieux rester en place.
- Tournez le protège-mamelon presque à l'envers, de sorte que son contour ressemble au bord d'un chapeau.
- Centrez la pointe du protège-mamelon sur votre mamelon, puis faites rouler lentement les bords vers le bas sur votre aréole.
- Le mamelon doit être tiré dans la pointe du protège-mamelon. Le fait de tirer le lait à la main dans le protège-mamelon peut aider votre bébé à commencer à téter.

- Touchez doucement la lèvre supérieure de votre bébé avec la pointe du protège-mamelon (d'un coin à l'autre) jusqu'à ce qu'il ouvre grand la bouche (comme un bâillement). Ensuite, amenez votre bébé à bien prendre le sein sur le protège-mamelon en vous assurant que sa lèvre inférieure recouvre partiellement l'aréole. Il faudra peut-être quelques essais avant que votre bébé prenne le sein et commence à téter.
- Votre bébé doit être bien accroché à votre sein. Vous ne devriez **pas** voir votre mamelon sous le protège-mamelon pendant l'allaitement. Vous ne devriez pas non plus ressentir de douleur ou de pincement lorsque votre bébé tète.
- Laissez votre bébé boire aussi longtemps qu'il le souhaite. Assurez-vous de voir les mouvements de sa mâchoire et de l'entendre avaler pendant l'allaitement. Lorsque votre bébé a terminé le premier côté, répétez les étapes sur l'autre sein.
- Vous devriez voir du lait maternel dans la pointe du protège-mamelon après chaque tétée.

Choses à retenir

- **Pour améliorer votre production de lait, pompez au moins quatre à six fois après les boires, jusqu'à ce que votre production de lait soit bien établie.** Puis, petit à petit, arrêtez de tirer votre lait au fur et à mesure que vous en serez capable.
- Il est important de vérifier que les couches de votre bébé sont mouillées et sales pour vous assurer qu'il boit suffisamment de lait. Au 5^e jour, il devrait avoir au moins six couches épaisses et humides et au moins deux à trois selles molles (caca) de couleur jaunâtre chaque jour.
- Votre bébé devra être suivi de près par votre fournisseur de soins de santé pour s'assurer qu'il prend suffisamment de poids.
- Il se peut que vous produisiez moins de lait lorsque vous utilisez un protège-mamelon. Commencez à tirer du lait manuellement ou augmentez la quantité après chaque allaitement si vous remarquez une baisse de la production de lait. Si vous avez des questions ou des inquiétudes, consultez votre fournisseur de soins de santé.
- **N'oubliez pas qu'il est important d'apprendre à votre bébé à se passer du protège-mamelon le plus tôt possible.**

Questions?

Clinique postnatale, Hôpital d'Aberdeen

Téléphone : 902-752-7600, poste 2530

Santé publique

Téléphone : 902-752-5151

Vous avez des questions? N'hésitez pas à les poser. Nous sommes là pour vous aider.

Vous avez besoin d'autre information sur des questions de santé?

Vous trouverez la présente publication et toutes nos autres ressources à l'intention des patients à <https://library.nshealth.ca/PatientEducation> (en anglais seulement). Communiquez avec la bibliothèque publique de votre région pour obtenir des livres, des vidéos, des magazines et d'autres ressources. Pour plus d'information, allez à <http://library.novascotia.ca/fr>. Vous pouvez parler à une infirmière autorisée en Nouvelle-Écosse en tout temps, en composant le 8-1-1. Vous pouvez aussi consulter le <https://811.novascotia.ca/?lang=fr>. Pour découvrir d'autres programmes et services offerts dans votre collectivité, composez le 2-1-1 ou allez à <http://ns.211.ca> (en anglais seulement).

La Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse fait la promotion d'un environnement sans fumée, sans vapeur et sans parfum. Nous vous remercions de ne pas porter ni utiliser de produits parfumés.
www.nshealth.ca

*Préparation : Services de santé maternelle et infantile, Hôpital d'Aberdeen en consultation avec l'Initiative Amis des bébés, © Comité canadien pour l'allaitement
Conception : Services de la bibliothèque de la Régie*

Les renseignements contenus dans la présente publication sont fournis uniquement à titre d'information et d'éducation. Ils ne remplacent pas les conseils médicaux ou les soins de santé offerts par un professionnel de la santé. Si vous avez des questions, veuillez communiquer avec votre fournisseur de soins de santé.

FF85-2186 © Juin 2020 Régie de la santé de la Nouvelle-Écosse

Les renseignements contenus dans la présente publication sont mis à jour tous les trois ans ou au besoin.