ASTUCES POUR
LES MAMELONS DOULOUREUX

1 LES PREMIERS JOURS

C'est très commun de ressentir de la douleur ou une sensibilité aux mamelons les premiers jours de l'allaitement. Cette sensibilité devrait diminuer au cours de la tétée et au cours de la première semaine.

Une douleur qui persiste ou augmente ne doit pas être tolérée. Il faut trouver la cause et soigner les mamelons rapidement.

Pour en savoir plus, **consultez une IBCLC ou autre professionnel de l'allaitement** pour vous aider à trouver la cause et les solutions.

Nourri-Source
LAURENTIDES

ASTUCES POUR
LES MAMELONS DOULOUREUX

2 LA CAUSE PRINCIPALE DE **LA DOULEUR**

C'est une prise peu profonde et une tétée inefficace.
Commencez par assurer une prise du sein profonde
et améliorer la tétée.

Si après correction de la prise du sein, vous ressentez toujours une douleur intense, ou si vous avez des craquelures ou des saignements aux mamelons, demandez de l'aide !

Pour en savoir plus, **consultez une IBCLC ou autre professionnel de l'allaitement** pour vous aider à trouver la cause et les solutions.

Nourri-Source
LAURENTIDES

ASTUCES POUR
LES MAMELONS DOULOUREUX

3 LES CAUSES D'UNE DOULEUR PERSISTANTE

Les causes peuvent être soit des problèmes anatomiques, de l'infection, des tensions musculaires de la mère ou du bébé, ou autre.

Les crevasses, les saignements ou toute autre lésion du mamelon ne sont pas normaux - quelque chose cause les dégâts et la douleur.

Pour en savoir plus, **consultez une IBCLC ou autre professionnel de l'allaitement** pour vous aider à trouver la cause et les solutions.

Nourri-Source
LAURENTIDES