

Extracció, transport i conservació de la llet materna en el nen hospitalitzat

Avantatges de l'extracció de la llet materna:

- Permet congelar-la en cas d'excés de llet.
- Permet alimentar al seu fill en cas d'ingrés, si no pot estar tot el dia, o en cas d'incorporar-se a la feina, augmentant així, el temps d'alletament.
- Permet alimentar al seu fill amb llet materna, quan no es pot agafar encara al pit o te una succió dèbil o escassa.

Procediment d'extracció.

L'Hospital li proporciona uns kits d'ús individual d' un sol ús, que s'adapten al nostre extractor. Poden fer-los servir per un període de 2 dies. Per a la seva utilització ha de seguir els següents passos:

1. Rentar-se les mans.
2. Adaptar el kit a l'extractor.
3. Procedir a l'extracció ajustant la força de succió com li ha ensenyat el nostre personal
4. Ha d'estimular 10 minuts cada mama.
5. Retirar l'èmbol del biberó, i proporcionar al nadó la llet extreta, o bé guardar-la a la nevera.
6. Rentar amb aigua i sabó el material, i assecar correctament la zona. No necessita esterilització.



Extracció manual:

Primer estimular el pit:

- ✓ Fer massatge de forma circular, com si girés el pit
- ✓ Pressionar: de la perifèria en direcció al mugró
- ✓ Pressionar després amb els dits, com si caminés sobre el pit també en direcció al mugró
- ✓ Pressió suavitzant intermitent pressionar amb dos dits la arèola durant cinc segons i tot seguit deixar anar. Repetir aquest moviment al voltant de tota l'arèola



Per més informació sobre la tècnica d'extracció manual de llet descarregui el **qr**:



Com guardar la llet a l'hospital?

Si no ha de usar-la de forma immediata, identificar el recipient i lliurar al personal de la unitat, per guardar a la nevera.

Pot romandre a la nevera entre 24-48h. Si no preveu usar-la en aquest interval, s'haurà congelar en un congelador de quatre estrelles durant un període màxim de 3-4mesos. Per congelar ha d'omplir el biberó de vidre o bossa com a màxim 3/4 parts. Així deixarem espai a una possible expansió.

La llet, descongelar-la a la nevera. La seva durada, una vegada descongelada, és de 24 hores. La llet materna s'ha d'escalfar al bany maria.



Què fer amb la llet extreta a casa?

Identificar-la, guardar-la en la zona més freda de la nevera i portar a l'hospital abans de 24 hores, sinó congelar-la. Per portar-la a l'hospital transportar en una nevera portàtil amb diversos acumuladors de fred.

Amb quina freqüència s'ha d'extreure la llet?

En les dues primeres setmanes durant el dia cada 3h i a la nit cada 4h. Posteriorment pot anar espaïant les extraccions nocturnes.

Els primers 2-3 dies, només ha de recollir unes gotes de llet anomenada calostre. Aquesta és rica en elements d'immunitat, sent molt beneficiosa.

Quan augmenti la producció cal extreure la llet fins que buidi totalment el pit.

Què puc fer per augmentar la producció?

Seguir una dieta variada, ingerir prou líquid, mantenir períodes de descans.

Quan s'estimuli tingui a prop al nen o sinó una fotografia, roba, etc ..., per relaxar-se i concentrar-se en ell durant l'extracció.

La dona que dona el pit pot prendre medicació?

Pocs medicaments afecten la lactància. No obstant això, si pren algun medicament, consulti amb el seu metge.

Quan s'ha de sol·licitar ajuda?

Si presenta dolor al pit, o quan s'extreu la llet, i / o envermelliment al voltant de l'arèola acompanyat de febre, consulti al seu metge.

També pot consultar amb grups de suport a la lactància. Al nostre centre disposem del grup ESPAI DE MARES. **Per consultar horaris de reunió:**



Alba lactància materna. Barcelona. Mamas alletament matern de Sabadell. Mamimamo. Cerdanyola del Vallès. Mardellet. Ripollet Gamma. Sant Cugat Sesgarrigues Acaronar. Terrassa. Dodemare. Terrassa.

www.albalactanciamaterna.org
mamasalletamentmatern.blogspot.com
mamimamo.cerdanyola@yahoo.es
mardellet@grupslactancia.org
gamma@grupslactancia.org
acaronar@acaronar.com
dodemara@grupslactancia.com

app lactancia materna de la Asociación Española de pediatría



Per qualsevol dubte o consulta
truqui al 93 5656 000

