

Conduits lactifères obstrués ou bouchés

Le terme « conduit lactifère obstrué » désigne une congestion d'un conduit mammaire qui empêche le lait de s'écouler du sein vers le mamelon. Cette situation peut causer :

- une zone sensible avec rougeur ou sensation de chaleur localisée;
- une bosse douloureuse;
- le gonflement d'une zone du sein.

Il arrive que les cellules qui produisent le lait forment des bosses. Normalement, celles-ci diminuent lorsque vous allaitez votre bébé. La bosse formée par un conduit obstrué ou bouché est différente. Elle ne disparaît pas avec l'allaitement. Ce problème ne touche habituellement qu'un des deux seins et une seule zone dans ce même sein. Vous ne sentirez peut-être pas de douleur au début, mais si le problème n'est pas réglé, il peut devenir douloureux. Si l'obstruction n'est pas éliminée, vous pourriez développer une infection du sein que l'on appelle mastite.

Causes de l'obstruction d'un conduit lactifère

- Le bébé ne tire pas suffisamment de lait d'un sein en raison d'une mauvaise position d'allaitement ou d'une mauvaise succion.
- Le nombre de tétées change soudainement à la baisse, ce qui provoque un reflux de lait dans un des seins ou dans les deux.
- La mère n'offre qu'un sein pour quelques tétées au lieu des deux.
- Le soutien-gorge ou le porte-bébé est porté trop serré.
- La pression de vos doigts sur le sein pendant que vous donnez la tétée.
- La pression d'un sac à main ou d'un autre objet passant en travers de la poitrine.
- La fatigue, le stress ou la faiblesse.



Que faire?

- Allaitiez fréquemment votre bébé, au moins aux deux heures, en commençant par le sein dont un conduit est obstrué. Commencez chaque séance d'allaitement par ce sein jusqu'à ce que la bosse et la douleur aient disparu. Les bébés tètent avec plus de vigueur lorsqu'ils ont faim, cela peut aider à régler le problème.
- Essayez d'allaiter votre enfant dans différentes positions pour aider à l'écoulement du lait hors des différentes zones du sein.
- Massez doucement mais fermement le sein juste au-dessus de la zone sensible en direction du mamelon avant et pendant que vous allaitez.
- Appliquez de la chaleur humide sur le sein.
- Prenez une douche ou un bain chaud et massez le sein sensible pour favoriser l'écoulement du lait.
- Buvez davantage de liquides.
- Si le blocage est dans le mamelon, immergez-le dans de l'eau tiède pour enlever le lait séché.
- Retirez votre soutien-gorge s'il est trop serré.
- Assurez-vous de vous reposer quand votre bébé dort et demandez à d'autres membres de la famille de vous aider à accomplir les tâches ménagères ou à prendre soin des autres enfants.
- Surveillez les signes d'infection mammaire, également appelée mastite : frissons, fièvre et douleur. Il est important de traiter une mastite aussi rapidement que possible.

Si vous remarquez ces signes et si une bosse ne semble pas disparaître, vous devriez communiquer avec votre professionnel de la santé. Pour en savoir plus sur la mastite, rendez-vous à l'adresse www.meilleurdepart.org/resources/allaitement/pdf/Infection_mammaire_mastite.pdf.