




**Banque
de lait
belge**



**Petit guide
pour un don réussi**

 **Citadelle**
Hospital

 **CHU**
de Liège




Le lait maternel est un aliment essentiel à la nutrition des nouveau-nés.

Ses qualités immunologiques et nutritives permettent d'accompagner au mieux des bébés prématurés ou fragiles et de faciliter leur début dans la vie.

C'est un véritable médicament pour ces enfants.

Vous avez rempli le questionnaire médical et le consentement, vous avez réalisé la prise de sang pour le dépistage sérologique et vous remplissez toutes les conditions pour devenir donneuse. Vous pouvez commencer à tirer votre lait pour le donner à la banque. Nous vous remercions pour votre générosité.





Quand et comment tirer son lait ?

En fonction de votre organisation, il y a plusieurs possibilités :

- 💧 Si vous ne donnez qu'un sein à chaque tétée et vous pouvez recueillir, le matin par exemple, le lait du côté non donné pour éviter l'engorgement.
- 💧 Si vous alimentez votre enfant au biberon avec du lait maternel tiré, vous pouvez donner l'excédent de lait par rapport aux besoins de votre enfant.
- 💧 Si votre bébé commence à dormir plus longtemps la nuit, vous pouvez tirer une fois pour vous permettre de soulager vos seins engorgés car non sollicités pendant plusieurs heures.
- 💧 Si tout simplement votre bébé ne tète pas la totalité du lait du sein, vous pouvez recueillir du lait après la tétée. Il suffit parfois d'essayer le recueil au tire-lait pour savoir si un excédent est présent à la fin d'une tétée.





L'hygiène

Merci d'avance
de respecter ces
règles d'hygiène
pour nos bébés
fragilisés

Les conditions d'hygiène du recueil de votre lait sont essentielles pour garantir la qualité et la sécurité du don. Si une analyse microbiologique de lait ne répond pas aux exigences d'hygiène, le lait ne peut malheureusement pas être donné aux nouveau-nés receveurs.

Hygiène des mains

Avant la récolte de votre lait, bien se laver les mains.

A chaque nouvelle manipulation, se passer les mains à l'alcool.



Mains NON souillées

COMMENT SE DÉSINFECTER
LES MAINS avec une solution
hydroalcoolique ?



Appliquez le produit dans le creux de la main pour couvrir l'ensemble des mains



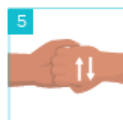
Frictionnez les mains
paume contre paume



Frictionnez la paume de la main droite
sur le dos de la main gauche et la
paume de la main gauche sur le dos de
la main droite



Frictionnez la paume de votre
main droite sur le dos de votre
main gauche en entrelaçant vos
doigts et vice versa



Placez la face arrière des doigts
dans la paume de la main
opposée et frictionnez les doigts
par un mouvement aller/retour
contre cette paume



Frictionnez bien le pouce
de chaque main avec la
paume de l'autre main



Frictionnez le bout des
doigts de chaque main en
tournant dans la paume de
l'autre main



Rincez vos
mains à l'eau



Séchez vos mains
avec une serviette à
usage unique



Fermez le robinet
avec la serviette

Mains souillées

COMMENT SE LAVER
LES MAINS avec du savon
et de l'eau ?



Humidifiez
vos mains
avec de l'eau



Prenez une quantité de
produit suffisante pour
couvrir l'ensemble des mains



Hygiène corporelle

Une douche quotidienne au savon doux est recommandée.
Sécher le corps à l'aide d'une serviette propre.

L'utilisation de toute lotion corporelle, parfum ou autre produit parfumé sur la poitrine est à éviter.

Le changement du soutien-gorge doit être journalier.

Les compresses d'allaitement doivent être remplacées après chaque tétée ou extraction.



Stérilisation du matériel

Après chaque utilisation :

- 💧 Démonter et rincer toutes les pièces du set tire-lait (à l'exception du tuyau) à l'eau froide.
- 💧 Les nettoyer avec du produit vaisselle et de l'eau chaude (si vous utilisez un goupillon, veillez à ce qu'il soit réservé uniquement à cet usage).
- 💧 Une fois le set nettoyé, faire bouillir toutes les pièces pendant 10 minutes dans une grande casserole en faisant attention à ce que toutes les pièces soient bien recouvertes d'eau, ou utiliser un appareil de stérilisation prévu à cet effet.
- 💧 Poser le set sur un support propre.
- 💧 Sécher les pièces avec un drap propre.
- 💧 Une fois que toutes les pièces sont sèches, placez-les dans une boîte de rangement avec un couvercle.
- 💧 Nettoyer la boîte et le goupillon au produit vaisselle et à l'eau chaude tous les jours. Les sécher et les conserver dans un endroit propre.



Alimentation et hydratation

Vous n'avez pas de régime alimentaire particulier à suivre durant l'allaitement ou le don de lait.

Comme pendant la grossesse, il est important d'avoir une alimentation équilibrée et variée.

Il est conseillé de boire environ 1.5 litre d'eau par jour, seule boisson indispensable.

Attention au thé, au café et aux boissons tonifiantes : une partie de leurs composants passe dans le lait. Cependant, 1 à 3 tasses de thé ou café par jour reste acceptable.


Alcool

La consommation d'alcool n'est pas compatible avec la période du don.

Tabac – Substituts de nicotine – Drogues – Cannabis et CBD

Le tabac ainsi que les substituts de nicotine, les drogues, le cannabis sous toutes ses formes et le CBD ne sont pas compatibles avec le don de lait.





Stérilisation du matériel

Le recueil du lait

Il se fait avec vos téterelles stérilisées, sur un plan de travail propre après lavage soigneux des mains.

La banque de lait fournit des biberons stériles à usage unique (120 ml ou 240 ml).

Lors de l'ouverture du biberon, de son remplissage et de sa fermeture, veuillez à ne pas toucher l'intérieur du couvercle, du goulot ou de la bouteille.

Si toutefois les contenants de la banque de lait ne sont pas compatibles avec votre tire-lait, le lait devra être transvasé dans ces derniers. La quantité de lait ne doit pas dépasser les graduations du biberon.

Etiqueter chaque biberon avec une étiquette nominative fournie par la banque de lait en complétant les informations demandées sur chaque étiquette (nom, dates d'extraction et quantité).

Si vous souhaitez mettre plusieurs recueils de lait dans un même contenant :

- 🔹 Placer le 1er recueil au réfrigérateur.
- 🔹 Utiliser un nouveau biberon pour le recueil suivant puis le placer au réfrigérateur.
- 🔹 Additionner les deux recueils réfrigérés en fin de journée.
- 🔹 Ne jamais ajouter le lait fraîchement recueilli dans un biberon de lait réfrigéré.

En fonction des disponibilités, la banque de lait peut vous fournir un tire-lait.

Conservation

Le lait recueilli sera placé le plus rapidement possible au congélateur à une température $< -18^{\circ}\text{C}$ pour une durée de 2 mois maximum avant d'être acheminé vers la banque de lait.



Collecte du lait à votre domicile

Un agent de la banque de lait vient régulièrement collecter le lait maternel congelé à votre domicile.

Lorsque vous avez au minimum 1 litre de lait congelé, vous pouvez prendre contact avec la banque de lait pour organiser la collecte à votre domicile. A cette occasion, nous vous demandons de compléter la fiche de liaison permettant d'écarter une éventuelle contre-indication au don, dans le souci de protection du nourrisson receveur (maladie, prise de médicaments éventuelles...).





Le devenir ?

Les biberons de lait récoltés au domicile des donneuses sont stockés à la banque de lait.

Des échantillons de lait de chaque don sont testés pour détecter la présence de bactéries. Les contenus de plusieurs biberons sont ensuite mélangés pour former un pool, anonymisé et identifié par un numéro.

Le lait est analysé pour connaître sa composition nutritionnelle, puis il est pasteurisé c'est-à-dire qu'il subit un traitement par la chaleur pour éliminer les microbes. Les biberons de lait de don sont par la suite stockés dans les congélateurs de la banque de lait.

Ce lait est ensuite préparé en biberonnerie pour être administré aux nouveau-nés hospitalisés en néonatalogie ou acheminé vers d'autres hôpitaux. L'identité des donneuses est toujours traitée de manière confidentielle et reste anonyme pour les parents des enfants receveurs.

Une maman allaitante a besoin de repos : pensez à vous ménager des temps de pause en suivant le plus possible le rythme de votre bébé.



Notes:

.....

.....

.....

.....

.....



Infos pratiques



Tél: 04 321 73 51



banquedelait@citadelle.be



du lundi au vendredi, entre 7h30 et 15h30;
le weekend, entre 8h et 11h



Hôpital de la Citadelle,
Route A 538



**Banque
de lait
belge**