

L'allaitement est le meilleur départ pour vous et votre bébé. Vous vous posez des questions ou vous avez des difficultés ? Vous sentez-vous un peu dépassée ? Ne restez pas seule. Vous trouverez de l'aide auprès d'une Consultante en Lactation.

Vous aimeriez peut-être savoir ce qui se passe lors d'une consultation d'allaitement. La plupart du temps, vous rencontrerez la Consultante à son bureau. Elle y a tous les matériels (tire-lait, balance et autres), documents et vidéos utiles. Dans certains cas elle pourra se déplacer chez vous.

Les consultations peuvent se faire en français ou en anglais. Les documents ou les liens que la Consultante vous conseillera à l'issue de la consultation peuvent également être dans l'une ou l'autre langue.

Il existe différents type de consultations. Il peut s'agir d'une rencontre pour préparer l'allaitement, d'une consultation pour résoudre une difficulté ou faire le point sur un allaitement en cours. La préparation de la reprise du travail peut également faire l'objet d'une entrevue. Ces rencontres durent en général 90 minutes. Le secrétariat de la Consultante vous renseignera sur les différents tarifs pratiqués.

Qu'allez-vous apprendre lors d'une rencontre pour préparer l'allaitement ?

- Comment savoir quand le bébé veut téter.
- Comment allaiter.
- A quoi s'attendre à l'hôpital puis au retour à la maison.
- Comment savoir si le bébé reçoit suffisamment de lait.
- Comment garder une production de lait abondante.
- La façon d'éviter les difficultés.
- Les signes qui indiquent que vous avez besoin d'aide.
- Comment continuer à allaiter après le retour au travail ou la reprise des études.
- Quand et comment commencer à donner d'autres aliments à votre bébé.

Que va-t-il se passer lors d'une consultation au cabinet lors la prise en charge d'un problème d'allaitement ?

La Consultante en lactation vous demandera vos nom, adresse, téléphone et la date de naissance du bébé. Elle vous posera ensuite des questions pour établir un «historique médical» afin de vous aider au mieux.

La Consultante en lactation peut également vous demander des informations sur :

- Votre santé et celle du bébé.
- L'histoire médicale de votre famille.
- La grossesse et la naissance.
- Le poids de naissance du bébé et les autres poids en votre possession.
- Combien de couches le bébé mouille ou souille chaque jour et de quoi elles ont l'air.
- Quelles sont vos inquiétudes ou vos questions.

Durant la consultation, la Consultante en Lactation va :

- Vérifier l'apparence du bébé et sa façon de se comporter.
- Regarder vos seins et vos mamelons.
- Regarder le bébé téter et vous aider à vous installer si nécessaire.
- Vous aider à repérer si le bébé prend correctement le sein et tète efficacement.
- Vous montrer comment régler tout problème d'allaitement.
- Vous donner des instructions écrites pour vous aider à la maison.
- Vous dire comment l'appeler en direct si vous avez besoin de plus aide ou si vous avez des questions.
- Vous donner le numéro de téléphone d'une association qui soutient les mères qui allaitent située dans votre secteur.

La Consultante en Lactation peut aussi :

- Mettre un doigt dans la bouche du bébé pour évaluer sa succion et ses structures buccales.
- Peser le bébé nu pour avoir un poids précis.
- Peser le bébé avant et après la tétée pour voir ce qu'il mange.
- Vous demander de tirer du lait après que le bébé a tété pour savoir combien il reste de lait dans les seins.

Il faudra rappeler la Consultante en Lactation si :

- ... la situation ne semble pas s'améliorer
- ... un autre problème survient
- ... vous vous rendez compte que vous n'arrivez pas à effectuer le programme de soins pour lequel vous aviez opté
- ... vous avez des questions

D'après le feuillet ILCA's Inside Track "What to expect when you see a lactation consultant".