

Mesures d'hygiène en cas de muguet



Ces mesures d'hygiène peuvent aider le muguet ou la candidose mammaire à disparaître plus rapidement et à prévenir la contamination des autres membres de la famille :

- Lavez vos mamelons et vos aréoles à l'eau après chaque tétée et séchez-les bien.
- Laissez vos seins à l'air libre le plus possible.
- Changez régulièrement vos compresses d'allaitement, surtout lorsqu'elles sont humides.
- Lavez vos soutiens-gorge fréquemment et à l'eau chaude.
- Lavez fréquemment vos mains (après les changements de couche, après chaque tétée, etc.) avec de l'eau chaude savonneuse.
- Lavez tous les objets qui entrent en contact avec la bouche de bébé (tétines, sucres, brosses à dents, compte-gouttes pour la vitamine D, jouets, etc.) dans l'eau bouillante pendant 10 minutes tous les jours.
- Lavez à l'eau chaude vos vêtements et les vêtements de bébé, les serviettes, les débarbouillettes ou autres tissus qui entrent en contact avec sa bouche ou avec vos seins.
- Si vous utilisez un tire-lait, faites bouillir toutes les pièces qui sont en contact avec le lait pendant 10 minutes tous les jours.

Lait maternel

Si vous tirez votre lait pendant que bébé a le muguet ou que vous avez une candidose mammaire :

- Donnez le lait tiré à bébé le jour même et jetez les surplus.
- Ne congelez pas votre lait.

Consultez un.e professionnel.le de la santé pour obtenir un traitement approprié en cas d'inconfort ou de difficulté d'allaitement ou si bébé présente d'autres symptômes que des taches blanches dans la bouche.

