

Expression fréquente

[Qu'est-ce qu'une] expression fréquente ?

L'expression est dite fréquente lorsqu'elle a lieu au moins 8 fois par 24 heures, y compris la nuit, ce qui laisse une période maximale de 5 heures entre les séances d'expression. Cela permet aux mères d'exprimer la quantité de lait nécessaire à leur nourrisson.¹

Lorsque le nourrisson n'est pas en mesure de téter, il est nécessaire d'accompagner la mère à exprimer fréquemment.

[Pourquoi] l'expression fréquente est-elle importante ?

Au cours des premiers jours après la naissance, stimuler fréquemment les seins par la succion du bébé ou à l'aide d'un tire-lait^{2,3} permet d'augmenter les concentrations hormonales et favorise la fermeture des jonctions cellulaires entre les lactocytes et le passage à l'activation de la sécrétion au bout de 72 heures (ce que l'on appelle la montée de lait).^{4,5}

Si le lait continue d'être exprimé fréquemment (au moins 8 fois par 24 heures), au bout de 14 jours, les seins sont prêts à amplifier les quantités et à poursuivre la production de lait, ce qui permet aux mères d'obtenir une production de lait adéquate.¹

[Comment] la mettre en place ?

Élaborer/revoir des protocoles d'expression qui :

- | | | | |
|---|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> accompagnent les mères dont les nourrissons ne peuvent pas du tout téter à exprimer leur lait au moins 8 fois par 24 heures à l'aide d'un tire-lait de qualité médicale ¹ | <input type="checkbox"/> garantissent que les mères sont informées et aidées dans l'utilisation de tételles à la bonne taille et dans l'application de massage des seins avant, pendant et après la séance d'expression ⁷ | <input type="checkbox"/> indiquent de remettre aux mères un journal d'expression pour consigner les expressions et la quantité de lait quotidiennes ^{1,3} | <input type="checkbox"/> forment régulièrement le personnel hospitalier sur l'importance et le mécanisme de l'évolution de la production de lait |
| <input type="checkbox"/> recommandent la double expression pendant au moins 15 minutes ^{1,6,7} | <input type="checkbox"/> indiquent qu'il est nécessaire de conseiller les mères sur la manière d'obtenir un tire-lait double de qualité médicale pour exprimer leur lait à la maison ⁸ | <input type="checkbox"/> fournissent aux mères un accompagnement à la lactation adapté en unité de soins intensifs néonatale | <input type="checkbox"/> mettent en place des changements potentiels dans les stratégies du personnel hospitalier qui peuvent être nécessaires pour lever les obstacles ¹ |
| <input type="checkbox"/> informent toutes les mères qu'il est important pour la production de lait d'exprimer leur lait au moins une fois entre minuit et 07 h 00 ¹ | | <input type="checkbox"/> garantissent le suivi quotidien des expressions pendant les 14 premiers jours critiques, puis deux fois par semaine ou lorsque nécessaire ^{1,3} | <input type="checkbox"/> fournissent un accès aisé à des tire-laits, des sets pour tire-lait personnels et des coupelles recueil-lait dans tous les services concernés de la maternité afin de favoriser l'expression fréquente ¹ |

[Comment] contrôler ?

Stratégies de mesure des bonnes pratiques :

- Relever le nombre total de séances d'expression en 24 heures.
- Relever et analyser les raisons de l'absence d'expression ou d'une modification de la fréquence d'expression.¹
- Consigner tout plan d'action supplémentaire pour la lactation nécessaire/toute recommandation mise en place.

Le contrôle mensuel des consignations :

- Souligne les progrès récents et motive à poursuivre des mesures d'amélioration de la qualité au sein de l'organisation.
- Met en évidence les changements nécessaires et facilite la mise en place au bon moment d'une formation continue du personnel afin d'améliorer la pratique clinique de manière permanente.
- Permet d'identifier et de lever les obstacles.