

Aspect du lait maternel

Le lait maternel n'étant pas homogénéisé, après réfrigération ou congélation de celui-ci, ses constituants se séparent, la crème surnage et le reste du lait ressemble à de l'eau, ceci est normal ! Il suffit d'agiter doucement le récipient avant de donner le lait au bébé.

- La couleur du lait peut varier « allant du reflet vert au reflet jaune », ceci est aussi normal. La couleur change en fonction de ce que la maman mange.

- Certains laits peuvent avoir une odeur de savon, sans aucun effet néfaste pour l'enfant. Pour y palier, la mère pourra faire chauffer son lait, juste après l'avoir tiré à 70° (premiers frémissements), cette odeur disparaîtra ; elle est due à la lipase contenue dans le lait maternel.

Transport

Si nécessaire, vous pouvez transporter un biberon de lait maternel froid. Mettez le dans une glacière ou dans un sac isotherme avec un pack de réfrigération pour garantir une température à 4°C. N'excédez pas 1 heure de transport. Le lait doit être remplacé dans le réfrigérateur à 4°C à l'arrivée.

Données AFSSA
(agence française de sécurité sanitaire des aliments)



LAIT TENDRE
Association
d'aide à l'allaitement



CONSERVATION DU
LAIT MATERNEL

03 85 32 59 19

Association Lait-Tendre : Siège Social : 71700 Tournus 03 85 32 59 19
www.lait-tendre.com

Action financée par la Caisse d'Assurance Maladie de Saône-et-loire.



CONSERVATION DU LAIT MATERNEL

Recueil du lait :

Il ne faut jamais mélanger du lait chaud que vous venez de tirer avec du lait froid venant du frigo (Attendre que les deux laits soient à la même température).

Conservation de lait maternel frais au réfrigérateur

- Le biberon ou récipient doit être stocké au réfrigérateur dans la partie la plus froide (pas dans la porte) à une température de + 4°C. Il peut être conservé 48h au réfrigérateur après le premier recueil, s'il doit être conservé plus de 48 heures, congelez-le à -18 °C.

- Chaque biberon doit porter une étiquette avec la date et l'heure du premier recueil de lait ; ajouter le nom de l'enfant si le lait maternel doit être donné en dehors du domicile.

- Attention les temps de conservation ne sont pas cumulatifs !

Conservation de lait maternel congelé

- Le lait tiré doit d'abord être refroidi dans le frigo (pendant 24h) et il doit être congelé pas plus de 48h après la première expression.

- Le lait maternel peut se garder congelé pendant 4 mois.

- Il peut se stocker soit dans un biberon rempli aux 3/4, soit dans un sac à glaçon ; cela permet ensuite de décongeler seulement des petites quantités (les sacs à glaçons n'étant pas tous de même volume le mesurer avant, en congelant un glaçon d'eau) là aussi, il doit comporter une étiquette avec la date et l'heure du premier recueil de lait ; la date de congélation et le nom de l'enfant si le lait maternel doit être donné en dehors du domicile.

Du lait décongelé et non réchauffé peut se conserver 24h au réfrigérateur. Ne pas le recongeler.

S'il n'est pas consommé dans les 24 heures, il doit être jeté.

Décongélation et réchauffage du lait maternel

- On utilisera toujours le biberon ou le sac à glaçons contenant le lait congelé ayant la date la plus ancienne.

- Pour décongeler du lait maternel, vous pouvez soit le placer au réfrigérateur au moins 6 heures avant l'heure prévue pour la consommation, soit le décongeler sous un robinet d'eau froide en ajoutant progressivement de l'eau chaude ou dans un bain marie d'eau tiède.

- Du lait frais réfrigéré doit être réchauffé au bain marie tiède ou au chauffe biberon thermostat 1.

- Des petits volumes (60 à 120 ml) seront plus faciles à réchauffer et éviteront le gaspillage.

- Ne jamais utiliser de micro-onde, ou un bain marie d'eau bouillante pour réchauffer le lait, ceux-ci détruisent certains composants du lait humain.

Un biberon de lait maternel frais ou décongelé, en partie consommé par l'enfant, doit être donné dans l'heure qui suit.