

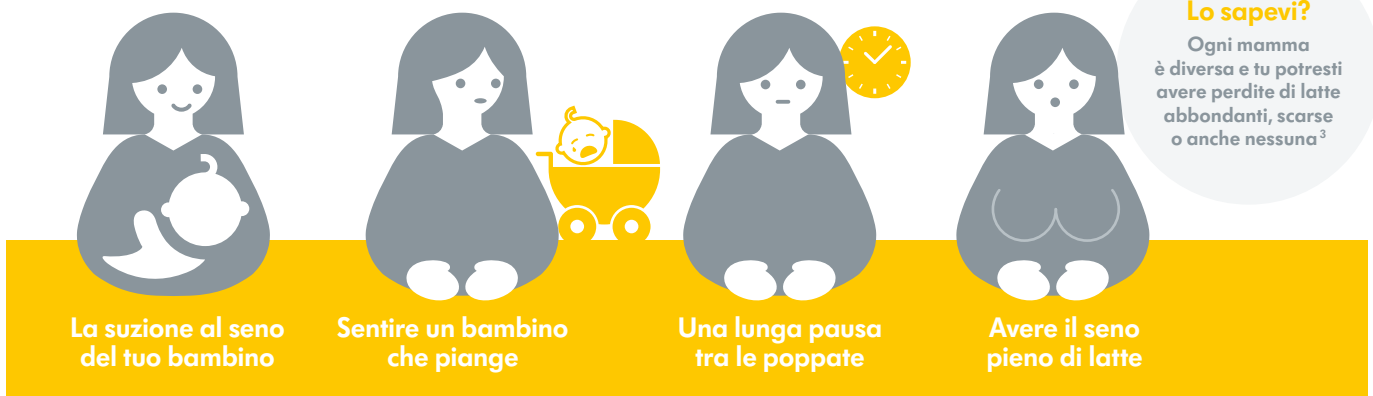
Perdite di latte dal seno: cosa è importante sapere

Perché il mio seno perde latte?

Mentre stai allattando il tuo bambino, ti può capitare di notare delle perdite di latte dall'altro seno. Si tratta di un evento assolutamente normale causato dal riflesso ossitocinico (detto anche riflesso di eiezione del latte), che funziona così: la suzione del bambino induce il rilascio dell'ormone ossitocina nel tuo corpo. L'ossitocina agisce sui muscoli che circondano le piccole sacche nel tuo seno, dove si raccoglie il latte, in modo che lo espellano o "eroghino".¹

Questo riflesso non si attiva unicamente durante l'allattamento: potresti scoprire con sorpresa che il tuo seno perde o schizza latte quando senti il tuo bambino piangere, o anche solo se stai pensando a lui, a qualsiasi ora del giorno o della notte. Le perdite sono spesso più consistenti nelle prime settimane dopo il parto, perché il tuo seno potrebbe produrre più latte di quanto il tuo piccolo ne richieda e di quando poi sarete più affiatati nell'allattamento.²

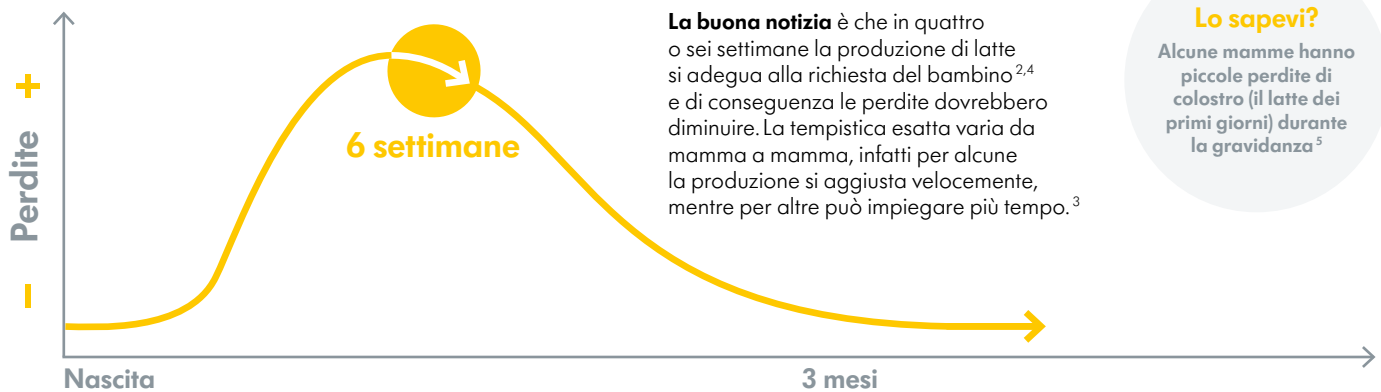
Tra i fattori scatenanti l'emissione e le perdite vi sono²



Lo sapevi?
Ogni mamma è diversa e tu potresti avere perdite di latte abbondanti, scarse o anche nessuna³

- La suzione al seno del tuo bambino
- Sentire un bambino che piange
- Una lunga pausa tra le poppate
- Avere il seno pieno di latte

Quando diminuiranno le perdite di latte?



Cosa posso fare?

Per fortuna, ci sono delle soluzioni per gestire le perdite. Anche se non puoi controllare i riflessi del tuo corpo che sono normali e naturali, puoi certamente diminuire il loro impatto! Ecco i nostri tre consigli principali per aiutarti a sentirti preparata e a tuo agio, sia in casa che quando hai impegni fuori.



Allatta

Allattare spesso il tuo bambino, a richiesta, dovrebbe aiutare a diminuire il gonfiore al seno.²



Estrai il latte

Se sei separata dal bambino, usa un tiralatte per estrarre il latte con la frequenza con cui solitamente allatti il bambino.²



Usa le coppette assorbilatte

Inserisci queste coppette all'interno del reggiseno per assorbire con discrezione eventuale latte in eccesso. Puoi scegliere tra diversi tipi, in base alla quantità delle tue perdite. Assicurati di averne sempre a portata di mano per cambiarle regolarmente.²

Ricorda: il tuo latte meraviglioso nutre e protegge il tuo bambino

Per saperne di più sulle perdite e su come funziona la produzione di latte, visita www.medela.it/perditedilatte

Bibliografia 1 Uvnäs Moberg K, Prime DK. Infant. 2013; 9(6):201-206. 2 Wambach K, Riordan J, editors. Jones & Bartlett Learning; 2016. 3 Cooke M et al. J Hum Lact 2003; 19(2):145-156. 4 Kent JC et al. Breastfeed Med. 2013; 8(4):401-407. 5 Cox DB et al. Exp. Physiol. 1999; 84(2):421-434.