

TIRALATTE: ESTRAZIONE DEL LATTE MATERNO

Il tiralatte è un apparecchio che permette di estrarre il latte materno dal seno. Esistono vari modelli di tiralatte e possono essere sia manuali che elettrici.

Il tiralatte viene utilizzato per diversi motivi: ad esempio quando un bambino non riesce ad attaccarsi adeguatamente al seno, in caso di separazione della madre dal neonato (bambino in terapia intensiva neonatale, rientro al lavoro della madre) o per stimolare il seno al fine di aumentare la produzione di latte.

Imparare ad utilizzare il tiralatte può richiedere tempo e pazienza.

È bene sottolineare che il latte che si estrae con il tiralatte non è indicativo di quanto latte può produrre la madre, ma la quantità di latte estratta dipende da vari fattori.

In genere una sessione di estrazione dura circa 20-30 minuti.

Prima di iniziare la sessione è utile stimolare il riflesso di emissione del latte, questo permetterà un'estrazione più facile e veloce. Lo stress inibisce il riflesso di emissione del latte, bisogna quindi cercare di creare un ambiente confortevole durante l'estrazione del latte. Le respirazioni profonde, le visualizzazioni, il massaggio del seno sono strategie che possono aiutare ad indurre il riflesso di emissione.

Per ottenere più latte durante l'estrazione si può ricorrere a varie strategie:

- Non guardare l'interno del contenitore del latte (per eliminare l'ansia da prestazione che va ad inibire il riflesso di eiezione).
- Utilizzare la compressione del seno nel momento in cui diminuisce il flusso del latte, comprimendo con le dita della mano a C la parte posteriore della mammella dalla quale si sta estraendo il latte.
- Massaggiare il seno durante l'estrazione o quando il flusso diminuisce. Quando il latte inizia a scendere a goccia a goccia si può interrompere l'aspirazione e massaggiare il seno e spremere manualmente del latte per provocare un nuovo riflesso di emissione.