

# Systeme de nutrition supplementaire

Un systeme de nutrition supplementaire (SNS, egalement appele « systeme d'allaitement complementaire » ou « dispositif d'aide a la lactation ») permet de fournir du lait supplementaire a un nourrisson pendant l'allaitement. Dans ce document, le terme « lait » fait reference au lait du parent, au lait d'un·e donneur·se ou a une preparation pour nourrissons.

## Pourquoi utiliser un SNS?

- Vous voulez allaiter, mais vous ne produisez pas assez de lait pour votre bebe.
- Votre bebe a besoin d'un flux plus fort pour bien coordonner et renforcer sa succion, meme si vous produisez suffisamment de lait.
- Vous voulez vivre l'experience de l'allaitement, mais votre corps produit peu ou pas de lait.
- Vous voulez que votre bebe stimule votre production de lait.
- Vous devez fournir plus de lait a votre bebe pour qu'il prenne du poids, mais vous ne voulez pas utiliser le biberon.

## Recommandations generales

- Vous pourriez demander a un·e consultant·e en lactation de verifier votre technique et de vous dire si c'est le bon moment pour utiliser un SNS.
- Pour utiliser un SNS, il faut que votre bebe ait une bonne prise et une bonne succion pour pouvoir tirer le lait dans le tube.
- Dans certains cas, il est possible d'utiliser un SNS avec un doigt propre pour aider votre bebe a ameliorer sa prise et a renforcer ou coordonner sa succion.
- Entraenez-vous a assembler, demonter et nettoyer les pieces avant l'arrivee de bebe. Vous pourrez ainsi regler les problemes techniques sans vous sentir presse·e par votre bebe affame.
- Regardez des videos pour connaitre les differents types de SNS. Vous trouverez des tutoriels sur YouTube et des videos explicatives sur les sites Web des fabricants.
- Demandez a un·e partenaire, un·e ami·e, un membre de la famille, un·e doula ou un·e consultant·e en lactation d'etre present·e chaque fois que vous allaitez. Cette personne peut vous aider a vous installer, tenir les petites mains de bebe, vous encourager et faire des ajustements pour vous.

## Il n'y a pas d'approche universelle.

Trouvez ce qui fonctionne le mieux pour vous et votre bébé.  
Soyez patient·e, et rappelez-vous que vous apprenez et grandissez ensemble.

## Types de SNS

### Systèmes maison

- Trouvez un petit tube d'alimentation que vous placerez dans un récipient de lait (voir **SNS maison** ci-dessous).
- Façon économique de déterminer si le SNS convient à votre famille.
- Simple à faire et à utiliser, et matériel facile à trouver.

### Systèmes commerciaux

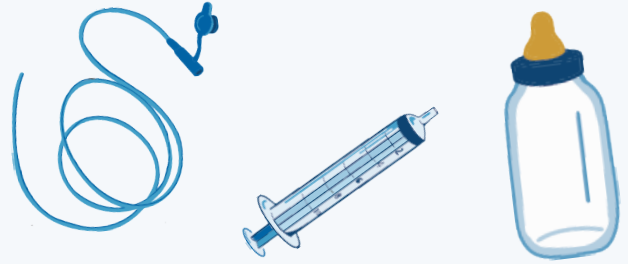
- Conceptions diverses; le contenant et le réglage du flux peuvent varier.
- Choisissez un système qui répondra à vos besoins.
- Suivez les instructions du fabricant pour l'installation et le nettoyage.



# SNS maison

## Matériel

- Tube d'alimentation de 5 ou 8 CH de diamètre (commencez avec un 5 si possible).
- Seringue, gobelet ou biberon pour contenir le lait.
- Seringue de 5 à 10 ml pour le nettoyage.



## Instructions

**1** Mettez dans le récipient la quantité de lait appropriée pour votre bébé.

**2** Placez l'extrémité du tube d'alimentation dans le récipient.

**a. Si vous utilisez un gobelet ou un biberon sans tétine :**

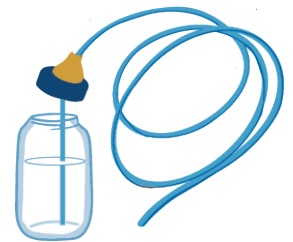
Placez l'extrémité du tube dans le lait.

**b. Si vous utilisez un biberon avec sa tétine :**

Coupez le bout de la tétine pour y faire passer le tube, en prenant soin de ne pas laisser tomber de débris dans le biberon.



Placez l'extrémité du tube dans le lait, en passant par le trou de la tétine. Vissez la tétine sur le biberon.



**c. Si vous utilisez une seringue :**

Attachez l'extrémité large du tube d'alimentation au bout de la seringue.

Retirez le piston de la seringue et versez le lait dans la seringue. Ne remettez pas le piston dans la seringue.

Vous pouvez fixer la seringue à vos vêtements avec un élastique et une épingle de sûreté, ou demander à quelqu'un de la tenir pour vous.



**3** Placez le récipient à la hauteur de la tête de bébé et assurez-vous que le tube peut atteindre confortablement votre mamelon. Ainsi, bébé ne recevra le lait que s'il tète activement.

**4** Avec l'aide de votre personne de soutien, placez le bébé à votre sein ou sur votre torse tout en tenant le tube contre votre mamelon.

## SNS maison (suite)

### Nettoyage

- Nettoyez toutes les parties du récipient à l'eau savonneuse tiède, rincez-les bien et laissez-les sécher à l'air libre.
- Utilisez une seringue de 5 à 10 ml pour nettoyer le tube, en suivant ces étapes :
  - 1 Prélavage** : Si vous utilisez du lait humain, rincez le tube à l'eau froide pour enlever les traces de gras des parois.
  - 2 Lavage** : Envoyez de l'eau savonneuse tiède dans le tube trois fois.
  - 3 Rinçage** : Envoyez de l'eau propre et froide dans le tube trois fois pour éliminer le savon.
  - 4 Séchage** : Envoyez de l'air dans le tube trois fois ou jusqu'à ce qu'on n'y voie plus de gouttelettes d'eau.
- Rangez les pièces du SNS sur une serviette propre, sur un égouttoir ou dans un récipient sans couvercle, en vous assurant que le tout est bien aéré.

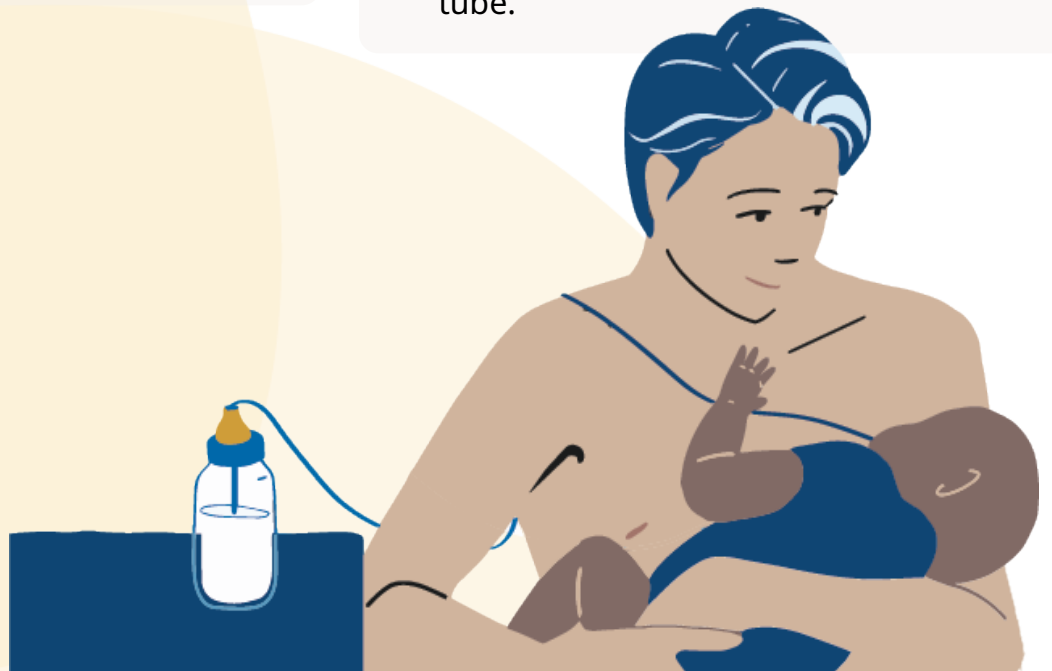
### Sécurité

#### À faire

- Remplacer le tube lorsque l'extrémité devient rigide (environ une fois par semaine).
- Toujours laisser le lait s'écouler par gravité.
- Fuir les instructions de nettoyage ci-dessus.

#### À éviter

- Ne pas couper l'extrémité du tube d'alimentation, ni utiliser un tube visiblement endommagé.
- Ne pas utiliser le piston de la seringue pour faire couler le lait plus rapidement
- Ne pas utiliser l'ébullition, la vapeur ou des produits chimiques pour stériliser le tube.



## Pour un bon ajustement de votre SNS

### La prise pour la tétée

Lorsque vous allaitez, que ce soit avec ou sans SNS, assurez-vous que votre bébé a une bonne prise pour éviter la douleur et les blessures aux mamelons. Si vous ne savez pas ce qu'est une bonne prise, parlez-en à votre prestataire de soins, votre consultant·e en lactation ou votre personne de soutien.

### Le tube

Pour savoir quand placer le tube dans la bouche de bébé, il faut connaître ses préférences. Certains bébés veulent recevoir le lait dès qu'ils s'accrochent à la poitrine, tandis que d'autres ont besoin d'être bien installés dans leur prise. Essayez différents ajustements quant au moment et à la manière pour découvrir les préférences de votre bébé.

**Si vous placez le tube avant que bébé s'accroche à la poitrine**, positionnez le tube contre votre mamelon, l'extrémité au bout du mamelon ou légèrement plus loin. Tenez le tube en place et placez votre bébé. Vous pouvez tenir le tube vous-même, demander à quelqu'un de le tenir pour vous ou le fixer avec du ruban adhésif (voir **Fixer le tube avec du ruban adhésif** ci-dessous).

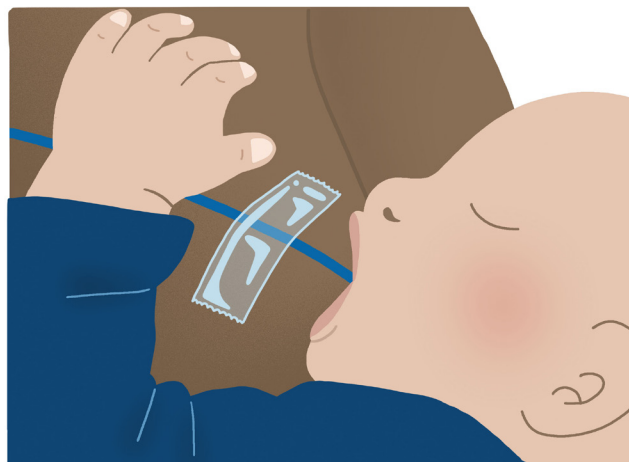
**Si vous placez le tube une fois bébé installé**, faites passer le tube le long de votre torse ou de votre poitrine et introduisez-le dans le coin de la bouche de bébé. Inclinez-le légèrement vers le palais de bébé pour qu'il repose sur sa langue.

### Placer le tube

- Placez le tube de manière à ce qu'il entre dans le coin de la bouche de bébé, ou sous votre mamelon, pour qu'il repose sur la langue de bébé.
- Évitez de le placer contre le palais de bébé pour ne pas irriter son palais mou.
- Évitez de le placer sous la langue de bébé, car cela pourrait être irritant ou bloquer le flux de lait.
- Pour obtenir des conseils personnalisés, vous pouvez parler avec un·e consultant·e.

### Fixer le tube avec du ruban adhésif

- Certaines personnes utilisent du ruban adhésif médical pour maintenir le tube en place.
- Cette technique peut vous permettre d'allaiter sans aide.
- Placez le ruban adhésif loin de la bouche de bébé pour éviter qu'il ne l'avale accidentellement.
- Cette technique peut toutefois rendre les ajustements plus difficiles si vous apprenez à utiliser un SNS.



## Ajuster le flux de lait

### Signes que le lait coule trop vite :

- Votre bébé semble en détresse, et ses yeux sont écarquillés.
- Votre bébé se retire, et le lait coule de sa bouche.

### Réduisez le débit :

- Abaissez le contenant sous la tête de bébé.
- Pincez le tube délicatement.
- Si possible, utilisez un tube plus petit.

### Signes que le lait coule trop lentement :

- Votre bébé semble frustré, il a les poings serrés ou il pousse pour s'éloigner.
- Les bruits de déglutition ne sont pas réguliers.
- Votre bébé perd l'intérêt ou s'endort rapidement.

### Vérifiez que le tube n'est pas bloqué :

- Vérifiez que le tube n'est pas plié ou coincé.
- Détachez les pinces et laissez le tube pendre sous le niveau du lait. Si le lait s'écoule, le tube n'est pas bloqué.
- Certaines personnes vérifient elles-mêmes le débit dans le tube avec leur bouche, mais ce faisant, elles peuvent introduire des bactéries dans le système. Ce n'est généralement pas recommandé.

### Si le tube est bloqué :

- Utilisez une seringue de 5 à 10 ml pour rincer le tube avec de l'eau propre (voir **Nettoyage** ci-dessus). Essayez de nouveau d'allaiter.
- Si le tube se bloque fréquemment, voir **Pour empêcher le tube de se bloquer** ci-dessous.

### Si le tube n'est pas bloqué, augmentez le débit de lait :

- Élevez le récipient au-dessus de la tête de votre bébé.
- Si possible, utilisez un tube d'alimentation plus large.

Si vous utilisez un SNS commercial, suivez les instructions du fabricant pour ajuster le débit ou pour débloquer le tube.

## Pour empêcher le tube de se bloquer

- **Préparation en poudre** : Préparez le mélange selon les instructions du fabricant et agitez le contenant avant de commencer à allaiter. Si le lait ne coule toujours pas bien, utilisez un tube légèrement plus large ou une préparation liquide.
- **Préparation liquide** : Les préparations pré-mélangées ou les concentrés en format liquide sont moins susceptibles de bloquer le tube, mais sont beaucoup plus coûteux, un obstacle pour certaines familles.
- **Lait humain** : Réchauffez le lait et mélangez-le bien (en agitant ou en secouant le contenant) pour éviter que le gras ne bloque le tube.

Pour plus d'informations, visitez le site [transcarebc.ca](https://transcarebc.ca)

## Références

- Butler K, Upstone S, Mothers of LLGB. Nursing supplementers. In: La Leche League GB [Internet]. 2022. Available: <https://laleche.org.uk/nursing-supplementers>
- International Breastfeeding Centre. Lactation aid. In: International Breastfeeding Centre [Internet]. Nov 2021 [cited 19 Jan 2024]. Available: <https://ibconline.ca/information-sheets/lactation-aid>
- Lewis-Johnson SL, Brandon K. Alternative feeding devices and topical treatments. Second edition. In: Lactation Education Accreditation and Approval Review Committee, Spencer B, Campbell SH, Chamberlain K, Lauwers J, Mannel R, editors. Core curriculum for interdisciplinary lactation care. Second edition. Burlington, MA: Jones & Bartlett Learning; 2022.
- The Breastfeeding Center. How to DIY a supplemental nursing system at home. In: Breastfeeding Center for Greater Washington [Internet]. 15 Feb 2023 [cited 19 Jan 2024]. Available: <https://www.breastfeedingcenter.org/blog/2023/2/15/how-to-diy-a-supplemental-nursing-system-at-home>

Ce document a été conçu à des fins d'information seulement et ne constitue aucunement un avis médical. Veuillez adresser vos questions et préoccupations à votre équipe soignante.

Juillet 2024

Contribution financière



Santé Canada Health Canada

*Les opinions exprimées ici ne reflètent pas nécessairement celles de Santé Canada.*

7 / 7