

# Utilisations du lait maternel

mardi 21 septembre 2010



**Le lait maternel est bien plus qu'un produit alimentaire, c'est un produit biologique vivant qui contient des facteurs de santé et de protection.**

## Pour bébé

- Vous pouvez l'appliquer comme une crème, pour les fesses rouges, l'acné du nourrisson et les croûtes de lait.
- Pour l'eczéma sec, bobos ou rougeurs : mélanger 20 ml de lait maternel gras (le lait de fin de tétée) avec une cuillère à café d'huile d'olive bio et tamponner les zones.
- Pour l'eczéma purulent ou l'érythème appliquer du pré-lait (lait de début de tétée). A renouveler souvent.
- Le lait maternel frais (donc pas congelé pour cette utilisation) est un antibiotique naturel contre les otites, conjonctivites et rhumes.

- **Dans le nez** : On peut laver le nez de son bébé avec le lait maternel à la place du sérum physiologique. Si le jet de lait qui sort du sein est suffisamment fort, on peut envoyer une giclée en pressant sur le sein dans chaque narine lors de chaque tétée. Sinon, il suffit, plusieurs fois par jour, de tirer à la main quelques millilitres et d'utiliser une seringue sans aiguille (ou une ancienne pipette de sérum physiologique).

- **Dans les yeux** : Si le bébé a une conjonctivite, ou les yeux irrités, on peut mettre plusieurs fois par jour quelques gouttes de lait maternel dans l'œil.

- **Dans les oreilles** : En cas d'otite, grâce éléments anti-inflammatoires, on peut mettre un peu de lait maternel dans les oreilles. Même en cas de tympan percé ou de risque que ça arrive, le lait dans l'oreille ne posera pas de problème et continuera d'agir (contrairement aux gouttes médicamenteuses qui sont contre-indiquées en cas de tympan percé), puisque le lait est un liquide humain.

### **Mais aussi pour maman**

- Comme un lait de toilette : il nettoie, rend la peau douce et lumineuse.
- Mélanger une cuillère à soupe d'argile rose ou blanche avec une cuillère à soupe de lait bien gras. Appliquer ce masque et laisser poser quinze minutes. Rincer avec de l'eau de rose ou de fleur d'oranger.
- Avec du riz cuit mixé et un peu d'huile d'olive, on obtient un masque exfoliant pour la peau résultat une peau sublime !
- En application massé avec un linge coton après le shampoing sur cheveux secs pour les cheveux abimés.
- Contre les verrues : appliquez du lait extra-frais !

### **Conservation du lait**

Si on veut utiliser du lait maternel frais plusieurs fois par jour, on peut en tirer une plus grande quantité et le conserver au frigo. Mais il vaut mieux tirer du lait tous les jours, pour qu'il reste le plus efficace (donc pas de conservation au frigo huit jours comme dans le cas où le lait est bu). En cas de conservation au froid, il est fortement recommandé de réchauffer le lait à la température corporelle pour le confort du bébé.

Les informations proposées par Brind'infos ne se substituent en aucun cas à un avis médical délivré par des professionnels de santé.

<http://www.brindilles.fr/brindinfos/dossiers/utilisations-du-lait-maternel-214.html>