



UN RESEAU MONDIAL DE PROFESSIONNELLES DE LA LACTATION

## International Lactation Consultant Association

# Période de grippe 2009 Suggestions d'actions pour les Consultantes en Lactation

8 octobre 2009

Pendant la période de grippe, quand rhumes, virus et autres maladies abondent, les Consultantes en Lactation font partie intégrante du système de santé. Elles sont au cœur du dispositif car elles aident mères et bébés à rester en parfaite santé grâce à l'allaitement.

Il y a de nombreuses choses que vous pouvez faire pour vous préparer, pour préparer les familles que vous accompagnez ainsi que vos collègues. Voici quelques suggestions :

### En savoir le plus possible

Il est important d'apprendre tout ce que vous pouvez sur les virus de la grippe saisonnière et de la grippe A (H1N1). Vous pourrez ainsi répondre de façon adéquate aux questions et aux inquiétudes, en lien avec l'allaitement, que soulèvent ces gripes. De nombreuses organisations sanitaires ont fait des recommandations.

#### Sites :

- Organisation Mondiale de la Santé :  
<http://www.who.int/csr/disease/swineflu/fr/index.html>
- Ministère de la santé et des sports (France) – Grippe information grand public :  
<http://www.sante-sports.gouv.fr/grippe-grand-public/>
- Service d'Information du Gouvernement (France) - Info'pandémie grippale :  
<http://www.pandemie-grippale.gouv.fr/>
- Haut Conseil de la Santé Publique (France) - Recommandation sur les priorités sanitaires d'utilisation des vaccins pandémiques dirigés contre le virus grippal A(H1N1) 7/09/2009 :  
[http://www.hcsp.fr/docspdf/avisrapports/hcspa20090907\\_H1N1.pdf](http://www.hcsp.fr/docspdf/avisrapports/hcspa20090907_H1N1.pdf)
- Pandémie Influenza (Québec)  
[www.pandemiequebec.gouv.qc.ca](http://www.pandemiequebec.gouv.qc.ca)

### Promouvoir les vaccinations

- Encourager les femmes enceintes et les mères qui allaitent à se faire vacciner, ce qui sera bénéfique pour elles et leurs enfants.
- Prendre conscience que les femmes enceintes et celles qui allaitent sont un groupe qui est peu enclin à se faire vacciner. Ces femmes se demandent si la vaccination est sans danger pour leur enfant. Vous pouvez leur rappeler que le vaccin contre la grippe saisonnière, qui

INTERNATIONAL LACTATION CONSULTANT ASSOCIATION



UN RESEAU MONDIAL DE PROFESSIONNELLES DE LA LACTATION

n'est pas un virus vivant, est administré depuis des décennies à des femmes enceintes (et donc à leur fœtus) et qu'aucun effet indésirable n'a été enregistré. Le vaccin de la grippe H1N1 est nouveau, mais il a été développé en utilisant le même processus et l'on pense qu'il est sans danger.

- Les mères devraient recevoir les vaccins contre la grippe saisonnière et celui contre la grippe H1N1.

### **Encourager l'allaitement exclusif**

- Rappeler aux femmes enceintes et aux mères qui allaitent, l'importance d'un allaitement exclusif, en particulier pendant les périodes où maladies et infections sont fréquentes.
- Dans les services de maternité, réviser les politiques qui peuvent faire obstacles à l'allaitement exclusif.
- Promouvoir les Dix Conditions pour le Succès de l'Allaitement Maternel de l'OMS et de l'Unicef. Elles ont reçu le soutien de l'American Academy of Pediatrics ainsi que celui de nombreuses organisations médicales et professionnelles du monde entier.
- Former les professionnels de santé exerçant dans les hôpitaux, les cabinets médicaux, les structures de santé communautaires et autres lieux.

### **Inciter les mères à adopter une bonne hygiène**

- Se laver les mains fréquemment avec de l'eau chaude et du savon ou les frictionner avec une solution hydro-alcoolique.
- Se couvrir le nez et la bouche avec un mouchoir en papier lors de toux ou d'éternuements, surtout si le bébé est à proximité. Jeter le mouchoir immédiatement après usage.
- Bien se reposer et veiller à avoir une alimentation de qualité.
- Consulter son médecin aux premiers signes de grippe afin de recevoir un traitement rapide. Les médicaments antiviraux sont compatibles avec l'allaitement. Ils sont plus efficaces s'ils sont pris dans les 48 heures qui suivent les premiers symptômes.

### **Diffuser les documents émis par l'ILCA**

L'ILCA a émis des documents qui peuvent être utilisés pour aider à la diffusion de ces informations. Ces ressources documentaires peuvent être téléchargées gratuitement sur le site de l'ILCA [www.ilca.org](http://www.ilca.org)

- Pour les familles : « Informations pour les parents : protéger votre bébé de la grippe »
- Pour les Medias : « Communiqué de presse de l'ILCA »

Pour plus d'informations, contacter l'ILCA à [info@ilca.org](mailto:info@ilca.org) ou appeler (en anglais seulement) : 1-888-ILCA-IS-U

INTERNATIONAL LACTATION CONSULTANT ASSOCIATION