

LISTE DE CONTRÔLE D'ALLAITEMENT POUR LES NOUVELLES MAMANS

POUR COMMENCER

- cours d'allaitement

ARMOIRE

- soutien-gorge d'allaitement
- chemise d'allaitement
- couverture pour allaitement
- coussinets d'allaitement
- coussinets d'allaitement à usage unique

GUÉRISON

- crème de mamelon
- sachets chauffants/réfrigérants
- coussinets de gel

ESSENTIELS AU QUOTIDIEN

- coussin d'allaitement
- collations saines
- chiffons pour faire un rot
- bouteille d'eau

EXPRIMER

- tire-lait
- sac réfrigérant
- bouteilles
- sachets de stockage de lait
- lingettes désinfectantes
- téterelles & tuyaux supplémentaires
- sachet de stérilisation à vapeur