

LISTE DE CONTRÔLE DE L'ALLAITEMENT POUR LES NOUVELLES MAMANS

COMMENCER

- cours d'allaitement

GARDE-ROBE

- soutiens-gorge d'allaitement
- hauts d'allaitement
- couverture d'allaitement
- compresses d'allaitement réutilisables
- compresses d'allaitement jetables

GUÉRISON

- crème de mamelon
- compresses chaudes/froides
- coussinets de gel

ESSENTIELS QUOTIDIENS

- oreiller d'allaitement
- bavette
- collations santé
- bouteille d'eau

EXPRIMANT

- tire-lait
- bouteilles
- lingettes désinfectantes
- santising à la vapeur
- une glacière
- sacs de stockage de lait
- boucliers et tubes supplémentaires