

	<b>DIPARTIMENTO MATERNO INFANTILE</b> OSPEDALE ALTO VICENTINO	INFORMATIVA
		Documento n.0, Ottobre 2024 Compilata da Dott.ssa F. Opocher e Ostetrica A. Pianalto Pag. 1
<b>GESTIONE della MASTITE</b>		

In caso di problemi al seno in allattamento, chiedi supporto a personale esperto.

**PRONTO SOCCORSO OSTETRICO tel. 0445/571776 (24/24h)**

**AMBULATORIO PEDIATRICO Poliambulatori 1, piano 1 Scala A Ospedale Alto Vicentino tel. 0445/571511**  
(lunedì- mercoledì- venerdì non festivi dalle 9.30 alle 11.00)

**CONSULTORIO FAMILIARE di riferimento 0445/388930 Thiene 0445/598510 Schio**

La mastite si presenta con:

- segni d'inflammatione di una zona del seno che appare rosso, caldo, dolente e teso.
- febbre >38.5°, che persiste oltre 24 ore nonostante trattamento antinfiammatorio e/o antipiretico.
- stato generale di grande spossatezza e malessere.

La mastite infettiva richiede l'assunzione di una **terapia antibiotica** per la sua risoluzione; la terapia va proseguita per 10-14 giorni, anche se inizierai a sentirti meglio già dopo 24-48 ore.

In corso di mastite non aiuta lasciare a riposo il seno e/o smettere di allattare, anzi **favorire un buon drenaggio del seno** aiuta la sua risoluzione.

Nel caso della mastite è utile:

- Assumere una **terapia antidolorifica e/o antinfiammatoria** adeguata con paracetamolo al massimo 1gr x 3/die o 500mg al max 6 volte/die e/o ibuprofene al massimo 400mg x 3/die.
- Applicare **Impacchi freddi** sulla zona dolente per ridurre l'inflammatione con intervalli di 20 minuti (ghiaccio secco, teli bagnati e raffreddati, buste di verdure congelate); non applicare ghiaccio direttamente sulla pelle infiammata ma proteggiti con un telo sottile.
- **Massaggiare delicatamente il seno** prima e durante la poppata.
- Cercare una **posizione confortevole per allattare** e un **attacco profondo** (vedi informativa *Posizione semireclinata e Attacco profondo al seno*).
- **Riposare con il/la tuo/a bambina/o vicino** favorisce la risoluzione della mastite, perché le poppate più frequenti aiutano a drenare e guarire il seno infiammato.
- **Offrire spesso il seno** al tuo/tua bambino/a per tenere morbido quello colpito favorendo poppate frequenti (8-12 nelle 24 ore) da entrambi i seni, con particolare attenzione a quello dolente.
- Se il dolore è molto intenso allattare i primi minuti dal seno non dolente, passando all'altro seno quando il bambino/a rallenta il ritmo di suzione.
- Se il/la bambino/a non desidera poppare per intervalli lunghi (più di 3 ore), o hai la sensazione di seno teso, eseguire un **massaggio preparatorio e poi la spremitura manuale** per ammorbidire il seno e alleviare la tensione (vedi informativa *Massaggio e Spremitura Manuale del seno*).
- Se il/la bambino/a effettua pause molto lunghe o irregolari, può essere necessario, oltre ad ammorbidire con la spremitura, estrarre una quantità di latte da conservare, sia per somministrarlo al bambino in casi di necessità, sia per mantenere la produzione di latte.
- Dopo il drenaggio del seno, se gradito, riapplicare un **impacco freddo** con intervalli di 20 min.
- Cercare un aiuto per poter **riposare il più possibile**
- **Evitare massaggi profondi del seno** perché possono peggiorare la situazione.
- **Evitare l'applicazione prolungata di impacchi caldi**; il caldo peggiora l'inflammatione locale, un'eventuale doccetta calda può aiutare a rilassarti e favorire l'uscita del latte.
- **Evitare l'utilizzo di prassi del tiralatte**
- **Evitare indumenti stretti** su seno e ascella.

In caso di Mastite è utile **rimanere in contatto con il personale sanitario** che si occupa della cura del seno, per permettere la valutazione del decorso e la precoce diagnosi di eventuali complicanze.