

 	<p align="center">DIPARTIMENTO MATERNO INFANTILE OSPEDALE ALTO VICENTINO</p>	<p align="center">INFORMATIVA</p> <p>Documento n.0, Ottobre 2024 Compilata da Dott.ssa F. Opocher e Ostetrica A. Pianalto Pag. 1</p>
<p align="center">GESTIONE DELL'INGORGO DEL SENO</p>		

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

Nell'ingorgo del seno la tensione e l'infiammazione sono tali da impedire l'uscita del latte. Il latte non esce nemmeno con la spremitura del seno che risulta molto doloroso. Si manifesta generalmente bilateralmente, in entrambi i seni.

L'intervento più importante del trattamento dell'ingorgo è **favorire un buon drenaggio del seno**, mentre non aiuta lasciare a riposo il seno e/o smettere di allattare.

Nel caso dell'ingorgo del seno è utile:

- Assumere una **terapia antidolorifica** 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** sul seno con intervalli di 20 minuti (ghiaccio secco, teli bagnati e raffreddati, buste di verdure congelate); non applicare ghiaccio direttamente sulla pelle infiammata ma proteggi con un telo sottile).
- **Massaggiare il seno e favorire il Drenaggio linfatico** (vedi informativa *Gestione dell'edema del seno: Drenaggio linfatico e Pressione inversa*).
- Applicare la **tecnica della Pressione Inversa** prima di ciascun tentativo di allattamento, per tutte le volte che sia necessario per ammorbidire l'areola e favorire l'attacco del bambino/a al seno. (vedi informativa *Gestione dell'edema del seno: Drenaggio linfatico e Pressione inversa*).
- **Offrire spesso il seno** al/alla tuo/a bambino/a (ogni 2-3 ore) perché possa essere meno teso.
- Provare a **spremere manualmente il latte** (vedi informativa *Massaggio e Spremitura Manuale del seno*) se il/la tuo/a bambino/a non desidera o riesce a poppare.
- Riapplicare un **impacco freddo** con intervalli di 20 min dopo il drenaggio del seno
- Cercare di **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'ingorgo, un'eventuale doccia calda può aiutare a rilassarti e favorire l'uscita del latte.
- **Evitare l'utilizzo del tiralatte** perché richiama ulteriormente liquidi nella zona dell'areola.

Contattare personale esperto se compare **febbre > 38.5°** (misurazione cutanea o inguinale, non ascellare), se la febbre non si risolve mettendo in atto gli accorgimenti sopra illustrati, se la febbre persiste oltre 24 ore o se la madre che allatta manifesta anche uno stato di grande malessere e spossatezza.

Durante il trattamento dell'ingorgo, è bene rimanere in contatto con gli operatori sanitari di riferimento per la cura del seno, in modo da valutare il decorso del problema e individuare tempestivamente eventuali segni di complicazioni.