

CURA DE LES CLIVELLES



CST:
CONSORCI SANITARI DE TERRASSA
HOSPITAL UNIVERSITARI



- Exposa la ferida uns minuts al sol.
- Evita cremes a base de lanolina o vaselina. Evita també aplicar mel o altres productes derivats.
- Aplica unes gotes d'oli d'oliva verge extra o oli de vit E pura sobre les clivelles.
- No apliquis la pròpia llet. És un líquid viu amb bacteries que poden sobre infectar la ferida.
- Evita l'ús de discs absorbents ja que mantenen la zona humida.
- Pots utilitzar pegats d'hidrogel per calmar el dolor.

RECOMANACIONS ESPECÍFIQUES SOBRE LACTÀNCIA

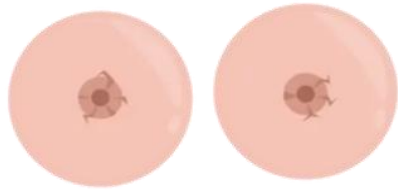
- Ofereix en primer lloc el pit menys afectat o el que menys mal faci.

- Prova postures diferents per veure en quina d'elles tens menys dolor.
- L'ús de mugroneres adequades i ben col·locades pot ajudar-te a controlar el dolor mentre cicatritzen les clivelles.
- Si utilitzes tirallets, atenció a la talla correcta de l'embut.
- Si les clivelles t'impedeixen alletar, pots extreure't la llet i oferir-la al nadó d'una altra forma (lactància en diferit).
- Si decideixes diferir la lactància uns dies, intenta que el nadó faci alguna presa al pit i cerca un mètode de suplementació adequat (mètode ditsonda o biberó amb mètode Kassing)

**CONSULTA AMB LA TEVA LLEVADOR
A O VINE A L'AULA D'ALLETAMENT
PER TROBAR LA CAUSA D'APARICIÓ
DE LES CLIVELLES!**

QUÈ SON LES CLIVELLES?

Són fissures o ferides de major o menor mida i profunditat al mugró i/o areòla mamària que poden aparèixer durant la lactància.



PER QUÈ ESTAN CAUSADES?

Les causes més habituals son:

- Una mala presa o una tècnica incorrecta del nadó al mamar.
- Característiques de l'anatomia oral del nadó, com per exemple un frenet lingual curt.

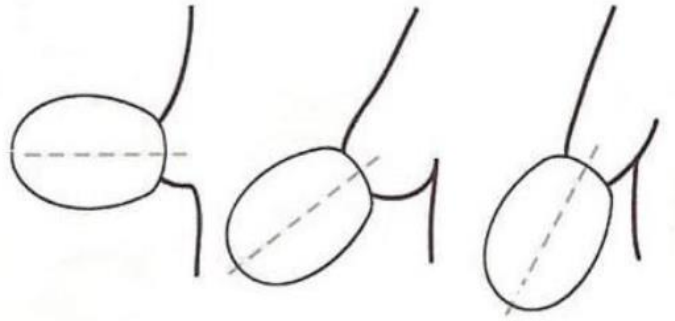
QUINA ÉS LA TÈCNICA CORRECTA PER DONAR DE MAMAR?

Postura de la mare

Postura còmoda per evitar la sobrecàrrega muscular.

Posició del nadó

- El nadó ha de tenir el cos alineat: orella, espatlla i maluc formen una línia recta.
- Cap alineat amb el pit de la mare.
- Hem de deixar que el cap del nadó tingui mobilitat.



Aferrament al pit

- El mentó i el nas han de tocar el pit.
- Els llavis han d'estar evertits.
- La boca del nadó ha d'estar ben oberta.
- Més areòla visible per la part superior que inferior.



Correcte

Incorrecte

QUINA ÉS LA TÈCNICA CORRECTA PER DONAR DE MAMAR?

Porta els pits a l'aire.

Utilitza protectors de mugrons si fora necessari.



Neteja la ferida mínim dos cops al dia amb aigua i sabó neutre i seca amb una tovallola neta o una gasa de cotó.

Realitza la tècnica de compressió mamària per agilitzar i escurçar la presa.

