

# Puis-je fournir mon lait sans danger à mon bébé en NICU si je suis atteinte de ou ai été exposée au coronavirus 2019 (COVID-19) ?

Avec tant d'informations à propos du COVID-19 dans les médias, il est bien naturel de vouloir savoir si fournir votre lait à votre bébé se trouvant dans l'unité des soins intensifs néonataux (Neonatal, Intensive Care Unit, NICU) ne présente aucun danger, et pourrait même être conseillé.

Ceci est particulièrement vrai si vous pensez avoir été exposée au COVID-19 ou avez reçu un diagnostic positif pour le COVID-19. Cependant, **non seulement votre lait ne représente aucun danger, mais il sera en fait bénéfique à votre bébé en NICU.**

## Le COVID-19 peut-il contaminer mon lait ?

- Nous ne sommes pas certains si les mères atteintes du COVID-19 le transmettent dans leur lait. Les quelques études sur le sujet n'ont pas détecté de traces du COVID-19 dans le lait maternel. Les études sur les mères ayant été atteintes d'un virus similaire (syndrome respiratoire aigu sévère, SRAS-CoV) n'ont pas détecté de traces du virus du SRAS dans le lait maternel.
- Cependant, tout virus trouvant son chemin jusqu'au sang de la mère déclenche chez elle la production de formes très spécifiques d'une protection appelées « anticorps » qui combattent ces mêmes virus. Ces anticorps se trouveront dans le lait maternel. Par conséquent, dans le cas très improbable où le virus se transférerait dans le lait, **des anticorps que même les médecines les plus modernes ne peuvent pas fournir feront leur apparition.**

## Ne serait-il pas préférable pour mon bébé d'être nourri au lait maternisé ou au lait de donneuse ?

- Il est facile de penser que ne pas fournir votre lait éviterait des complications, mais en fait, c'est tout le contraire qui est vrai. Seul votre lait — et non pas le lait maternisé ou le lait de donneuse — contient ces anticorps uniques qui réduiront les risques que votre bébé se trouve atteint du COVID-19.

- Toutes les autorités (Organisation mondiale de la santé, Centres pour le contrôle et la prévention des maladies, Académie américaine de pédiatrie, Académie de médecine de l'allaitement) recommandent que l'allaitement (fourniture de lait) continue en présence du COVID-19. Dans la NICU, le lait maternel est encore plus important car il aide le système immunitaire immature du bébé à combattre tous types d'infections.

## Que faire si mon bébé a besoin de lait de donneuse ? Puis-je être sûr(e) qu'il ne contient pas de traces du COVID-19 ?

Cette inquiétude est tout à fait normale. Cependant, les banques de lait qui fournissent le lait de donneuses à notre NICU prennent de nombreuses mesures pour s'assurer que le lait ne présente aucun danger.

- En premier lieu, les mères donneuses doivent effectuer une analyse de sang pour démontrer qu'elles ne souffrent d'aucune maladie. C'est seulement après cette analyse que ces mères envoient un échantillon de leur lait à la banque de lait. Si le lait contient des microbes nocifs, la mère ne peut pas donner son lait.
- Finalement, tout lait de donneuses accepté est pasteurisé tout comme le lait que vous achetez dans le commerce pour votre famille. Ce traitement à la chaleur détruit les microbes se trouvant dans le lait, y compris les virus comme le COVID-19.

## Quelles autres mesures puis-je prendre pour réduire les risques que mon bébé puisse contracter le COVID-19 pendant l'allaitement ?

N'oubliez pas que tous les microbes, y compris le COVID-19, peuvent contaminer le lait extrait, même s'ils ne se trouvent pas dans le sein. Vous trouverez ci-dessous quelques précautions à prendre.

- **Lavez-vous les mains avec de l'eau chaude et du savon ou avec un gel hydroalcoolique pour les mains avant de commencer à extraire ou manipuler les pièces du tire-lait.** Des microbes se trouvant sur vos mains peuvent contaminer le lait extrait même s'ils n'étaient pas dans le lait au départ.
- **Assurez-vous que votre kit de tire-lait soit aussi propre que possible.** Lavez votre kit d'expression de lait avec de l'eau chaude et du savon après chaque usage, puis rincez-le avec de l'eau claire, et enfin faites-le sécher à l'air libre à l'écart des autres plats ou dans un endroit difficilement accessible pour que les membres de votre famille ne le touchent pas. Désinfectez votre kit au moins une fois par jour avec un sac à vapeur pour micro-onde, en le faisant bouillir dans une casserole sur la cuisinière ou dans le lave-vaisselle (Sani-cycle).
- **Évitez de tousser ou d'éternuer sur le kit de tire-lait et les contenants de stockage du lait.** Ce conseil est particulièrement important parce que le COVID-19 se propage à travers la toux, les éternuements et la respiration.
- **Nettoyez l'extérieur du tire-lait avant de l'utiliser.** Que vous soyez chez vous ou dans la NICU, utilisez une lingette désinfectante sur l'extérieur du tire-lait chaque fois que vous l'utilisez.

