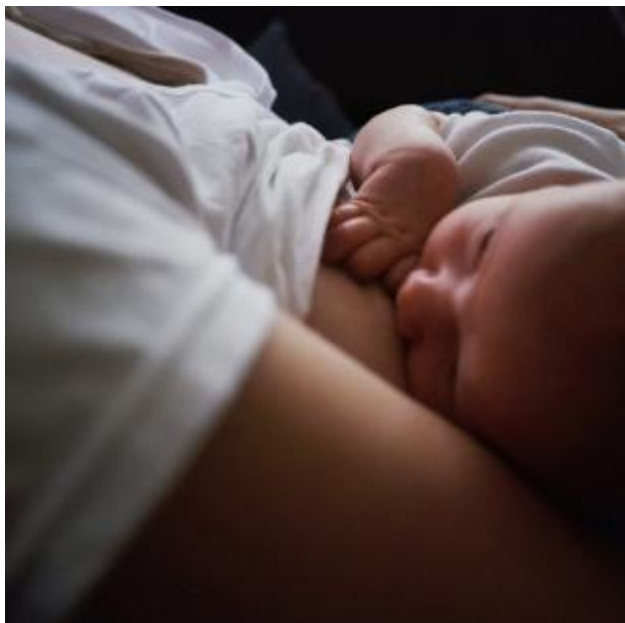


Condividi questa/o

X

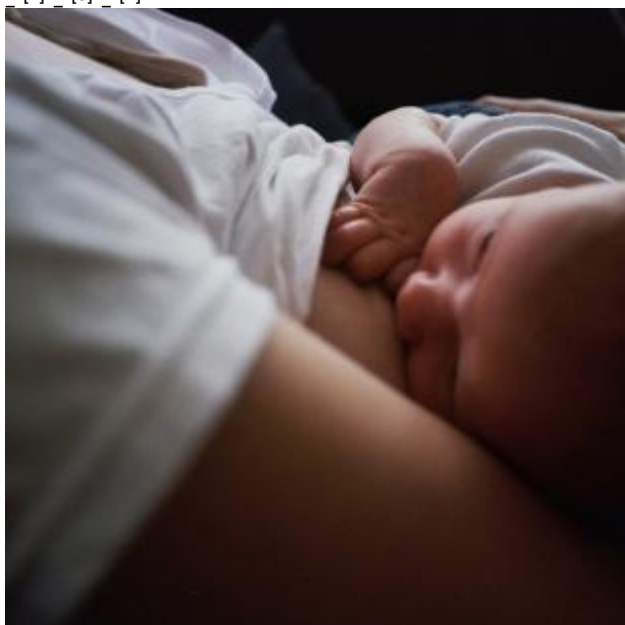


Ragadi, ingorghi, mastiti: come superare i piccoli problemi dell'allattamento?

Nutrire il proprio bambino al seno non è sempre semplice. Quali sono i mezzi per superare i piccoli problemi dell'allattamento come ragadi, ingorghi e mastiti?

<https://www.nestlebaby.it/allattamento-al-seno-ragadi-ingorghi-mastiti> ^[1]

[\[2\]](#) [\[3\]](#) [\[4\]](#)



Ragadi, ingorghi, mastiti: come superare i piccoli problemi dell'allattamento?

Nutrire il proprio bambino al seno non è sempre semplice. Quali sono i mezzi per superare i piccoli problemi dell'allattamento come ragadi, ingorghi e mastiti?

Martedì 30 Agosto 2016

- ^[5]
- [Stampa](#) ^[1]
- [Condividi](#)

Ragadi, ingorghi, mastiti... Dietro a questi termini si nascondono i **problemi più frequenti che possono rendere difficile l'allattamento**. Inoltre il tuo bambino potrebbe anche accelerare improvvisamente il ritmo delle poppate o, al contrario, rifiutare il seno. Non è il caso di andare in panico: esiste una soluzione ad ogni problema.

Ragadi

- **Cosa sono?** Questi piccoli **taglietti** o **spaccature** attorno al capezzolo sono il risultato di una cattiva posizione della bocca del piccolo durante la poppata. Senza conseguenze per il bambino, ma molto **dolorose** per la mamma, costituiscono una delle principali ragioni della cessazione dell'allattamento durante i primi giorni e le prime settimane.
- **Cosa fare?** Accertarsi che il capezzolo sia posizionato verso l'alto del palato e che la bocca del piccolo inglobi buona parte dell'areola. I gesti utili: asciugare i seni dopo ogni poppata con una garza sterile, sulle zone interessate, mettere qualche goccia del proprio latte, che possiede un potere cicatrizzante. Utilizzare dei dischetti assorbilatte da cambiare, se necessario, tutte le ore affinché i seni restino asciutti. E soprattutto utilizzare una crema idratante specifica (generalmente a base di lanolina) che di solito viene consigliata in ospedale o dal tuo medico. Se le ragadi persistono, fatti visitare da un medico.

Ingorghi

- **Cosa sono?** Si tratta di un **accumulo di latte nella ghiandola mammaria**. Potresti anche avere un po' di febbre; il seno è gonfio, duro, dolente e spesso rossastro. Il capezzolo potrebbe essere appiattito, il che complica l'attaccamento al seno per il bambino e favorisce le ragadi!
- **Cosa fare?** La sola cura efficace consiste nel favorire la fuoriuscita del latte con ogni mezzo (allattamento, utilizzo di un tiralatte per "svuotare" il seno, massaggio sotto un getto di acqua calda). Applicando una compressa di garza fredda fra una poppata e

l'altra ridurrai il gonfiore (edema) e il dolore. E naturalmente accertati che il tuo reggiseno da allattamento sia della taglia giusta e non ti comprima troppo. Se non bastasse, chiedi consiglio al tuo medico. Sappi che qualsiasi dolore o inturgidimento del seno deve incitarti ad aumentare la frequenza delle poppate per evitare che l'ingorgo si trasformi in mastite.

Mastiti

- **Cosa sono?** Si tratta di un'infezione dovuta ad un **ristagno di latte** nel seno. I segni caratteristici: febbre, dolori muscolari, una zona del seno dura e a volte arrossata, grande fatica. Le cause principali: il piccolo non poppa abbastanza spesso o abbastanza a lungo e il seno non si svuota a sufficienza, la produzione di latte è sovrabbondante o un dotto galattoforo è ostruito. Ascolta il tuo corpo con attenzione! Una mastite mal curata può a volte degenerare in ascesso.

Per prenderti cura del tuo seno:

Prima di ogni poppata:

- *lavarsi le mani,*
- *vaporizzare dell'acqua sul seno e poi asciugare attentamente con una compressa di garza sterile.*

Dopo la poppata:

- *vaporizzare dell'acqua sul seno e poi asciugare attentamente con una compressa di garza sterile,*
- *eventualmente, massaggio e idratazione con una crema appropriata, soprattutto se hai delle ragadi.*

[Leggi tutto](#) ^[6]

Source URL: <https://www.nestlebaby.it/allattamento-al-seno-ragadi-ingorghi-mastiti>

Collegamenti

[1] <https://www.nestlebaby.it/allattamento-al-seno-ragadi-ingorghi-mastiti>

[2] <https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaby.it/allattamento-al-seno-ragadi-ingorghi-mastiti&media=https://www.nestlebaby.it/sites/default/files/styles/thumbnail/public/articles/gettyimages-163436576.jpg&description=Ragadi, ingorghi, mastiti: come superare i piccoli problemi dell'allattamento?>

[3] <https://twitter.com/share?text=Ragadi%2C%20ingorghi%2C%20mastiti%3A%20come%20superare%20i%20piccoli%20al-seno-ragadi-ingorghi-mastiti>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebaby.it/allattamento-al-seno-ragadi-ingorghi-mastiti>

[5] <https://www.nestlebaby.it/printpdf/62431>

[6] <https://www.nestlebaby.it/javascript%3A%3B>