

Journal d'expression du lait

Date : _____

Jours à l'hôpital : _____

	Heure de début	Heure de fin	Quantité exprimée (onces ou millilitres)		Durée totale d'expression	Notes sur l'expression
			Sein gauche	Sein droit		
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
Total						

Type de tire-lait

- Symphony
- Autre :

Taille de tétérèlle

- S M L XL XXL
-

Portage kangourou

- Oui Non

Terme du jour

Colostrum : le colostrum est le premier lait qui sort des mamelons de la mère (jusqu'à 5 jours après l'accouchement). De consistance épaisse et de couleur jaunâtre, il est riche en protéines et en anticorps.

Conseil du jour

Durant les premiers jours qui suivent la naissance, la plupart des mères expriment très peu de lait, de quelques gouttes à quelques millilitres, à chaque pompage.

Journal : _____

1 once = 30 ml