

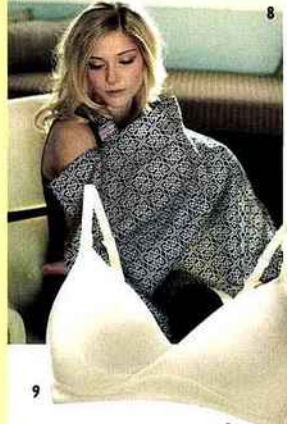
Mon trousseau D'ALLAITEMENT

Depuis votre grossesse, vous attendez avec impatience la première mise au sein. Et pour que tout se passe bien, il existe quelques accessoires qui vous faciliteront la vie. PAR K.P.

Bien sûr, vous entendez déjà votre maman vous dire : « Tu crois qu'à mon époque on avait tout ça ? Et pourtant, je vous ai tous allaité ! » C'est vrai, mais aujourd'hui, s'il existe des produits qui s'adaptent à votre vie de maman active, pourquoi s'en priver ? Car, l'allaitement est un moment merveilleux... s'il est facile ! Alors mettez toutes les chances de votre côté !

1. T-shirt croisé d'allaitement VERBAUDET Troquez vos pyjamas boutonnés pour ce T-shirt croisé très féminin, qui assure un allaitement en toute discrétion. 19,95 €
2. L'Huile de Massage Allaitement, WELEDA Un soin qui nourrit la peau de votre poitrine pour lutter contre le relâchement cutané lié aux variations de volume. Il stimule aussi la lactation. 8,95 €
3. Coussinets d'allaitement MERCHUROCHROME Pour que les montées de lait soient discrètes, n'oubliez pas les petits coussinets en cellulose ultra absorbante. 7,20 € les 30
4. Pots de conservation de lait maternel TIGEX Lorsque vous devez stocker votre lait au frigo, ces petits contenants se révéleront bien pratiques. 5,25 € le lot de 3
5. Les bouts de seins protégés-mamelons en silicone NUK L'indispensable pour les tétons dits ombiliqués ou pour calmer les irritations. 8,90 €
6. Coussinet Therapearl chaud/froid LANSINOH Utilisé froid (au congélateur), il diminue les engorgements et apaise la douleur. Chaud (au micro-onde), il stimule la lactation et réduit les problèmes de mastites. 15,95 € sur www.natiloa.com
7. Baume d'allaitement MUSTELA

Les premiers jours, vous badigeonnerez vos mamelons de ce baume apaisant et hydratant, pour prévenir l'apparition des désagréments ou pour soigner une peau crevassée. 10,87 €
8. Le tablier d'allaitement, MAMA WEAR Le tablier idéal pour cacher joliment l'instant d'intimité. 26,90 €
9. Le soutien-gorge d'allaitement Tootto AMORALIA Vous allez apprécier sa matière extra douce, son bon maintien, et l'ouverture facile avec des clips. 44,90 € sur www.natalys.fr
10. Bracelet d'allaitement Bonheur de Lait ANDREA Un bracelet avec des perles numérotées de 1 à 12 qui marquent les heures, pour se souvenir du rythme des tétées. 21,16 € sur www.maman-naturelle.com
11. Multirelax Polycoton, CANDIDE Durant le dernier trimestre de votre grossesse, vous poserez votre jambe sur ce coussin pour bien dormir la nuit. A l'allaitement, il offrira une bonne position de tétée à bébé. 64,90 €
12. Tire-lait électrique B to B DIFRAX Ce tire-lait vous sera d'une grande utilité : silencieux et discret, il se glisse sous les vêtements grâce à une coquille spéciale. Pratique ! 189 € ■



BAISSE DE LAIT ?

On file acheter des tisanes à base de fenouil en grande surface ou on croque quelques cuillerées de Galactogyl chaque jour.