

Mastitis

La mastitis es una infección del seno alrededor de los conductos lácteos. Los síntomas pueden incluir:

- Un área dolorosa, enrojecida, caliente o endurecida en su seno
- Fiebre de 101 °F o más
- Escalofríos
- Sentirse muy cansado
- Dolor de cabeza
- Dolor en todo el cuerpo

Si no comienza a sentirse mejor, llame a su proveedor de atención médica, es posible que necesite antibióticos.

Intente lo siguiente:

- Alimente a su bebé o extraiga leche en un lugar tranquilo y relajante.
- Aplique calor húmedo sobre el seno o tome una ducha con agua tibia antes de extraer la leche o alimentar a su bebé.
- Masajee suavemente y frote el seno en dirección hacia el pezón para ayudar a que la leche fluya durante la alimentación y la extracción.
- Amamante del lado afectado primero. Esto ayuda a vaciar de mejor manera el seno.
- Cambie la posición de su bebé en cada alimentación (de cuna, sentada de costado, acostada, de canasto o pelota) para vaciar mejor los senos.
- Si su bebé está teniendo dificultades para agarrarse al seno y amamantarse bien, intente extraer la leche del seno en su lugar. Es seguro darle la leche al bebé.
- Utilice un extractor de leche eléctrico doble de alta calidad. Extraiga la leche cada 3 horas durante 10 a 15 minutos para vaciar los senos.

Otras sugerencias útiles:

- Si su médico le administra un antibiótico, tómelo según las indicaciones. Asegúrese de terminar todas las píldoras incluso si comienza a sentirse mejor.
- Descanse siempre que su bebé duerma, al menos durante el día siguiente mientras se cura.
- Beba cuando tenga sed, su cuerpo necesita más líquidos cuando tiene fiebre.
- Puede tomar acetaminofén (Tylenol) o ibuprofeno (Motrin o Advil) para el dolor según sea necesario. Consulte con su médico de atención primaria.
- Es importante sacar la leche de sus senos durante el tratamiento para evitar más problemas. No se recomienda el destete en este momento.
- Cuídese. Descanse mucho, coma una dieta bien balanceada, beba muchos líquidos y pida ayuda con su bebé y con los quehaceres del hogar.

Si tiene alguna pregunta o inquietud, llame a la Línea de Asistencia de Lactancia Materna y Extracción de Leche de Children's Mercy al (816) 346-1309.

.....

EXENCIÓN DE RESPONSABILIDAD: El contenido de este documento tiene como objetivo promover la comprensión general de los temas de salud descritos en esta publicación y es solo para fines informativos. Dicha información no sirve como sustituto de la capacitación, la experiencia o el juicio clínico de un profesional de la salud. Las personas y sus familias no deberían utilizar dicha información como sustituto de consejo y asesoramiento médico, terapéutico o de atención médica profesional. NO SE OFRECE GARANTÍA DE NINGÚN TIPO, EXPRESA O IMPLÍCITA POR LEY, RESPECTO AL CONTENIDO.