



COMMENT CHOISIR LA **BONNE TAILLE** DE TÉTERELLES ?

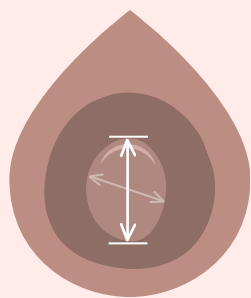
LE SAVIEZ-VOUS ?
Les deux mamelons peuvent avoir une taille différente et évoluer au cours de l'allaitement !

LE BON MOMENT POUR PRENDRE LES MESURES

- ✓ A distance d'une tétée ou d'un tirage, par exemple juste avant !

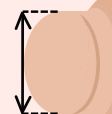
MESURER LES DEUX MAMELONS

- ✓ Utiliser un outil de mesure gradué (*règle, mètre, etc*)
- ✓ Toucher ou pincer doucement le mamelon pour qu'il ressorte
- ✓ Placer l'outil au bout du mamelon sans appuyer dessus
- ✓ Mesurer le mamelon d'un bord à l'autre
- ✓ La mesure en millimètre correspond à la taille de tétérelle à choisir



LE MAMELON N'EST PAS TOUJOURS ROND !

Mesurer d'un bord à l'autre à plusieurs endroits et garder la plus longue mesure



CHOISIR SA TÉTERELLE

- ✓ Opter pour une taille au plus près de la mesure du mamelon
- 💡 Essayer une taille un peu plus petite et une autre un peu plus grande pour choisir celle qui convient le mieux parmi ces trois !

CE QUE L'ON OBSERVE POUR UNE TAILLE DE TÉTERELLE ADAPTÉE AU MAMELON

UNE TAILLE AJUSTÉE C'EST PLUS DE LAIT TIRÉ !

Le tirage est confortable, il n'est pas douloureux !

Les côtés du mamelon touchent les parois du tunnel

Seul le mamelon est aspiré dans le tunnel, pas l'aréole

La cloche est en contact avec le sein

Le mamelon bouge légèrement d'avant en arrière

LA PETITE ASTUCE

Un peu d'huile de coco sur le mamelon ou la tétérelle permet de gagner en confort pendant le tirage

- ✓ Les seins sont bien drainés en fin de tirage !

