

## **La mastite come riconoscerla e come si cura**

*La mastite è l'infiammazione di una zona della mammella e si manifesta con una certa frequenza nelle donne che allattano, soprattutto durante le prime settimane dopo il parto. A volte alcuni batteri o funghi possono trasformare l'infiammazione in una vera e propria infezione.*

### **Perché succede?**

La causa più frequente della mastite è l'ostruzione di uno o più dotti galattofori (che sono piccoli tubicini che fanno defluire il latte fino al capezzolo), con conseguente perdita di piccole quantità di latte intorno al tessuto mammario e successiva risposta infiammatoria locale.

### **Quando può succedere?**

- Quando si impongono "regole" alla poppata (es. "dieci minuti da una parte e 10 dall'altra"): questo può comportare una suzione incompleta da parte del bambino e favorire un ristagno di latte, ostacolandone il normale deflusso
- Quando la suzione è inadeguata, per una posizione non idonea del bambino e un suo scorretto attacco al seno
- Quando la suzione è debole: talvolta è il bambino che, pur essendo attaccato bene al seno della mamma, non riesce a far defluire bene il latte dalla mammella (es. un prematuro). In questi casi è opportuno spremere manualmente il seno o ricorrere all'uso del tiralatte.
- Indossare un reggiseno stretto è un altro fattore di rischio: la compressione può causare il blocco del deflusso di latte in un dotto con conseguente infiammazione.
- La mastite può anche derivare da una ragade al capezzolo (causata sempre da uno scorretto attacco del bambino al seno): in questo caso la lesione favorisce la penetrazione dei germi che poi risalgono i dotti, provocandone in un punto l'infiammazione.

### **Il dotto ostruito: come si manifesta?**

Un dotto ostruito provoca un dolore non intenso e un gonfiore localizzati in un punto ben preciso della mammella; non si accompagna né a febbre né a malessere generale.

#### **Cosa fare?**

In presenza di questi sintomi bisogna aumentare la frequenza delle poppate dal lato affetto, massaggiando delicatamente la zona gonfia e dolente verso l'areola e applicando prima della poppata un panno caldo-umido: queste misure favoriscono il deflusso del latte nel dotto bloccato.

### **La mastite: come si manifesta?**

Se non si avviano tempestivamente queste misure, si può arrivare alla vera e propria mastite con una parte della mammella gonfia, rossa e molto dolorante, febbre e malessere generale.

#### **Cosa fare?**

Anche in questo caso è importante *non sospendere l'allattamento al seno*, favorendo suzioni frequenti (il bambino infatti può essere allattato anche in presenza di una mastite infettiva). In più può essere utile per la mamma l'assunzione di analgesici e, eventualmente, anche di antibiotici (la cura dovrà durare non meno di 10-14 giorni), su prescrizione medica.

Da: *S. Conti Nibali, G. Scibilia* La mastite: come riconoscerla e come comportarsi  
Quaderni acp 2003; 10 (5)

*Le domande da fare al mio pediatra:*

.....