

THRUSH / YEAST

GENERAL SUGGESTIONS

Mom's Pain Relief:

- As needed (acetaminophen or ibuprofen).

Hygiene:

- Wash hands frequently to avoid the spread of thrush:
 - Before and after breastfeeding.
 - Before and after handling her breasts.
 - Before and after expressing breast milk.
 - Before and after diapering the baby.
- Wash hands under warm, soapy water and clean with paper towels dry.
- Wash breasts with clear water at the end of each breastfeed and air dry. Do not apply expressed breast milk (EBM) as this may encourage more growth of thrush at this time.
- Avoid the use of breast pads if possible. If needed use 100% cotton (not plastic lined) and change with each feed.
- Wash breast pads and bras in hot soapy water and rinse in vinegar and water.
- Avoid bathing with other family members during the time with thrush and avoid sharing of personal items like toothbrushes, cups and towels.
- All family members should wash their hands with warm soapy water after diaper changes and before and after feeds.
- If you pump, it is safe to use the milk you pumped on the day you pumped it. If milk is saved during the infection, it will need to be brought to a boil and cooled before it is fed to the baby.

CANDIDOSE/ MUGUET

SUGGESTIONS GÉNÉRALES

Soulagement de la douleur chez la mère :

- Au besoin (acétaminophène ou ibuprofène).

Hygiène :

- Lavez-vous souvent les mains pour éviter la propagation de la candidose :
 - Avant et après les tétées.
 - Avant et après le contact avec vos seins.
 - Avant et après avoir tiré votre lait.
 - Avant et après les changements de couches.
- Lavez-vous les mains à l'eau chaude savonneuse et utilisez un papier essuie-tout pour les assécher.
- Lavez vos seins à l'eau claire après chaque tétée et laissez-les sécher à l'air libre. N'appliquez pas de lait mammaire exprimé, car cela pourrait encourager la croissance du muguet.
- Évitez d'utiliser des compresses d'allaitement si vous le pouvez. Si vous en avez absolument besoin, utilisez des compresses de coton à 100 % (sans doublure de plastique) et changez-les à chaque tétée.
- Lavez les compresses et vos soutiens-gorges à l'eau chaude savonneuse et rincez avec de l'eau et du vinaigre.
- Évitez de prendre des bains avec d'autres membres de votre famille pendant la durée de la candidose et évitez de partager des articles personnels tels que brosse à dents, verres et serviettes.
- Tous les membres de la famille doivent se laver les mains à l'eau chaude savonneuse après les changements de couche, ainsi qu'avant et après avoir nourri le bébé.
- Si vous exprimez votre lait, vous pouvez utiliser le lait en toute sécurité le jour où vous l'avez tiré. Si le lait est conservé pendant l'infection, il faudra le faire bouillir puis refroidir avant de le donner au bébé.

- Once a day, sterilize breast pump:
 - Wash the parts in hot soapy water.
 - Rinse thoroughly.
 - Boil in a covered pot of water for 10 minutes.
 - Allow the items to air dry.
- Stérilisez le tire-lait une fois par jour :
 - Lavez toutes les pièces à l'eau chaude savonneuse.
 - Rincez à fond.
 - Faites-les bouillir dans une casserole d'eau avec un couvercle pendant 10 minutes.
 - Laissez les pièces sécher à l'air libre.

Treatments

It is safe to continue to breastfeed. Both mother and baby need to be treated with antifungal treatments even if one of them does not have symptoms.

Treatment for baby is by prescription. You will need to see your primary care provider (e.g. doctor or midwife) so you can both be treated at the same time.

Miconazole or Clotrimazole (Topical)

Is a cream or lotion you can purchase at any pharmacy. Apply after breastfeeding to the nipples and areola 2-4 times a day for 7 days. With these antifungal treatments, often the symptoms get worse before improving.

FOLLOW UP:

Remember to continue to breastfeed throughout the thrush and the treatment.

Follow up with Public Health Nurse:

Traitements

La mère peut continuer à allaiter en toute sécurité. La mère et le bébé doivent recevoir un traitement antifongique même si l'un ou l'autre ne montre pas de symptômes.

Les autres traitements pour le bébé exigent une ordonnance. Vous devrez consulter votre fournisseur de soins de santé (par exemple votre médecin ou sage-femme) pour que vous soyez tous les deux traités en même temps.

Miconazole ou clotrimazole (topique) :

Cette crème ou lotion s'achète dans n'importe quelle pharmacie. Appliquez après la tétée sur les mamelons et l'aréole de 2 à 4 fois par jour pendant 7 jours. Avec ces traitements antifongiques, il arrive souvent que les symptômes s'aggravent avant de s'améliorer.

SUIVI :

Rappelez-vous de continuer à allaiter même pendant la candidose et le traitement.

Suivi avec l'infirmière de la santé publique :



www.southernhealth.ca

For more information/Pour de plus amples renseignements :

Health Links-Info Santé - 1-888-315-9257 or
visit/ou visiter : www.southernhealth.ca

Public Health-Healthy Living/Santé publique-Vie saine

Printed/Imprimé : 01/2017

