



DOULAIT

Traitement du muguet

Adaptation des feuillets d'information : Protocole pour le traitement du Candida, L'emploi du violet de gentiane et Le fluconazole 2009© par Dr. Jack Newman <http://www.breastfeedinginc.ca>

Voici des informations à propos du traitement du muguet. Ces informations proviennent du site (<http://www.breastfeedinginc.ca/>) du Dr. Jack Newman qui est un pédiatre spécialiste de l'allaitement.

Quelle que soit la cause de la douleur aux mamelons, il est primordial d'avoir la meilleure prise du sein possible. Même si la douleur est due au *Candida albicans* (levures, champignons), la douleur peut être atténuée en améliorant la prise du sein. Lorsque la prise du sein est « idéale », le bébé couvre une plus grande partie de l'aréole (partie plus foncée du sein) avec la lèvre inférieure qu'avec sa lèvre supérieure. Notez aussi que le nez du bébé ne touche pas le sein. Bien entendu, il n'est pas toujours facile de modifier la prise du sein chez un bébé de plus de 3 ou 4 mois mais cela vaut la peine d'essayer. Pour visionner le clip vidéo qui montre comment mettre le bébé au sein, allez au www.nbc.ca ou www.drjacknewman.com. Pour une description plus détaillée de la façon de s'y prendre pour obtenir une bonne prise du sein, consultez le feuillet « Effectuer la mise au sein ».

Diagnostiquer le *Candida albicans*

Le *Candida albicans* est un champignon qui peut causer une infection de la peau et/ou des muqueuses (intérieur de la bouche, par exemple) chez les enfants aussi bien que chez les adultes. Chez les petits enfants, cette levure est fréquemment la cause des plaques blanchâtres dans la bouche (muguet) ou de l'érythème fessier. Quand une mère allaitante a une infection du mamelon causée par le *Candida albicans*, elle peut ressentir une douleur intense au mamelon ainsi qu'une douleur à l'intérieur du sein. Une infection causée par le *Candida albicans* peut être difficile à diagnostiquer et les mères ne

devraient pas tenter de se diagnostiquer elles-mêmes. On peut méprendre la douleur au mamelon causée par cette infection avec celle causée par une mauvaise prise du sein ou encore due au vasospasme/syndrome de Raynaud. Par ailleurs, votre douleur pourrait avoir plusieurs causes. Un bon praticien vous aidera à établir la différence entre ces affections.

La douleur au mamelon causée par le *Candida albicans*

La candidose (infection due au *Candida albicans*) provoque généralement une douleur différente de celle causée par une mauvaise prise du sein et/ou une succion inefficace. La douleur due au *Candida albicans* :

- est souvent décrite comme une brûlure plutôt qu'une douleur vive, en coup de poignard ou pincement comme dans le cas d'une douleur causée par une mauvaise position ou associée à d'autres raisons. Toutefois, une douleur semblable à une brûlure peut aussi avoir d'autres causes et la douleur due à une candidose ne brûle pas nécessairement.
- dure très souvent pendant toute la tétée et occasionnellement, même après la fin de la tétée. Alors, que la douleur due à d'autres causes se manifeste surtout quand le bébé prend le sein, pour graduellement s'atténuer quand le bébé tète (à moins que le mamelon soit très abîmé, dans ce cas la douleur perdure pendant toute la tétée).
- peut irradier jusque dans l'aisselle ou le dos de la mère. Ceci ne signifie pas que le *Candida albicans* se trouve dans les conduits lactifères. On dit d'une douleur ressentie à un endroit sans raison mais due à une douleur venant

d'ailleurs dans le corps qu'elle s'irradie. Un exemple serait la douleur ressentie dans le cou ou la mâchoire mais dont la source est l'estomac ou la partie inférieure de l'œsophage.

- peut causer aucun changement dans l'apparence du mamelon ou de l'aréole, bien qu'il y ait parfois de la rougeur, la peau de l'aréole pèle, peut se fendiller et devenir lisse et luisante.
- assez souvent survient assez souvent après une période d'allaitement sans douleur. Ce fait particulier est une bonne raison de traiter pour une candidose. Cependant, les ampoules de lait (cloques) sur le mamelon, l'eczéma ou d'autres affections de la peau peuvent aussi causer de la douleur après une période d'allaitement sans douleur. De plus, si la mère produit moins de lait, elle peut aussi commencer à ressentir de la douleur plus tard durant la tétée puisque alors le bébé a tendance à laisser glisser sa prise sur le sein quand le débit de lait diminue. Une nouvelle grossesse peut aussi causer de la douleur aux mamelons, et le fait que la production de lait diminue alors, est une raison de plus de causer de la douleur.
- peut avoir rapport avec un usage récent d'antibiotiques par le bébé ou par la mère, mais pas nécessairement.
- peut être intense avec ou sans démangeaison.
- peut se présenter dans un sein ou un mamelon seulement.
- peut se présenter seulement dans le sein. Cette douleur est souvent décrite comme « lancinante » ou comme une « brûlure » et souvent pire après la fin de la tétée. On dit aussi que la douleur est plus intense durant la nuit. En même temps, le sein est normal en apparence et au toucher. Ce n'est pas une mastite puisque celle-ci est associée à une grande masse douloureuse dans le sein, donc, il n'y a aucune raison de donner des antibiotiques. Au contraire, ceux-ci pourraient aggraver le problème.

Veillez noter :

- a. Le bébé ne doit pas nécessairement avoir du muguet dans la bouche.
- b. Une candidose du mamelon peut être combinée à d'autres causes de douleur.

Pour la douleur aux mamelons: traitement appliqué aux mamelons

Onguent tout-usage pour les mamelons

Cette combinaison de 3 ingrédients semble aider plusieurs causes de mamelons douloureux, incluant la mauvaise prise du sein, le Candida (muguet), les problèmes dermatologiques, les infections bactériennes des mamelons et possiblement d'autres causes. Cependant, il est toujours bon d'essayer d'assurer la meilleure prise du sein possible, étant donné que l'amélioration de la prise aide toute cause de douleur.

Composition:

- Onguent de mupirocine à 2 % : 15
- Onguent de bétaméthasone 0.1% : 15 g
- Poudre de miconazole, pour une concentration finale de 2%

Nous obtenons ainsi un volume d'un tout petit peu plus de 30 grammes. La poudre de clotrimazole (moins recommandée d'après nous, parce qu'elle cause souvent de l'irritation) ou la poudre de fluconazole pour une concentration finale de 2% peuvent remplacer la poudre de miconazole si celle-ci n'est pas disponible, mais les deux existent (le pharmacien aura peut-être à les commander mais plusieurs pharmacies qui font les préparations magistrales l'ont presque toujours à leur disposition). L'usage de la poudre donne une meilleure concentration d'agent antifongique (miconazole, clotrimazole ou fluconazole) en gardant les concentrations de mupirocine et de bétaméthasone plus élevées.

Nous n'utilisons plus l'onguent de nystatine dans la pommade tout usage depuis plus de 10 ans

Parfois l'ajout de poudre d'ibuprofène, afin d'obtenir une concentration finale de 2%, aide quand la pommade tout usage est inefficace. Nous ne prescrivons pas cette pommade avec ibuprofène de routine car il est encore plus difficile de se la procurer et elle est plus dispendieuse à cause de l'ingrédient additionnel. Par ailleurs, si la pommade tout usage est efficace, comme c'est le cas habituellement, l'ajout de l'ibuprofène est superflu.

Pour trouver une pharmacie qui fait des préparations magistrales près de chez vous, au Canada ou aux États-Unis, allez à www.iacprx.org. Puis cliquez « For Patients, Pet Owners » dans la boîte rouge à gauche de la page, puis cliquez «

Finding a Compounding Pharmacist Near You ». Vous devrez vous enregistrer. Si vous êtes au Canada, veuillez vous assurer de laisser un espace entre les deux groupes de votre code postal (M2K 2K1 et non M2K2K1).

La pommade est appliquée avec modération après chaque tétée (à l'exception de la tétée où vous avez appliqué le violet de gentiane, s'il y a lieu). « Avec modération » signifie que l'aréole et le mamelon seront luisants mais que la pommade ne sera pas apparente. Ne pas laver ni essuyer, même si le pharmacien vous le conseille. La pommade tout usage peut être utilisée dans tous les cas de mamelons douloureux, pas seulement si la douleur est causée par le Candida. Utilisez la pommade jusqu'à ce que la douleur ait disparu depuis quelques jours, puis diminuez la fréquence des applications pendant quelques jours jusqu'à l'arrêt complet. Si la douleur n'a pas diminué après 3 ou 4 jours d'usage, ou si vous avez besoin de l'utiliser pour plus de 2 ou 3 semaines pour rester sans douleur, demandez de l'aide ou des conseils compétents, mais ne cessez pas d'utiliser la pommade tout usage.

S'il n'y a pas d'amélioration...ajoutez : Violet de gentiane et/ou extrait de pépins de pamplemousse (EPP).

Violet de gentiane

Le violet de gentiane (une solution de 1% dans l'eau) est encore un excellent traitement pour le *Candida albicans*, bien que nous suggérons aux mères de ne pas l'employer seul pour traiter le *Candida albicans* (muguet, levures) car il a tendance à dessécher les mamelons et les aréoles. De plus, il semble être moins efficace qu'il ne l'était auparavant.

Veuillez noter : le violet de gentiane 1% dans l'eau contient aussi de l'alcool à 10%, mais l'alcool contenu dans la quantité minimale de violet de gentiane que vous utilisez est négligeable. On dit que certains pharmaciens utilisent la glycérine pour dissoudre le violet de gentiane plutôt que l'alcool.

L'usage du violet de gentiane

Nous croyons que l'usage du violet de gentiane combiné à la « pommade tout-usage » est une bonne manière de traiter une candidose causant des douleurs aux mamelons chez la mère qui allaite. Le violet de gentiane est souvent efficace et offre un soulagement rapide, même utilisé seul (bien que nous ne le recommandons pas). C'est salissant, il peut tacher les vêtements, mais pas la

peau (les taches sur les tissus peuvent s'enlever de l'alcool à friction ou éventuellement disparaître après plusieurs lavages). Les lèvres du bébé seront violettes mais la teinture disparaîtra après quelques jours. On peut se procurer le violet de gentiane sans prescription mais il n'est pas toujours disponible dans toutes les pharmacies. Il vaut mieux s'en assurer par téléphone.

1. Environ 10 ml (2 cuillères à thé) de violet de gentiane est plus que suffisant pour un traitement complet.
2. Plusieurs mères préfèrent appliquer le violet de gentiane le soir avant d'aller au lit, en laissant les mamelons à découvert sans peur de tâcher les vêtements. Le bébé peut être nu, à part sa couche et la mère doit se découvrir la poitrine. **Le violet de gentiane est très salissant.**
3. **Vous pouvez mettre un peu d'huile d'olive sur les joues et autour de la bouche du bébé avant d'appliquer le violet de gentiane pour atténuer la teinte violette.**
4. Trempez un coton-tige dans le violet de gentiane.
5. Appliquez-en sur un de vos mamelons et sur l'aréole et laissez sécher quelques secondes.
6. Mettez le bébé au sein. Ainsi, la bouche du bébé et votre mamelon sont traités.
7. Quand le bébé a terminé de ce côté, remettez un peu de violet de gentiane si nécessaire et couvrez d'une compresse d'allaitement.
8. Répétez les étapes pour l'autre mamelon.
9. Si à la fin de la tétée, la bouche du bébé et vos mamelons sont violets, cela suffit. Sinon rappliquez un peu de violet de gentiane. Ainsi le traitement se réalise en une étape.
10. Le surplus de violet de gentiane sur le visage du bébé peut être enlevé avec un essuie-tout.
11. Répétez le traitement chaque jour (un traitement par jour est suffisant) pendant au moins 3 ou 4 jours, observez si cela s'améliore et continuez pour le reste de la semaine (voir plus loin pour connaître la durée du traitement).
12. Il y a souvent un soulagement en moins de quelques heures après la première application et la douleur disparaît ou est presque disparue après trois jours. Si ce n'est pas le cas il est probable que le *Candida albicans* n'était pas la cause du problème, bien que le *Candida albicans* commence à montrer une résistance au violet de gentiane de même qu'à d'autres substances fongicides. Bien sûr, la douleur des mamelons peut avoir plus d'une cause, mais après trois jours, la douleur causée par le *Candida albicans* devrait être disparue. Cependant, si la douleur est presque mais pas entièrement disparue après 3 ou 4 jours, vous pouvez continuer l'usage du violet de gentiane encore quelques jours.

13. Toutes les tétines que le bébé utilise devraient être bouillies tous les jours du traitement ou entièrement couvertes de violet de gentiane ou d'extrait de pépins de pamplemousse. Pensez à cesser l'usage des tétines qui peuvent aussi affecter la façon dont le bébé prend le sein et ainsi causer de la douleur.

14. **Il n'est pas nécessaire de traiter seulement parce que le bébé a le muguet.** La raison pour traiter est la douleur chez la mère et/ou chez le bébé. Toutefois, le bébé semble rarement être dérangé par le muguet.

15. **Rarement**, certains bébés traités avec du violet de gentiane développent des ulcères buccaux, ce qui pourrait leur faire rejeter le sein. Si cela se produit ou si le bébé est irritable pendant la tétée, cessez le violet de gentiane immédiatement et consultez. Les ulcères disparaissent en moins de 24 heures et le bébé reprendra l'allaitement.

16. Pour la mère qui a un problème récurrent, il est recommandable de prendre des bactéries lactiques (probiotiques) oralement pendant quelques semaines et de l'extrait de pépins de pamplemousse pendant au moins deux semaines. Dans ce cas, le bébé devrait probablement prendre aussi les bactéries lactiques (voyez le feuillet Comment s'y prendre avec une candidose mammaire).

Appliquez-le une fois par jour pendant 4 à 7 jours. S'il n'y a plus de douleur après 4 jours, cessez le violet de gentiane. S'il y a eu amélioration mais que la douleur perdure, continuez jusqu'à 7 jours. Quoi qu'il en soit, arrêtez d'appliquer le violet de gentiane après 7 jours, pas parce qu'il est dangereux de continuer, toutefois s'il n'a pas aidé en 7 jours, il n'aidera probablement pas. S'il n'y a aucune amélioration après 4 jours d'usage, cessez l'application de violet de gentiane, continuez la pommade et demandez de l'aide compétente.

Si l'infection réapparaît, le traitement peut être répété comme décrit plus haut. Mais si cela se reproduit pour une troisième fois, une source de réinfection devrait être recherchée. La source peut être la mère porteuse du champignon (sans autres signes d'infection ailleurs) ou des tétines que le bébé se met dans la bouche.

Traitement topique à l'extrait de graines de pamplemousse

dont L'ingrédient actif de l'extrait de pépins de pamplemousse (EPP) doit être du « citricidal ». Il doit être suivi et utilisé conjointement avec la pommade tout usage. Appliquez la solution diluée directement sur les mamelons. Le EPP ne nécessite aucune réfrigération et peut être couvert et utilisé

jusqu'à ce que la solution soit épuisée.

Comment l'utiliser :

- Mélangez bien 5 à 10 gouttes dans 30 ml d'eau.
- Employez un coton-tige pour l'application sur les deux mamelons et sur les aréoles après la tétée.
- Laissez sécher pendant quelques secondes, puis appliquez la pommade tout usage.
- Si vous utilisez également le violet de gentiane, n'utilisez pas les deux produits simultanément; appliquez l'EPP après toutes les tétées où vous n'utilisez pas le violet de gentiane.
- Appliquez l'EPP jusqu'à ce que la douleur soit complètement disparue, puis diminuez graduellement sur une période d'au moins une semaine.
- Si la douleur ne diminue pas considérablement après 2 ou 3 jours, augmentez la concentration de 5 gouttes pour 30 ml d'eau. Vous pouvez continuer d'augmenter la concentration à quelques jours d'intervalle pour atteindre un maximum de 25 gouttes pour 30 ml d'eau.
- Si la peau pèle, se dessèche ou si des blancheurs apparaissent, mettez de l'huile d'olive pure en remplacement de la pommade tout usage 1 à 3 fois par jour, après chaque tétée, et diminuez la concentration d'EPP. Si la desquamation persiste, cessez l'EPP.
- Vous pouvez aussi traiter les vêtements en ajoutant de 15 à 20 gouttes d'extrait dans l'eau de rinçage.
- L'EPP peut être utilisé conjointement avec la solution orale d'EPP et des probiotiques.

S'il n'y a pas d'amélioration et/ou que vous avez des douleurs profondes au sein qui ne s'améliorent pas avec le traitement des mamelons seuls, ajoutez un traitement oral d'extrait de pépins de pamplemousse et/ou des probiotiques.

Traitement oral l'extrait de graines de pamplemousse

L'ingrédient actif doit être toujours « citricidal ». La mère doit le prendre en comprimés ou en capsules de 250 mg (habituellement 2 comprimés de 125 mg chacun) 3 ou 4 fois par jour. Si vous préférez, vous pouvez le prendre oralement en solution liquide, 10 gouttes dans de l'eau 3 fois par jour (cela est moins efficace que les comprimés et le goût est très amer). L'extrait oral peut être pris avant d'essayer le fluconazole, au lieu du fluconazole ou, dans les cas résistants, conjointement avec le fluconazole.

Les probiotiques

L'acidophilus avec bifidus (avec fructo-oligosaccharides (FOS) est acceptable). Vous devez prendre 1 ou 2 capsules à teneur de 10 milliards de cellules 2 à 3 fois par jour. Les probiotiques devraient être pris à au moins une heure d'intervalle de l'EPP oral. Votre bébé devrait être traité avec les probiotiques 2 fois par jour pendant environ 7 jours (on peut mouiller un doigt, l'enrober de poudre de probiotiques contenue dans une capsule et faire téter au bébé tout juste avant une tétée).

S'il n'y a encore aucune amélioration, ajoutez le fluconazole

Le fluconazole (Diflucan®, Triflucan®) est un fongicide synthétique qui peut être employé pour traiter le *Candida albicans* ainsi que d'autres infections aux champignons. Dans le cas d'une mère qui a les mamelons douloureux, les mamelons doivent être premièrement traités sans ménagement et si le traitement est inefficace, alors le fluconazole est ajouté.

Le fluconazole est un fongicide systémique pris oralement ou par intraveineuse. Il arrête la multiplication des champignons (tels *Candida albicans*) mais ne les détruit pas. C'est pourquoi l'effet n'apparaît parfois qu'après plusieurs jours. La poudre de fluconazole est aussi disponible et peut être mélangée à la pommade tout usage au lieu de la poudre de miconazole.

Le fluconazole a tendance à être plus efficace s'il est utilisé conjointement avec les probiotiques et l'extrait de pépins de pamplemousse oralement.

Effets secondaires

Le fluconazole est en général bien toléré mais il n'existe pas de médicaments qui n'ont jamais d'effets secondaires. L'inquiétude au sujet des dommages au foie est exagérée car cette complication semble tout à fait rare. Elle se produit habituellement chez les gens qui prennent aussi d'autres médicaments, qui ont pris le fluconazole pendant des mois et qui souffrent de problèmes immunitaires. Mais la possibilité existe, il ne faut pas l'oublier et si cela se produit, cela peut être grave.

Les effets secondaires les plus fréquents sont les vomissements, la diarrhée, les douleurs abdominales et les éruptions cutanées. Ces symptômes ne sont pas sévères d'habitude et il

n'est qu'occasionnellement nécessaire d'arrêter de prendre le médicament à cause des effets secondaires. Les réactions allergiques sont possibles mais rares. Envoyez un courriel immédiatement si vous avez des inquiétudes.

Le fluconazole dans le lait

Le fluconazole apparaît en effet dans le lait, comme il se doit, puisque le but est de traiter l'infection dans les seins et dans les mamelons. Il est, par conséquent, supérieur au kétoconazole qui se retrouve dans le lait seulement en quantité minime.

Évidemment, le bébé en recevra un peu mais ce médicament est maintenant employé pour traiter le muguet chez les bébés. Aucune complication n'a été reportée chez le bébé soumis au fluconazole dans le lait maternel. Continuez à allaiter pendant que vous prenez le fluconazole, même si l'on vous dit que vous devriez arrêter.

Le dosage du fluconazole

Le *Candida albicans* devient résistant au fluconazole, et la quantité que l'on utilise a augmentée depuis ces dernières années. Il y a quelques années seulement, 90% des femmes étaient guéries de leurs symptômes en prenant 100 mg par jour pendant 10 jours. Nous trouvons que maintenant ce n'est plus suffisant. Pour les cas résistants, un autre fongicide, l'itraconazole, peut être employé, bien que ce soit discutable car il n'est pas très efficace contre le *Candida albicans*.

Votre prescription aura une dose initiale de 400 mg suivi de 100 mg deux fois par jour jusqu'à ce que vous n'ayez plus aucune douleur pendant toute une semaine, ce qui veut souvent dire au moins pendant deux semaines. Selon notre expérience, cela semble une bonne garantie contre une rechute. Si vous avez de la douleur aux mamelons, continuez la pommade (\pm le violet de gentiane et l'extrait de pépins de pamplemousse) durant le traitement au fluconazole. Toutefois, cela signifie que bien que la plupart des mères n'ait besoin que de deux semaines de traitement, certaines nécessitent un plus long traitement. Parfois cela prend de sept à dix jours avant que la douleur commence à diminuer. Contactez-nous si vous n'avez aucun soulagement dans sept jours. Si après 10 jours, il n'y a pas de soulagement du tout, il semble improbable que le fluconazole aidera. Pour certains cas très résistants, nous avons utilisé 100 mg, trois fois par jour pendant une semaine ou plus.

Il est parfois profitable de traiter aussi le bébé. Le

dosage pour le bébé serait de 6 mg/kg pour la première dose suivie de 3 mg/kg/jour pendant la même durée que le traitement de sa mère. Il est préférable de traiter le bébé avec les probiotiques en premier (voir le feuillet Comment s'y prendre avec une candidose mammaire). C'est simple et assez bon marché. La mère met une petite quantité de poudre sur son doigt mouillé et le fait sucer à son bébé pendant quelques secondes avant la tétée, deux fois par jour pendant 4 à 7 jours. Cela est suffisant pour un bébé qui a le muguet.

À noter : La prescription de fluconazole pur un traitement de deux semaines pour la mère peut coûter entre 300.00\$ et 350.00\$. Il y a maintenant du fluconazole générique qui est moins cher.

L'application de la pommade tout usage aux mamelons doit continuer et le violet de gentiane peut être répété. Le fluconazole ne devrait pas être utilisé en traitement initial, surtout si vous avez de la douleur aux mamelons. Si utilisé, il devrait être ajouté aux traitements topiques et oraux mentionnés plus haut, et non être pris seul. Le fluconazole prend 3 ou 4 jours avant de commencer à agir et peut même parfois prendre jusqu'à 10 jours pour commencer à faire effet. Si vous n'avez aucun soulagement après avoir pris le fluconazole pendant 10 jours, il est fort probable qu'il n'y aura aucun effet et vous devriez arrêter de le prendre.

Autres médicaments

Pour les douleurs profondes dans les seins, l'ibuprofène, à raison de 400 mg toutes les 4 heures peut aider jusqu'à ce qu'un traitement soit définitivement efficace (pour une dose maximale de 2400 mg/jour).

Sources

- Feuillet d'information **Protocole pour le traitement du Candida** 2009©. Révisé en 2009 par Jack Newman et Édith Kernerman. Traduit et révisé par Stéphanie Dupras, IBCLC.
- Feuillet d'information **L'emploi du violet de gentiane** 2009©. Révisé en 2009 par Jack Newman et Édith Kernerman. Traduit et révisé par Stéphanie Dupras, IBCLC.
- Feuillet d'information **Le fluconazole** 2009©. Révisé en 2009 par Jack Newman et Édith Kernerman. Traduit et révisé par Stéphanie Dupras, IBCLC.