

Notre pommade se qualifie de « tout-usage » puisqu'elle contient des ingrédients qui agissent sur des causes multiples ou sur les facteurs aggravants des douleurs aux mamelons. La médecine « idéale » exige précisément « le » traitement approprié pour « le » problème spécifique, mais les mères ayant des douleurs aux mamelons n'ont pas le loisir d'essayer différents traitements qui pourraient ou non réussir. Donc, nous avons combiné différents traitements dans une seule pommade. Il va sans dire que la prévention des douleurs aux mamelons au départ est le meilleur traitement et souvent, modifier la façon dont le bébé prend le sein peut être ce qui est le plus efficace pour diminuer ou enrayer la douleur chez la mère. (Voir les feuillets *La prise du sein*, *Les mamelons douloureux* ainsi que les clips vidéos.)

La pommade tout-usage contient :

1. La pommade de mupirocine 2%. La mupirocine (Bactroban®) est un antibiotique efficace contre plusieurs bactéries, particulièrement le *Staphylococcus aureus* (staphylocoque doré), incluant le staphylocoque doré résistant à la méthicilline. Le staphylocoque doré se développe habituellement sur la peau abîmée ou irritée des mamelons et aggrave la cause initiale de la douleur aux mamelons. Il est intéressant de noter que la mupirocine a, apparemment, un effet contre le *Candida albicans* (appelé couramment mais inexactement « muguet » ou « levure »). Le traitement des douleurs aux mamelons consistant uniquement en un antibiotique semble parfois réussir, mais nous croyons que l'antibiotique agit mieux en combinaison avec les autres ingrédients décrits plus loin. Bien que la mupirocine soit absorbée quand on la prend oralement, elle est métabolisée si rapidement qu'elle disparaît avant de pouvoir être mesurée dans le sang. De plus, quand elle est utilisée sur la peau, la plupart adhère à la peau; donc, très peu serait ingéré par le bébé. Il n'y aurait donc pas de danger pour le bébé s'il lui arrivait d'en recevoir un peu.

2. La pommade de bêtaméthasone 0,1%. La bêtaméthasone est un corticostéroïde qui, comme tous les corticostéroïdes, a la propriété de faire diminuer l'inflammation. La douleur aux mamelons ressentie par la mère est due en grande partie à l'inflammation. La rougeur des mamelons et des aréoles est signe d'inflammation. En la diminuant, la pommade tout-usage réduit la douleur ressentie par la mère. La plupart de la bêtaméthasone dans la pommade est absorbée par la peau de la mère et le bébé en reçoit très peu.

3. La poudre de miconazole pour obtenir une concentration finale de 2%. Le miconazole est un antifongique. Il est très efficace contre le candida albicans. Nous croyons adéquate la concentration de miconazole de 2%, mais puisqu'une poudre est ajoutée en pharmacie aux deux autres ingrédients mentionnés plus haut, la concentration de miconazole peut être augmentée à 3% ou même 4%, ou peut être diminuée à moins que 2%. Nous croyons qu'une concentration de 2% est la meilleure dans la plupart des situations. La poudre de fluconazole à 2% aussi bien que la poudre de clotrimazole à 2% peuvent remplacer la poudre de miconazole mais nous croyons que le clotrimazole (Canesten®) cause plus d'irritations que les autres médicaments de la même famille. La crème ou le gel de miconazole ne peut remplacer la poudre de miconazole car le composé tend à se séparer. S'il est difficile, là où vous habitez, d'obtenir le miconazole ou les autres médicaments mentionnés sous forme de poudre pour constituer la pommade tout-usage, il est probablement préférable d'utiliser seulement les pommades de mupirocine et de bêtaméthasone mélangées ensemble plutôt que d'ajouter une crème ou un gel ou la pommade de nystatine, par exemple.

Si vous êtes en France (de Marie Courant de Lille)

Nous avons cherché comment adapter à la France « la pommade tous usage » du pédiatre canadien Jack Newman qui, dans sa formule d'origine, n'est pas réalisable en France.

Voici la formule que l'équipe d'Annebé Vitoux-Gillet, pharmacien (abgillet@free.fr) propose. Jack Newman a été contacté et a donné son aval et il a ajouté « nous réservons la préparation avec ibuprofène quand la première préparation (sans ibuprofène) n'a pas aidé. »

Mupiderm (mupirocine 2%) 1 tube de 15g de pommade

Betneval (bêtaméthasone 0.1%) 15g de pommade (tube de 30g)

Miconazole Nitrate 0.6g

Ibuprofène 0.6g

pf 1 pommade

Le médecin doit préciser sur l'ordonnance la mention « Préparation Magistrale Remboursée à usage thérapeutique en l'absence de spécialité équivalente ».

Il est possible de la réaliser fidèlement, on trouve les chimiques en France, chez la société Fagron.

On peut y commander de la poudre de miconazole nitrate et de l'ibuprofène.

Le Mupiderm et la Betneval ne sont pas faits avec les mêmes excipients mais le mélange ne devrait pas poser de problèmes, c'est tout à fait compatible. On a une formule « Pommade » qui est beaucoup plus grasse qu'une crème. Cela permet d'avoir un meilleur effet occlusif et donc une meilleure efficacité.

Le fait d'utiliser une poudre ne diminuera pas la concentration des deux autres ingrédients comme elle le ferait si l'antifongique était ajouté en pommade (par exemple, la pommade de nystatine). Ainsi, dans cette préparation, la concentration de la bêtaméthasone atteint 0.05% (due à la combinaison avec la mupirocine) et la concentration de la mupirocine est diminuée à 1%. Il est à noter que la pommade de nystatine, que nous utilisions auparavant et qui diminue la concentration des autres ingrédients, est de beaucoup inférieure au miconazole et en plus elle est très amère.

Je prescris la pommade combinée comme suit :

1. pommade de mupirocine 2% : 15 grammes
2. pommade de bêtaméthasone 0.1% : 15 grammes
3. Ajouter la poudre de miconazole afin d'obtenir une concentration finale de miconazole de 2%

Total : environ 30 grammes combinés

Appliquer avec modération après chaque tétée

Ne pas laver ou essuyer

Aucune substitution!

Si possible, essayez d'obtenir votre prescription d'une pharmacie qui remplit les ordonnances magistrales. Au moins, on ne vous dira pas que la poudre de miconazole n'existe pas. **Vous pourrez trouver la liste des pharmacies au Canada et aux États-Unis, peut-être même dans d'autres pays qui font des préparations magistrales en allant au site internet**

www.iacprx.org

. Cliquez « For Patients, Pet Owners » dans la boîte rouge à gauche de la page, puis cliquez « Finding a Compounding Pharmacy ». Vous devrez vous enregistrer. Si vous êtes au Canada, veuillez vous assurer de laisser un espace entre les deux groupes de 3 lettres dans le code postal : M2K 2M1 et non M2K2M1.

Comment dois-je utiliser la pommade ?

1. Appliquer parcimonieusement après chaque tétée. « Modérément » signifie que vous appliquez juste assez de pommade sur le mamelon et l'aréole pour les rendre luisants.
2. Ne pas laver ni essuyer, même si le bébé reprend le sein plus tôt que prévu

Pendant combien de temps puis-je utiliser la pommade ?

Je ne sais trop pourquoi le bruit court d'utiliser la pommade pendant seulement deux semaines. Cela est malheureux car la situation de plusieurs mères s'améliore beaucoup, même si la douleur n'a pas complètement disparu et elles croient devoir cesser l'emploi de la pommade après deux semaines. Apparemment, les pharmaciens ont dit que le stéroïde contenu dans la pommade causera un « amincissement » de la peau. C'est une inquiétude avec l'emploi de n'importe quel stéroïde topique, mais selon notre expérience, cela ne s'est pas produit avec la pommade tout-usage et plusieurs mères l'ont utilisée pendant des mois.

Toutefois, tout médicament devrait être utilisé pendant la période nécessaire au traitement la plus courte possible, soit oralement ou appliqué sur la peau, ou par d'autres moyens. Il en est de même pour la pommade. Il n'y a pas de problèmes à l'utiliser pendant 2 à 3 semaines ou plus, mais si vous avez toujours besoin de la pommade après 2 à 3 semaines, ou si la douleur réapparaît après en avoir cessé l'application, vous devriez demander de l'aide pratique afin de connaître la cause et de modifier si nécessaire la façon dont le bébé prend le sein, par exemple. En fait, l'élément le plus important pour diminuer la douleur aux mamelons est d'obtenir « la meilleure prise du sein possible ». Plusieurs enseignent une méthode pour prendre le sein qui diffère de la nôtre. Naturellement, selon notre expérience et selon les réactions de nos patientes, nous croyons que notre méthode est efficace et qu'elle réussit. Voir le feuillet *La prise du sein* et les clips vidéos.

Feuillet d'information La pommade « tout-usage » pour mamelons 2009©

La version originale en anglais « APNO » révisée en 2009 par Jack Newman et Édith Kernerman

Tous nos feuillets peuvent être copiés et distribués sans autre permission à condition de ne pas être utilisés dans quelque contexte que ce soit qui violerait le **Code international de l'OMS sur la commercialisation des substituts de lait maternel (1981)** et les résolutions subséquentes de l'Assemblée Mondiale de Santé.
