

# Come favorire la produzione di latte materno

Il latte materno presenta diverse caratteristiche che lo rendono ottimale per l'alimentazione del neonato. E' unico e originale; infatti anche all'interno di una singola seduta di allattamento varia nella sua composizione e questo perché, rispettando lo stato fisiologico madre-neonato, fornisce i nutrienti specifici nelle corrette proporzioni e quantità e, nella continua modificazione strutturale, garantisce le esigenze alimentari, immunitarie e psico-emozionali del neonato. Da molti anni le organizzazioni pediatriche e neonatali, l'Organizzazione Mondiale della Sanità sottolineano l'importanza dell'allattamento al seno per la salute e l'equilibrio del neonato e futuro adulto. Il fenomeno della montata latte si verifica fisiologicamente nel terzo-quarto giorno dopo il parto; durante i primi giorni la nutrizione del neonato è assicurata da un alimento meraviglioso che è il colostro, estremamente ricco in anticorpi, vitamine, oligoelementi e zuccheri, facilmente digeribile, in equilibrio con la maturità gastrointestinale del neonato; la montata latte è favorita dalla suzione del capezzolo, che attiva un arco riflesso neuro-ormonale provocando una doppia secrezione: l'ossitocina, che, agendo sulle cellule mioepiteliali, provoca l'escrezione del latte nei dotti galattofori e agendo sulle cellule muscolari dell'utero ne induce il ritorno alle dimensioni basali e la prolattina, che mantiene la galattopoiesi, cioè la formazione del latte stesso.

Per ipogalattia si intende un deficit della secrezione di latte durante il periodo dell'allattamento; vale la pena ricordare che per la Medicina Tradizionale Cinese il latte è una forma specifica di Sangue e che nella donna la ghiandola mammaria è sotto il controllo dei Meridiani di Stomaco, Fegato e Milza. In Medicina Tradizionale Cinese si considera che il latte nasce dalla trasformazione del Sangue e dell'Energia di due Meridiani Straordinari: il *Ren Mai* e il *Chong Mai*.

L'ipogalattia può essere dovuta principalmente a due cause: o da Deficit o da Stasi. Nel primo caso, dato che per la MTC il latte è una forma specifica di Sangue, questa ridotta produzione è imputabile al consumo di Sangue e di *Yin* (in particolare dei liquidi corporei), che avviene durante la gravidanza, il travaglio di parto, e il parto. I sintomi saranno seni flaccidi, pallore, astenia (cioè forte stanchezza) e inappetenza; nel secondo caso invece la ridotta espulsione del latte è dovuta a una situazione di Ristagno o Stasi, per cui la terapia avrà un intento di mobilitazione. In questo secondo caso i sintomi saranno seni duri, tesi, dolenti; la donna avvertirà una sensazione di tensione a livello mammario e di costrizione a livello toracico, con desiderio di sospirare.

Da sottolineare l'importanza dell'alimentazione della madre, che nel caso di ipogalattia da Deficit deve assumere tutti i cibi ad azione tonica sull'Energia quali pollo, uova, stinco di maiale, seppia, polpo, gamberetti, piselli, tofu, soia rossa, funghi, carote, semi di zucca, arachidi, fichi, mentre nel caso di ipogalattia da Stasi deve assumere tutti i cibi ad azione mobilizzante quali la lattuga, le pere, il vino, la birra.

In assenza di cause organiche è possibile indurre la montata latte stimolando l'Energia e il Sangue (il latte è considerato "sangue bianco"); è possibile trattare i Meridiani di Milza (fig. 1) e di Stomaco (fig. 2)

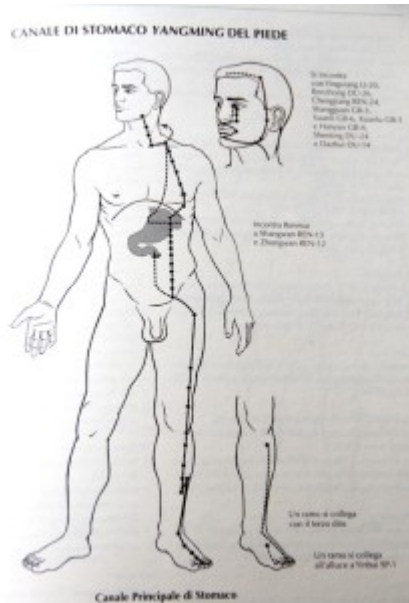


fig.1

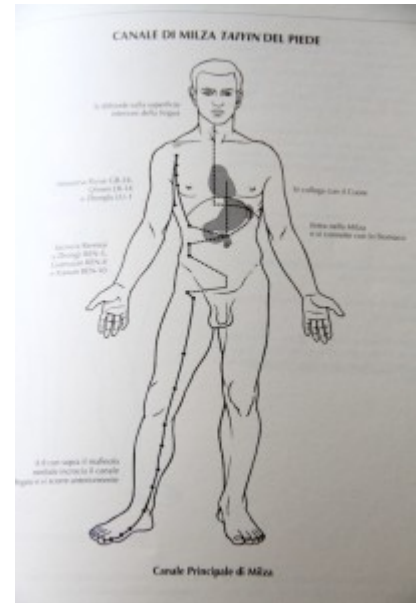


fig.2

e procedere con il massaggio mediante manipolazione di pressione (*AN FA*) dei punti *Shanzhong* CV-17 (situato al centro del petto, tonifica l'Energia o *Qi* e quindi aiuta sia la produzione sia la circolazione del Sangue-Latte, fig. 3) e *Rugen* ST-18 (situato sul seno, poco sotto il capezzolo, lungo il Meridiano di Stomaco, ricco di Energia e di *Sangue*, fig. 4).

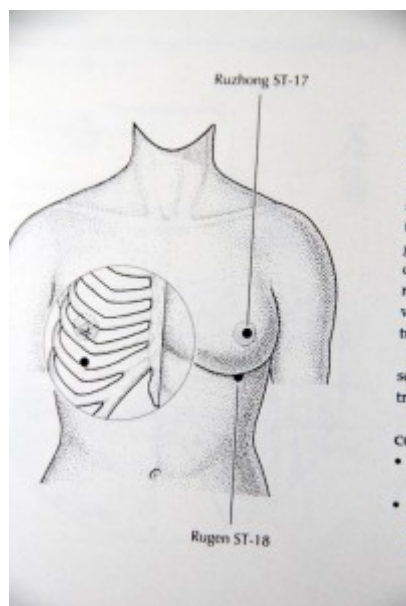


fig.3

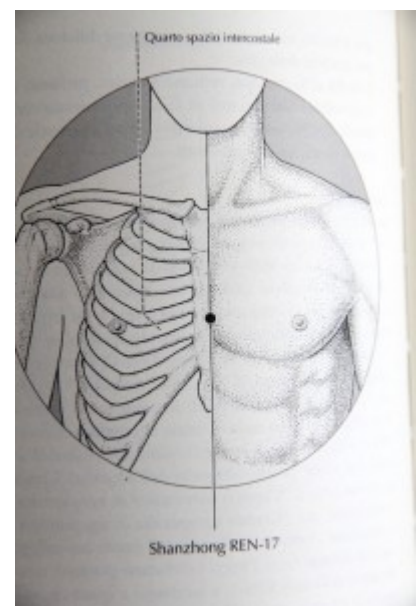


fig.4

Utile anche stimolare mediante pressione ungueale (*QIA FA*) il punto *Shaoze* SI-1 (Piccola Palude), situato a livello dell'angolo ungueale del mignolo sul lato ulnare, fig. 5; molto efficace risulta inoltre il massaggio del punto *Huangmen* BL-51 bilateralmente (Porta dei centri vitali), situato ai lati della colonna vertebrale all'altezza della prima vertebra lombare, fig. 6.

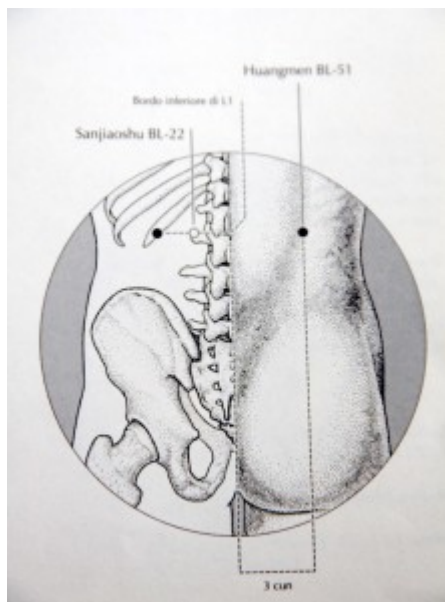


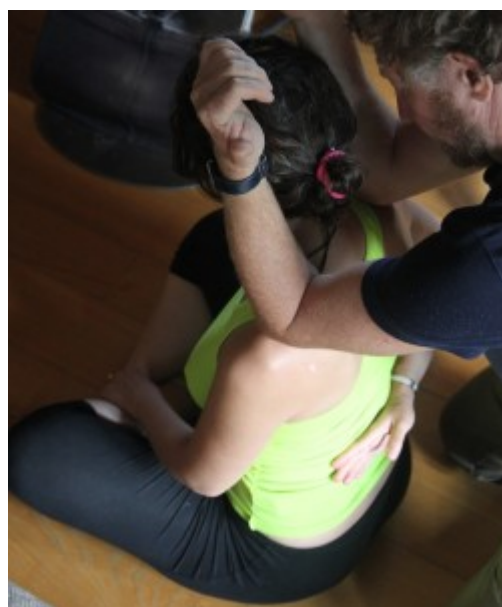
fig.5



fig.6

Quest'ultimo punto risulta particolarmente efficace nello sbloccare i Ristagni nel caso di ipogalattia da Stasi, come anche la stimolazione in pressione del punto *Jianjing* GB- 21 (pozzo della spalla), situato sul punto più alto del muscolo trapezio nella zona più dolente alla pressione, fig. 7.

fig.7



Esistono studi clinici che hanno dimostrato l'efficacia della stimolazione della lattazione - comprovata dal dosaggio sierico di prolattina - mediante massaggio di punti locali del seno (in particolare i già citati CV-17 e ST-18).