

Marie-Line

**tu tires que 30 mL?
c'est PAS NORMAL**

**Règles-tu ton
SPECTRA
comme il faut ?**

SWIPE ->



Pourquoi ce guide ?

Je déteste entendre *"j'aurais voulu allaiter mais je n'avais pas assez de lait."*

95% des mamans PEUVENT allaiter.

Le problème ? Personne ne t'a expliqué comment régler ton tire-lait correctement. Ce guide va changer ça.

📄 CE PDF EST ISSU DE MA FORMATION YOUTUBE

👉 Regarde la vidéo complète ici ou sur la photo

<https://youtu.be/sBUtU9rDtGA?si=8V8u6AbTsEt2IPnQ>



www.jallaiteaunaturel.com

 Pourquoi tu n'obtiens que 30 mL ?

Parce que ton SPECTRA
est **MAL RÉGLÉ**

(pas parce que tu manques de lait)



Tu passes **tellement d'efforts** à tirer que tu en es épuisée.

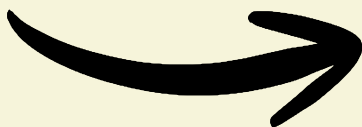
Tu fixes le biberon quasi vide en te demandant **ce qui cloche chez toi.**

Tu viens à en croire que tu n'as pas assez de lait alors que c'est **faux**

(je te rappelle que 95% des mères ont la capacité d'allaiter, ça t'en bouche un coin?)

Alors arrête de t'acharner et de tourner les boutons dans tous les sens,

je te MONTRE COMMENT FAIRE une fois pour toutes .



Réglages sur tire-lait SPECTRA PRO S1

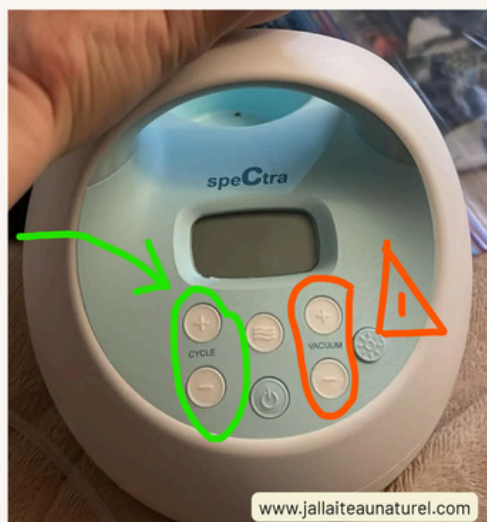


- quand débit ralentit => faire **varier le CYCLE (vitesse)** (*ici: bouton de gauche, en vert*)
- vigilance sur la **puissance (vacuum)** (*ici: bouton de droite, en orange*)

Inutile de monter trop fort !
=> inconfort, douleur

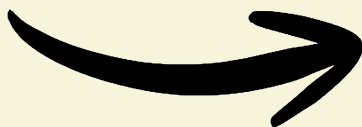


Réglages sur tire-lait SPECTRA PRO S1



- quand débit ralentit =>
faire **varier le CYCLE (vitesse)**
(ici: bouton de gauche, en vert)
- vigilance sur la **puissance (vacuum)**
(ici: bouton de droite, en orange)

Inutile de monter trop fort !
=> inconfort, douleur



comment conduire la session de tirage efficacement : protocole recommandé

Démarre toujours en **STIMULATION**

→ dès que ça coule → passe en **EXPRESSION**

1er réflexe
d'éjection

→ ça s'arrête de couler ? → retour en **STIMULATION**

→ ça recoule → repasse en **EXPRESSION**

2e réflexe
d'éjection

→ ça s'arrête de couler ? → retour en **STIMULATION**

→ ça recoule → repasse en **EXPRESSION**

3e réflexe
d'éjection

→ ça s'arrête de couler ? → retour en **STIMULATION**

jusqu'à la fin des 30 minutes (ou quantité suffisante)



Les 3 astuces magiques pour obtenir encore plus de lait

Le tire-lait seul ne suffit pas

Ajoute :

- **massage** avant et pendant le tirage
- **compression** pendant
- relance quand le débit ralentit : ***varier la vitesse***

=> tu aides ton corps à **déclencher plusieurs réflexes d'éjection**

comme bébé le fait :-)

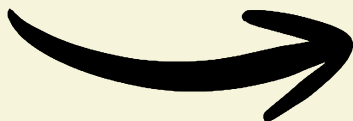


PROTOCOLES DE TIRAGE ALTERNATIFS

À tester, notamment si les quantités que tu tires sont faibles

- **TIRER SEULEMENT EN MODE STIMULATION**
- **FINIR LE TIRAGE EN MODE STIMULATION**

1 session de stimulation / expression suivie d'une
fin de tirage en stimulation



OK, on récap vite fait : Pour ENFIN tirer bien plus de 30 mL et ne plus te décourager

✓ Réglages SPECTRA :

varie le CYCLE (vitesse) quand ça ralentit plutôt que le VACUUM (puissance d'aspiration)

✓ Protocole **stimulation/expression** :

alterne comme bébé le fait, jusqu'à déclencher 3 réflexes d'éjection en 30 min

✓ Les 3 astuces magiques :

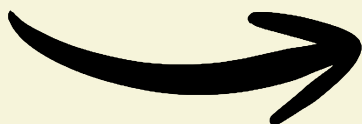
massage + compression pendant le tirage + **relance**
quand ça s'arrête de couler

✓ Protocoles alternatifs :

si tu tires que dalle, teste **juste la stimulation** OU **finis en stimulation**

C'est PAS sorcier n'est ce pas? C'est juste que personne te l'a jamais expliqué comme ça.

 Sauvegarde ce carrousel pour l'avoir sous la main quand tu tireras ton lait !



J'espère que ça va t'aider.

Maintenant; va vite tirer en suivant ces trucs, et
viens me dire dans 30 minutes combien tu
obtiens maintenant !

⚠ ATTENTION : TAILLE DES TÉTERELLES

Ce protocole fonctionne SEULEMENT si :

✓ Tu as la BONNE TAILLE de téterelles

✓ Tu as la BONNE FORME de téterelles

Sinon ?

✗ Tu pompes dans le vide

✗ Tu te crées des douleurs

✗ Tu gâches TOUS tes efforts

PRENDS TA BOUSSOLE ou TON GPS

Pour vérifier que tu as les bonnes
téterelles

👉 **OUI JE VERIFIE avec TOI**

Ça prend 2 minutes et ça peut TOUT
changer)



www.jallaiteaunaturel.com

Et si en plus tu veux :

- Relancer ta lactation
- Remettre bébé au sein
- Arrêter le lait artificiel

Alors j'ai carrément conçu **CLÉ** : le SEUL programme sur mesure qui t'accompagne étape par étape pour lancer (enfin) ton allaitement au sein, sans pleurs, en moins de 3 mois.



Je m'inscris à CLÉ



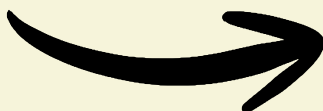
Besoin d'en parler avant ?

Prends un RDV découverte GRATUIT avec moi (30 min)

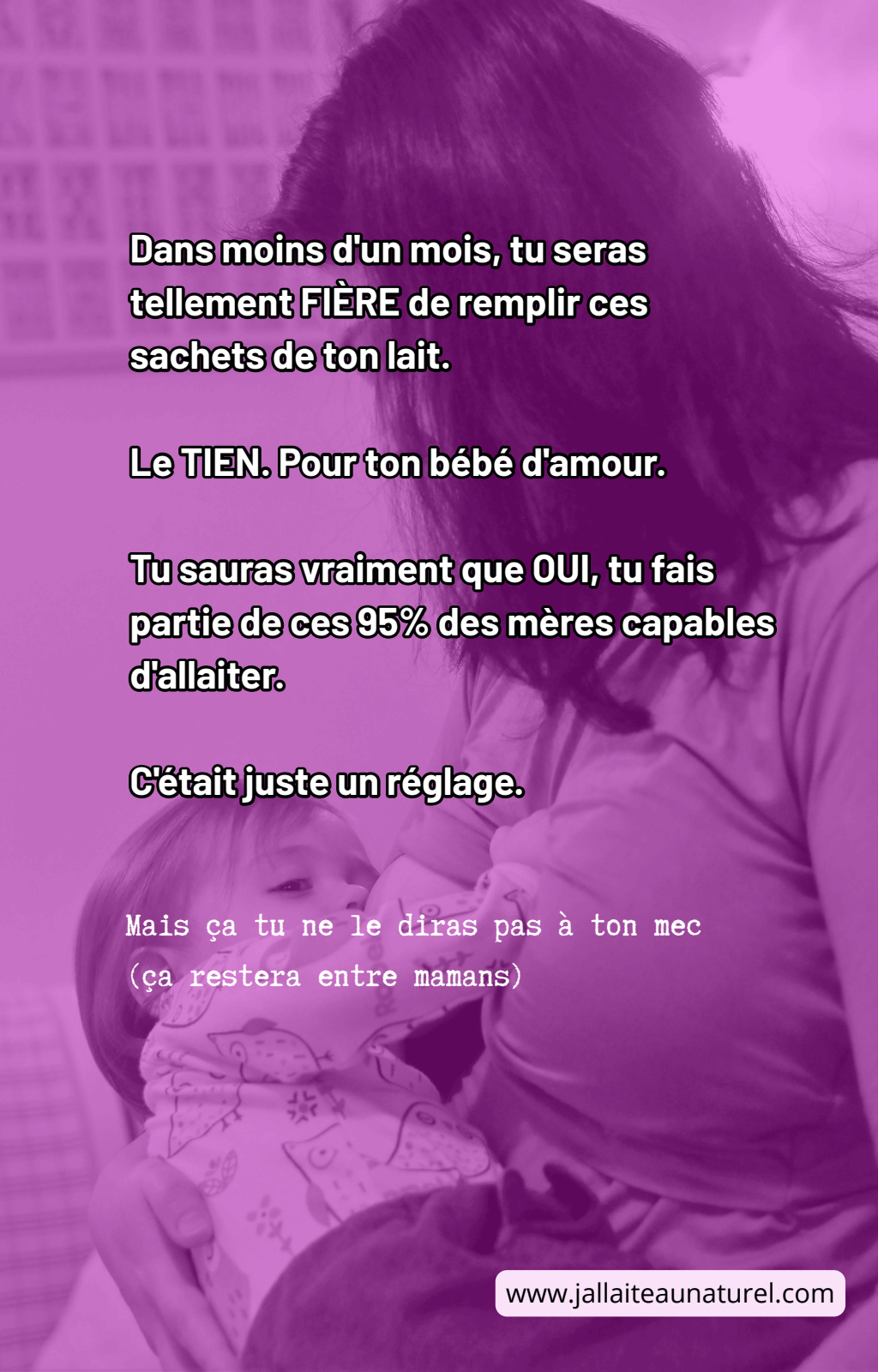


Je prends RDV avec toi

Je réponds à toutes tes questions et on voit ensemble les solutions adaptées pour toi ❤️



www.jallaiteaunaturel.com



**Dans moins d'un mois, tu seras
tellement FIÈRE de remplir ces
sachets de ton lait.**

Le TIEN. Pour ton bébé d'amour.

**Tu sauras vraiment que OUI, tu fais
partie de ces 95% des mères capables
d'allaiter.**

C'était juste un réglage.

Mais ça tu ne le diras pas à ton mec
(ça restera entre mamans)



Note...

marieline_allaitement 🔒

Marie-Line, consultante en lactation | allaitement exclusif

354 publications 248 followers 374 suivi(e)s

- ♥ Tu tires 20 mL: tu crois que c'est foutu?
- 🌱 Relance ta lactation pour remettre bébé au sein en 15 jours
- 📌 Écris LAIT en DM pour ton plan gratuit

🔗 jallaiteaunaturel.com/services et 1 de plus

Marie-Line Conseillère et coach en allaitement exclusif

🌐 www.jallaiteaunaturel.com

✉ jan@jallaiteaunaturel.com

📷 Instagram : [@marieline_allaitement](https://www.instagram.com/marieline_allaitement)

📺 <https://www.youtube.com/@JallaiteauNaturel>

📁 **Sauvegarde ce guide**

👤 **Partage-le à une maman qui galère avec son tire-lait**

💬 **Envoie-moi un DM pour me raconter tes résultats !**