



Breastfeeding Help Resource Guide



Many healthcare providers assist women with breastfeeding. Agencies listed here have International Board Certified Lactation Consultants (IBCLC's), who are **the most qualified** to help moms experiencing breastfeeding problems.



Hospitals (in-patient) **Patient only**

Kaiser Permanente.....	393-4033
Petaluma Valley Hospital.....	778-2827
Santa Rosa Memorial Hospital.....	525-5212
Sutter Santa Rosa Regional Hospital.....	576-4857

Clinics/Offices **Patient only**

Alliance Medical Center	433-5494
St. Joseph's Pediatrics.....	544-6090
Kaiser Permanente	393-4033
Santa Rosa Birth Center.....	539-1544
Santa Rosa Community Health Centers (All Sites).....	578-2005
West County Health Centers, Inc. (All sites)	824-3383

WIC **Clients**

Alliance Medical Center WIC	431-0831
County of Sonoma WIC	565-6590
Sonoma County Indian Health WIC	521-4575

Breastpump Rentals

Santa Rosa Birth Center	539-1544
Petaluma Valley Hospital (patients only) ..	778-2780

Private Practice IBCLC's home visits, fees apply

Katie Oshita, RN, IBCLC.....	707-241-3206	www.cuddlesandmilk.com
Dara Knerr, RCST, BCST, IBCLC.....	415-847-8319	
Courtney Gregory, RN, IBCLC.....	707-873-4200	www.courtneygregoryibclc.com

Who am I talking to?

Lactation Consultant (IBCLC): Passed IBLCE examination; completed college level health science courses and a minimum of 90 hours of evidence based course of study in lactation/breastfeeding, 300-1000 clinical hours.

Scope of Practice: Provide lactation management and education to families and professionals

Lactation Specialist and Certified Lactation Educator/Counselor (CLE/CLC): Completion of 3 day training.

Scope of Practice: Providing breastfeeding education to families about basic breastfeeding issues

La Leche League Leader: Generally works for a year to earn their accreditation.

Scope of Practice: Provides mother to mother support, breastfeeding information, and encouragement.

* CLEs, Lactation Specialists, CLC's provide basic breastfeeding education and support. If you are in need of skilled assistance in resolving a specific breastfeeding problem, such as sore nipples, poor weight gain, etc. please seek help from an IBCLC



Ayuda Para Amamantar

Después del nacimiento de su bebé



Hay muchas trabajadoras de salud que pueden ayudar a las mujeres a Amamantar. Las consultoras de Lactancia con el título "IBCLC" han tenido un entrenamiento extenso y están más capacitadas para ayudar a las mujeres que tengan problemas para amamantar.



Hospitales (durante hospitalización solamente) **solo para pacientes**

Kaiser Permanente.....	393-4033
Petaluma Valley Hospital.....	778-2827
Santa Rosa Memorial Hospital.....	525-5212
Sutter Santa Rosa Regional Hospital.....	576-4857

Clinicas y Oficinas **solo para pacientes**

Alliance Medical Center.....	433-5494
Santa Rosa Birth Center.....	539-1544
Kaiser Permanente.....	393-4033
St. Joseph's Pediatrics.....	544-6090
Santa Rosa Community Health Centers (todas las clinicas).....	578-2005
West County Health Centers, Inc. (todas las clinicas).....	824-3383

WIC **solo para clients**

Alliance Medical Center WIC.....	431-0831
County of Sonoma WIC.....	565-6590
Sonoma County Indian Health WIC.....	521-4575

Donde rentar pompas electricas:

Santa Rosa Birth Center.....	539-1544
Petaluma Valley Hospital (solo para pacientes)	778-2780

Gracias a el "Affordable Care Act", los planes actuales de seguro ofrecen un reembolso por los servicios de apoyo de lactancia y extractores de leche.

Para más información llama a su compañía de seguro

¿Con quién debo hablar?

Consultora en lactancia (IBCLC): ella aprobó el examen de IBCLC; completó cursos de ciencias de la salud a nivel universitario y un mínimo de 90 horas de cursos de estudio basado en la evidencia de la lactancia, 300-1000 horas de experiencia clinica trabajada. Alcance de su práctica de trabajo: proporcionar educación y manejo de la lactancia a familias y profesionales.

Especialista en Lactancia y Educador de Lactancia Certificado/Consejero (CLE/CLC): entrenamiento de tres días finalizado. Alcance de su práctica de trabajo: proporcionar educación sobre la lactancia a las familias sobre cuestiones básicas.

Guía de la Liga de la Leche: generalmente trabaja por un año para obtener su acreditación. Alcance de su práctica de trabajo: información de lactancia; proveer apoyo y estímulo de Mamá a Mamá.

*CLEs, Especialista en Lactancia, CLC's ofrecen educación básica y apoyo para la lactancia. Si necesita ayuda especializada para resolver un problema específico de amamantar, como dolor en los pezones, poco aumento de peso, etc., solicite ayuda de una IBCLC.



SONOMA COUNTY BREASTFEEDING COALITION
Breastfeeding Groups
directory



VIRTUAL BREASTFEEDING SUPPORT GROUPS

Discussion group and sharing session led by a Peer Counselor, La Leche League Leader, Lactation Educator, or IBCLC

Cuddles and Milk Breastfeeding Meet-up: 707-241-3206 (call for link)

Free, all welcome

Date and Time: Thursdays 12:30-1:30

**Breastfeeding Café's (sponsored by Better Beginnings) 707-902-3031
(telephone help available)**

Free. Open to the Community. Call for an appointment.

Date and Time: Every Monday 9:30 am - 11:00 am (English and Spanish)

Location: Santa Rosa

Date and Time: Every Friday 9:00 am – 11:00 am (English)

Location: Petaluma

Mother's Circle (sponsored by Better Beginnings): 707-902-3031 (call for link)

Free. Open to the Community. For pregnant and breastfeeding moms

Date and Time: Saturday 10:00-11:00 AM

Kaiser Permanente Santa Rosa: 707-393-4167 (call for link)

Free; Members only

Date and Time: Tuesdays: 11:30 – 12:00

Fridays: 12:00 -12:30

La Leche League: 707- 347- 9484 telephone help available

Free; Open to the community



SONOMA COUNTY BREASTFEEDING
COALITION



Directorio De grupos de lactancia

GRUPOS DE APOYO

Conversaciones en grupo y sesiones para compartir. Estas son dirigidas por una consejera de lactancia, una representante de La Leche League, una educadora de lactancia, o una especialista de lactancia con título IBCLC

BREASTFEEDING CAFÉ (patrocinado por Better Beginnings) 707-902-3031

Gratuitos. Bilingüe. Abierto para la comunidad. Llame para una cita.

Dirección: Santa Rosa

Fechas y horas: Todos los Lunes, de 9:30 am a 11:00 am