

Comment ça marche ?

C'est le bébé qui déclenche la fabrication de lait. Plus il tète, plus les seins produisent de lait. Le sein est un réservoir particulier qui ne se remplit que si on le vide ; d'où l'importance de ne pas limiter les tétées et de contrôler leur efficacité

Comment installer Bébé au sein ?

NON



Bébé qui suce façon tétine

Le bébé a les gencives serrées. Éloigné de l'aréole, il prend « du bout des lèvres ».

OUI



Bébé qui tète bien façon sein

Bouche grande ouverte, langue sous l'aréole, le menton collé au sein, il prend à pleine bouche.

Comment s'installer ?



madone



madone inversée



ballon de rugby



à califourchon



allongée

Combien de fois par jour ?

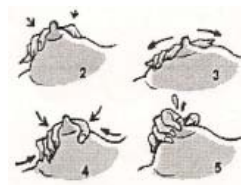
Idéalement, la première mise au sein est effectuée dans les deux premières heures de vie en favorisant le contact peau à peau. Vous allez découvrir les signes propres à votre bébé vous indiquant qu'il veut téter. Votre bébé tète à la demande en fonction de ses besoins sans limite de temps et de fréquence (8 à 12 fois par 24 heures).

A-t-il assez mangé ?

Il est calme et détendu, il est possible qu'il s'endorme. Votre sein est vide. Le bébé peut vouloir téter pour d'autres raisons que la faim: la soif, le besoin de succion, la fatigue, pour être simplement consolé... Il peut redemander le sein pour cinq minutes et s'endort jusqu'à la prochaine tétée. Dès le troisième jour, votre bébé a besoin de 5 à 6 changes d'urines et il a 2 à 6 selles molles jaunes (bouton d'or). En cours de tétée, la composition du lait change et s'enrichit. En laissant votre bébé vider le sein, vous lui offrez ainsi le lait calorique de fin de tétée.

Besoin d'aide ?

Si vos seins sont tendus et douloureux en dehors des moments de tétée, vous pouvez pratiquer un massage de vos seins suivi d'une expression manuelle.



Existe-t-il des contre-indications ?

Elles sont exceptionnelles. Il suffit d'en parler aux médecins, sages femmes ou puéricultrices.

Vous pouvez conserver vos habitudes alimentaires pendant l'allaitement et même consommer des aliments à goût fort. Le bébé s'initie aux saveurs qu'il appréciera plus facilement au moment de la diversification alimentaire. Il est normal de ressentir une sensation de soif après la tétée, n'hésitez pas à boire de l'eau de façon régulière.

Où trouver des informations ?

En PMI, auprès de la sage-femme et de la puéricultrice.

Nos services de maternité et néonatalogie proposent des réunions d'information et de soutien à l'allaitement. Les équipes vous informent des dates et des horaires. N'hésitez pas à y participer !



Prochaine réunion le.....à.....
RDVS Consultation Allaitement
le.....à.....

Où trouver un soutien après la sortie ?

N'hésitez pas à entrer en relation avec les sages-femmes libérales ou vous adressez au centre de PMI de votre quartier :

.....

.....

Une puéricultrice ou une sage-femme sera disponible pour vous apporter aide et soutien.

Une consultation d'allaitement est disponible au CHU. Prise de RDVS du Mardi au Vendredi de 10H à 12H au 0492036383.

Quelques sites Internet

Le site d'information pour l'Allaitement :
<http://www.info-allaitement.org>

L'art de l'allaitement maternel:
www.allaiter.free.fr

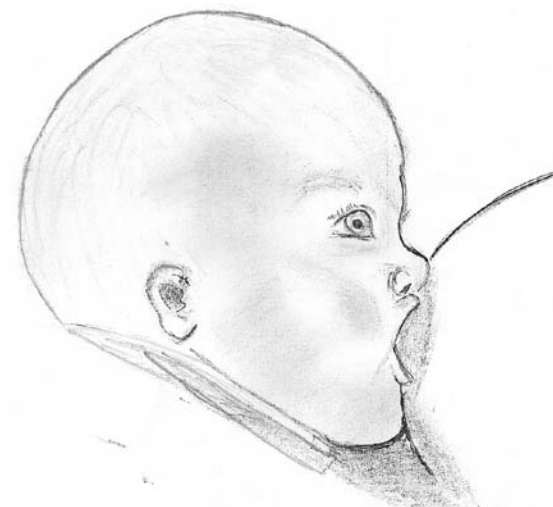
La Lèche Ligue France:
www.lllfrance.org

SESAME

Sourire et Soutien Allaitement Maternel Ensemble

Dates des réunions mensuelles :

Allaiter Bébé



HOPITAL DE L'ARCHET
CHU de NICE
Services de Maternité et Néonatalogie