

## L'ALLAITEMENT DES 1ERS JOURS EN MATERNITE

➤ La première tétée se fera la plupart du temps en salle d'accouchement car bébé est très éveillé à ce moment là.  
Il passera en suite par une phase de récupération qui peut durer 24h. Lors de cette phase bébé pourra peu ou pas téter et également être « glaireux ». Cela vous permettra de vous reposer aussi.  
En fonction de votre bébé, notre discours peut s'adapter. Si par exemple votre enfant est de petit poids nous veillerons à ce qu'il s'alimente régulièrement afin qu'il ne perde pas trop de poids.

*Ceci reste des conseils de manière générale. Nos conseils sont adaptés à chaque bébé et à chaque situation. Votre enfant évolue tous les jours et nos conseils aussi. En fonction de cette évolution et d'autres paramètres, notre discours de la veille peut être différent de celui du lendemain, et même au cours de la journée ou du jour à la nuit. Nous pouvons être amenés à vous faire des propositions tel que le bout de sein en silicone, le tire lait, le dispositif d'aide à l'allaitement (DAL), complément...*

➤ Au-delà de 24h votre bébé va vouloir téter plus régulièrement, en général toutes les 3 ou 4h ou plus fréquemment. Nous parlons de tétée à l'éveil. N'attendez pas les pleurs mais repérer ces signes : « **il remue les lèvres, suce sa langue, ouvre la bouche, commence à gesticuler** ». La journée, ne pas laisser bébé plus de 4h sans téter.

## L'ALLAITEMENT DES 1ERS JOURS EN MATERNITE

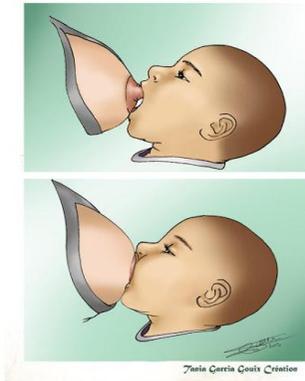
➤ La première tétée se fera la plupart du temps en salle d'accouchement car bébé est très éveillé à ce moment là.  
Il passera en suite par une phase de récupération qui peut durer 24h. Lors de cette phase bébé pourra peu ou pas téter et également être « glaireux ». Cela vous permettra de vous reposer aussi.  
En fonction de votre bébé, notre discours peut s'adapter. Si par exemple votre enfant est de petit poids nous veillerons à ce qu'il s'alimente régulièrement afin qu'il ne perde pas trop de poids.

*Ceci reste des conseils de manière générale. Nos conseils sont adaptés à chaque bébé et à chaque situation. Votre enfant évolue tous les jours et nos conseils aussi. En fonction de cette évolution et d'autres paramètres, notre discours de la veille peut être différent de celui du lendemain, et même au cours de la journée ou du jour à la nuit. Nous pouvons être amenés à vous faire des propositions tel que le bout de sein en silicone, le tire lait, le dispositif d'aide à l'allaitement (DAL), complément...*

➤ Au-delà de 24h votre bébé va vouloir téter plus régulièrement, en général toutes les 3 ou 4h ou plus fréquemment. Nous parlons de tétée à l'éveil. N'attendez pas les pleurs mais repérer ces signes : « **il remue les lèvres, suce sa langue, ouvre la bouche, commence à gesticuler** ». La journée, ne pas laisser bébé plus de 4h sans téter

➤ Pour les tétées il est important de s'installer confortablement, au calme et de bien positionner votre enfant afin d'éviter les crevasses (vous pouvez également prévoir de la crème si besoin). Pour la position la plus classique dite berceuse :

- ✓ Son corps est complètement tourné vers vous (ventre contre ventre), avec son visage à bonne hauteur du sein.
- ✓ Son oreille, son épaule et ses hanches doivent être alignés.
- ✓ Son nez doit être à hauteur du mamelon afin qu'il puisse ouvrir grande la bouche et enfouir son menton dans le sein (quelque soit la position d'allaitement choisie)



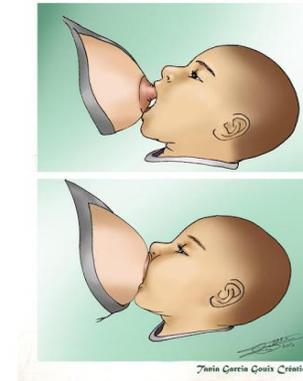
N'hésitez pas à nous solliciter afin de vous aider au bon déroulement de la tétée.

➤ Nous vous conseillons, lors des tétées, de mettre votre bébé sur chaque sein à chaque tétée pour une durée de 15 à 20 minutes chacun. Lors de la montée de lait notre discours évoluera et nous vous conseillerons de faire téter bébé sur un sein afin qu'il puisse récupérer le lait de fin de tétée qui est plus riche en gras et proposer à nouveau le même sein au 1<sup>er</sup> arrêt. Si cela ne suffit pas, proposer l'autre sein. La durée de la tétée évolue également, il faut surtout observer votre bébé et repérer les signes qui marquent que votre bébé est repu (endormi complètement même à la stimulation).

L'utilisation des bouts de seins est déconseillé à la sortie de la maternité mais à voir selon les situations.

➤ Pour les tétées il est important de s'installer confortablement, au calme et de bien positionner votre enfant afin d'éviter les crevasses (vous pouvez également prévoir de la crème si besoin). Pour la position la plus classique dite berceuse :

- ✓ Son corps est complètement tourné vers vous (ventre contre ventre), avec son visage à bonne hauteur du sein.
- ✓ Son oreille, son épaule et ses hanches doivent être alignés.
- ✓ Son nez doit être à hauteur du mamelon afin qu'il puisse ouvrir grande la bouche et enfouir son menton dans le sein (quelque soit la position d'allaitement choisie)



N'hésitez pas à nous solliciter afin de vous aider au bon déroulement de la tétée.

➤ Nous vous conseillons, lors des tétées, de mettre votre bébé sur chaque sein à chaque tétée pour une durée de 15 à 20 minutes chacun. Lors de la montée de lait notre discours évoluera et nous vous conseillerons de faire téter bébé sur un sein afin qu'il puisse récupérer le lait de fin de tétée qui est plus riche en gras et proposer à nouveau le même sein au 1<sup>er</sup> arrêt. Si cela ne suffit pas, proposer l'autre sein. La durée de la tétée évolue également, il faut surtout observer votre bébé et repérer les signes qui marquent que votre bébé est repu (endormi complètement même à la stimulation).

L'utilisation des bouts de seins est déconseillé à la sortie de la maternité mais à voir selon les situations.