

BIENVENUE BÉBÉ

L'ALLAITEMENT ARTIFICIEL

CONTENU

01	Félicitations !	4
02	Lait maternel ou lait artificiel	5
03	L'allaitement artificiel	6
04	Soins de votre bébé	10
05	Dépistage des maladies métaboliques	10
06	Vitamine D	11
07	Examen par le pédiatre	11
08	Journal de bord	12
09	Check-list	21
10	Adresses utiles	22
11	Important	23

01 FÉLICITATIONS !

Vous voici maman ou papa. Quelle expérience !

Lors de votre séjour, l'équipe de la maternité est là pour vous mettre sur la bonne voie. Sachez que vous pouvez toujours vous adresser à nous pour de plus amples informations et de l'aide.

Dans la présente brochure, nous vous donnons des informations pratiques sur l'allaitement artificiel. Vous y retrouverez également les données de votre bébé ainsi qu'un journal de bord. Vous pouvez compléter vous-même le journal de bord, ainsi que la check-list d'informations.

Nous vous souhaitons un agréable séjour et de bons débuts avec votre bébé



02 LAIT MATERNEL OU LAIT ARTIFICIEL

Le lait maternel est l'alimentation normale pour le nouveau-né. L'Organisation mondiale de la Santé (WHO) recommande pour tous les bébés l'allaitement exclusif jusqu'à l'âge de six mois.

Parfois, il n'est pas possible, pour raisons médicales, d'allaiter. Ou peut-être optez vous délibérément pour l'allaitement artificiel.

Dès que vous débutez l'allaitement artificiel et que votre bébé ne boit plus au sein, votre organisme arrête de produire du lait. Vers le deuxième ou le troisième jour après l'accouchement, il est possible que vous ressentiez une tension dans les seins. C'est tout à fait normal et cela disparaît également spontanément.



03 L'ALLAITEMENT ARTIFICIEL

Le premier biberon de lait artificiel est donné dans les quatre heures après la naissance. Certains bébés boivent très facilement, d'autres ont besoin d'un peu plus de temps pour apprendre à téter. Les bébés émettent souvent une légère réserve, donnez-leur le temps d'apprendre à boire.

Allaitement à la demande

L'allaitement artificiel peut être proposé à la demande. Chaque bébé a son propre rythme. Il est plutôt exceptionnel qu'un enfant demande déjà dès après sa naissance à boire à heures fixes. Les bébés laissent parfois plus ou moins de temps entre deux repas. Votre bébé émet des signaux de faim pour manifester qu'il souhaite boire.

Signaux de faim

Votre bébé vous dit quand il veut boire :

- ▲ en bougeant sa bouche et/ou sa langue
- ▲ en bougeant plus activement
- ▲ en portant ses mains à la bouche
- ▲ en suçant ses petits poings

Ce sont des signaux de faim précoces. Les pleurs sont un signal de faim tardif.



À quelle fréquence et quelle quantité mon bébé boit-il ?

Normalement, **6 allaitements artificiels en 24 heures** sont proposés. Certains bébés demandent 7, exceptionnellement 8, rations plus petites.

À l'hôpital, des biberons prêts à l'emploi de lait artificiel sont disponibles. Le lait est donné à température ambiante.

Vous pouvez laisser boire votre enfant **selon ses besoins**. Votre bébé boit plus à certains repas qu'à d'autres. C'est normal.

À la maison, vous préparez vous-même ses repas (voir plus loin : Préparation). Si vous remarquez que votre bébé vide toujours son biberon, vous pouvez lui proposer davantage le jour suivant. S'il ne vide pas son biberon, attendez avant de lui donner plus. En cas de doute, demandez conseil à la sage-femme indépendante, à l'infirmière de l'ONE ou au médecin. Ils peuvent vous conseiller sur la quantité adaptée d'alimentation en fonction du poids et de l'âge de votre bébé.

Préparation

À la maison, vous préparez le lait avec de la poudre et de l'eau. À la page 11 du journal de bord, vous pouvez noter le nom du lait en poudre que reçoit votre bébé. Suivez les directives du médecin lors du choix du type de lait en poudre. Un lait premier âge est uniquement disponible en pharmacie.

Le lait en poudre est emballé dans des boîtes métalliques ou en carton. Une fois ouverte, une boîte se conserve un mois seulement. Inscrivez la date d'ouverture sur la boîte afin de ne pas dépasser la date de péremption. Utilisez de l'eau non gazeuse en bouteille. Les eaux portant la mention « convient à l'alimentation des nourrissons » et à température ambiante ont la préférence.

Préparez les biberons au moment du repas, jamais à l'avance. En mélangeant à l'avance la poudre et l'eau, vous augmentez le risque d'infections chez votre bébé. Faire preuve de négligence lors de la préparation du lait artificiel peut s'avérer dangereux pour votre bébé.

Comment préparer les biberons ?

- ▲ Lavez-vous les mains.
- ▲ Respectez la quantité d'eau recommandée.
- ▲ Ajoutez la quantité correcte de mesures de poudre : 1 mesure rase de poudre pour 30 ml d'eau.
- ▲ Utilisez uniquement la cuillère doseuse qui est dans la boîte.
- ▲ Fermez le biberon et faites-le rouler entre les deux mains pour éviter la formation de grumeaux.
- ▲ Après le repas, jetez le lait restant et rincez le biberon à l'eau froide afin d'éviter l'apparition de bactéries.
- ▲ Ne laissez jamais le lait dans le biberon plus de 1 heure à température ambiante.
- ▲ Des bactéries peuvent rapidement se développer dans le lait artificiel préparé.
- ▲ Lavez au moins une fois par jour tous les biberons et les tétines avec détergent, rincez-les à l'eau tiède.
- ▲ Conservez les biberons fermés.

La stérilisation des biberons n'est plus nécessaire pour les enfants en bonne santé. La stérilisation est nécessaire pour les enfants malades, nés prématurément ou dans les situations où l'hygiène est insuffisante.

Comment stériliser : 10 minutes dans de l'eau bouillante additionnée d'un trait de vinaigre pour prévenir la formation de calcaire. Ajouter bagues et tétines pour les 3 dernières minutes afin d'éviter une déformation. Vous pouvez également utiliser un stérilisateur, disponible dans le commerce.

Comment donner le biberon à mon bébé ?

Aussi petits et sans défense qu'ils puissent paraître, les bébés ont déjà de nombreuses aptitudes. Ainsi, ils ont dès la naissance le réflexe de chercher, mordre et avaler. Ce faisant, ils boivent aisément. Asseyez-vous aussi confortablement que possible et blottissez votre bébé contre vous..

- ▲ Tenez votre bébé en position semi-assise. Soutenez sa tête avec votre bras.
- ▲ Veillez à ce que votre bébé ne se mette pas en boule, menton sur la poitrine.
- ▲ En frottant la tétine contre sa joue ou sa lèvre supérieure, vous déclenchez son réflexe de succion.
- ▲ En remplissant déjà la tétine de lait, vous veillez à ce que votre bébé avale moins d'air.
- ▲ Les bulles libérées dans la tétine indiquent que votre bébé boit bien.
- ▲ Si votre bébé aplatit la tétine en tétant, vous pouvez desserrer légèrement la bague afin qu'un peu d'air puisse être aspiré dans le biberon.
- ▲ Certains bébés sont très gourmands et vident tout d'un seul trait. D'autres prennent leur temps et s'arrêtent de temps à autre pour se reposer ou faire un renvoi.
- ▲ Après le biberon, attendez environ 15 minutes avant de remettre votre bébé au lit.
- ▲ Laissez à votre bébé la possibilité de faire un renvoi en le tenant par exemple bien droit,
- ▲ si possible sur votre épaule, et en lui tapotant doucement le dos.

Etant donné que les besoins en énergie varient d'un bébé à l'autre, il est normal qu'un bébé boive davantage qu'un autre.



Aidez-nous à recycler en triant

Les bouteilles de lait vides sont en grande partie triées au PMD. Il vous suffit de jeter la tétine et l'étiquette avec vos informations personnelles (si présentes) avec les déchets résiduels.

04 SOINS DE VOTRE BÉBÉ

À la maternité, nous vous aidons lors des premiers bains. À la maison, il n'est pas nécessaire de donner tous les jours un bain à votre bébé. Assurez-vous que le visage, les mains et les fesses de votre bébé sont lavés quotidiennement.

Le cordon ombilical ne nécessite aucun soin supplémentaire. Il sèchera bien et tombera tout seul. Cela se produit généralement dans les 2 semaines suivant la naissance, mais peut prendre jusqu'à 4 semaines. Il est normal que le cordon ombilical en train de sécher ait une humidité limitée à la jonction avec la peau. Même après la chute du cordon ombilical, le nombril peut avoir une humidité limitée. Assurez-vous de garder le nombril au sec après le bain. Si la peau autour du nombril devient très rouge et sent fort, il est préférable d'en informer votre médecin ou votre sage-femme. Si le cordon ombilical en train de sécher n'est pas tombé après 2 semaines ou si le moignon ombilical est et reste très humide, il est également préférable de contacter un professionnel de la santé.

À l'hôpital, nous contrôlons la température de votre bébé. La température varie entre 36,5°C et 37,5°C. Si votre bébé a une température supérieure à 37,5°C, peut-être est-il trop chaudement vêtu ou vient-il de pleurer violemment. Habillez moins chaudement votre bébé, consolez-le et contrôlez à nouveau sa température une heure plus tard. Si la température demeure élevée (au-delà de 38,0°C), contactez un médecin.

05 DÉPISTAGE DES MALADIES MÉTABOLIQUES

Nous recommandons de faire dépister votre bébé pour les affections congénitales non visibles à la naissance. L'objectif est de dépister et traiter ces affections de manière précoce. De graves handicaps ou des affections chroniques peuvent ainsi être évités.

La prise de sang est réalisée par la sage-femme à l'hôpital ou à la maison entre le 48 et 96 heures après la naissance. Quelques gouttes de sang de votre bébé sont recueillies sur une carte. Une moitié de la carte est envoyée au labo, l'autre moitié est conservée par vos soins comme preuve du prélèvement. Les résultats sont connus après 2 semaines. Pas de nouvelle, bonnes nouvelles.

06 VITAMINE D

Votre bébé doit recevoir des suppléments en vitamine D. La sage-femme et/ou le pédiatre vous expliquera, lors de votre sortie de la maternité comment administrer les vitamines (quantités, fréquence...). Utilisez de préférence une monopréparation.

Tous les enfants reçoivent 400 UI de vitamine D par jour jusqu'à l'âge de 6 ans. Pour les enfants à la peau plus sombre (de type négroïde), 600 UI/jour sont recommandés. Versez les gouttes de vitamines directement dans la bouche.

Après la naissance, la sage-femme administre un fois au bébé de la vitamine K. Vous ne devez pas le répéter à la maison. Dans certaines situations spécifiques, votre médecin vous prescrira une dose différente.

07 EXAMEN PAR LE PÉDIATRE

Votre bébé est examiné de façon détaillée par le pédiatre, après la naissance et avant qu'il ne quitte la maternité. L'examen de sortie ne peut être correctement réalisé que si votre bébé est âgé de plus de 48 heures.

Une sortie précoce (après moins de 48 h) est possible à condition que le pédiatre vous y autorise et que vous fassiez l'objet d'un bon suivi à la maison par une sagefemme indépendante. Le rendez-vous avec la sage-femme doit déjà être fixé avant la sortie. Vous devez également prendre rendez-vous chez le pédiatre dans la semaine suivant la naissance.

08 JOURNAL DE BORD

Adrema bébé

Jongen / meisje

Date de naissance : Poids :

Heure de naissance : Taille :

Âge gestationnel : Périmètre crânien :

Apgar: / / Groupe sanguin :

Konakion : Dépistage PCU

Remarques :

.....

.....

Adrema maman

Groupe sanguin maman :

Vous pouvez compléter vous-même le journal de bord sur les pages suivantes.

Des pages supplémentaires peuvent être imprimées sur www.uzgent.be.

09 CHECK-LIST

Sur la check-list ci-dessous, vous pouvez consigner les informations déjà reçues.

La check-list peut être un outil lors d'entretiens avec vos prestataires de soins : (soins postnatals, infirmière Kind en Gezin, pédiatre, gynécologue...).

BÉBÉ	
Soins/bain de bébé	
Change	
Urine / selles	
Cordon ombilical	
Poids	
Température	
Couleur de la peau	
Comportement de bébé	
Sommeil	
Pleurs et réconfort	
Portage	
Test maladies métaboliques	
Vitamine D	
Environnement sécurisé	
Test de l'audition	
Vaccinations	
Premiers pas en toute sécurité	

MAMAN	
Rétablissement physique (pertes de sang, sutures...)	
Mode de vie : sommeil, repos, alimentation, hygiène	
Antidouleurs	
Baby blues	
Moyens de contraception	
Vie sexuelle	
Kinésithérapie et plancher pelvien	

ALIMENTATION ARTIFICIELLE	
Types de laits artificiels	
Hygiène et préparation	
Quantité + évolution	
Donner le biberon	
Conserver et emporter	
Nettoyer et stériliser le matériel	

10 ADRESSES UTILES

Coordonnées UZ Gent

Maternité : Tél. 09 332 20 43

Vlaamse Beroepsorganisatie Vroedvrouwen

Vous trouverez les numéros de téléphone de sages-femmes indépendantes et/ou de conseillères en lactation près de chez vous sur le site Web www.vroedvrouwen.be

Centres d'expertise en soins postnatals

Outre des soins à domicile prodigués par des sages-femmes et des infirmières en soins postnatals, les centres d'expertise proposent également des services supplémentaires, comme une ligne d'information téléphonique, une boutique/un service de location (p. ex. tire-lait), l'organisation de cours/ateliers...

www.expertisecentrakraamzorg.be

Kind en Gezin

Kind en Gezin est une organisation subsidiée par le gouvernement. Sa mission consiste à donner le plus de chances possible à un enfant, indépendamment de son lieu de naissance et de la manière dont il est élevé. Sur son site web et dans ses brochures, vous trouverez de nombreuses informations.

www.KindenGezin.be

Tél. (Bruxelles) 02 533 12 11 - Ligne info 078 15 01 00

Sage-femme indépendante qui vous suivra à la maison :

Nom :

Numéro de téléphone :

Pédiatre ou médecin généraliste qui suivra votre bébé :

Nom :

Numéro de téléphone :

11 IMPORTANT

Contactez un professionnel de la santé dans les situations exceptionnelles suivantes :

Maman

- ▲ présente soudain des pertes de sang très importantes
- ▲ présente une fièvre persistante
- ▲ souffre de maux de tête, de troubles visuels, de douleurs gastriques...persistants
- ▲ éprouve une douleur dans le bas des jambes, s'accompagnant de rougeurs et éventuellement
- ▲ de gonflements, d'un essoufflement,
- ▲ d'une douleur à l'épaule
- ▲ présente des sentiments dépressifs persistants

Bébé

- ▲ a les lèvres bleues
- ▲ semble très pâle ou gris
- ▲ ne boit plus plusieurs fois d'affilée
- ▲ urine moins
- ▲ est faible et somnolent
- ▲ a de la fièvre (plus de 38 °C)
- ▲ est jaune sur tout le corps
- ▲ présente du sang dans les selles
- ▲ vomit un liquide vert
- ▲ Maternité
- ▲ présente un nombril rouge, gonflé et malodorant

Maternité

T +32 (0)9 332 20 43

www.uzgent.be/materniteit

Deze brochure werd enkel ontwikkeld voor gebruik binnen het UZ Gent. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veeveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het UZ Gent.

Universitair Ziekenhuis Gent

C. Heymanslaan 10 | B 9000 Gent

T +32 (0)9 332 21 11 | E info@uzgent.be

www.uzgent.be

Volg ons op

