

Allaitement maternel

COMMENT SAVOIR SI VOTRE BÉBÉ NOURRI AU SEIN REÇOIT SUFFISAMMENT DE LAIT ?

Le bébé boit-il suffisamment ? Estomac du bébé. Changement de selles. Compter les couches.

LE BÉBÉ BOIT-IL SUFFISAMMENT ?

- Laissez votre bébé vous montrer combien de temps il veut téter. Une fois qu'il a bien tété d'un côté et qu'il s'arrête et lâche, faites-le tourner et offrez-lui ensuite l'autre sein pour voir s'il a encore faim.
- Vous devriez entendre ou voir votre bébé avaler pendant qu'il tète.
- Votre bébé devrait téter 8-12 fois toutes les 24 heures.



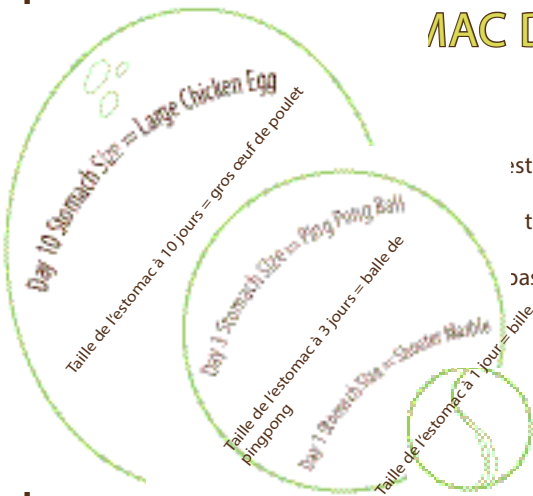
CHANGEMENT DES SELLES

LES SELLES DE VOTRE BÉBÉ CHANGERONT :

- Jour 1-3 : noires, épaisses et collantes ; cela s'appelle le méconium.
- Jour 3-4 : verdâtres à jaunes et moins épaisses.
- Jour 5 : couleur moutarde ou jaune, granuleuse et liquide.



IAC DU BÉBÉ



L'estomac de votre bébé est très petit et ne nécessite pas grand-chose à chaque tétée. À gauche est la taille de l'estomac de votre bébé.

COMPTER LES COUCHES

VOUS POUVEZ DÉTERMINER SI VOTRE BÉBÉ ALLAITE SUFFISAMMENT EN ÉTUDIANT LE NOMBRE DE COUCHES UTILISÉES. VOTRE BÉBÉ DEVRAIT MOILLER/ SALIR LE NOMBRE DE COUCHES SUIVANT QUOTIDIENNEMENT :

AGE DU BÉBÉ	COUCHES MOUILLÉES	COUCHES SALES
A 1 JOUR		
A 2 JOUR		
A 3 JOUR		
A 4 JOUR		
A 5 JOURS		
A 6 JOURS ET PLUS		

CONSULTEZ VOTRE DOCTEUR OU CONSULTANT DE LACTATION SI VOTRE BÉBÉ :

- A la bouche sèche.
- A une urine de couleur rouge.
- A la peau jaune (jaunisse)
- Les selles ne deviennent pas jaunes et granuleuses et vous êtes au 5e jour.
- N'a pas assez de couches sales ou mouillées (Voir le journal de couches pour les bébés allaités au verso).
- Ne se réveille pas pour manger au moins 8 fois en 24 heures.
- Perds du poids après le 5e jour – pèse moins qu'à la naissance après 2 semaines.

Ou

- Vous ressentez de la douleur au bout des seins.

TÉTÉES EN GROUPES

Si votre bébé mange toutes les heures cela s'appelle des tétées en groupe et c'est tout à fait normal. Le bébé tète toutes les heures pour 3 – 5 tétées puis il dort 3-4 heures entre chaque groupe de tétées.

Après l'âge de 4-6 semaines, les selles de votre bébé peuvent diminuer. Il n'est pas étrange pour les bébés allaités de plus d'1 mois de n'avoir des selles que tous les 2-4 jours ou même plus.

QUAND VOUS UTILISEZ UN TIRE-LAIT

AU COMMENCEMENT IL EST POSSIBLE QUE VOUS NE PUISSIEZ PAS EXPRIMER BEAUCOUP DE LAIT DE VOS SEINS. C'EST NORMAL ET CELA NE SIGNIFIE PAS QUE VOUS N'AVEZ PAS ASSEZ DE LAIT.

JOURNAL DE COUCHES POUR BEBES ALLAITES

INSTRUCTIONS : CHAQUE JOUR, ENTOUREZ L'HEURE APPROXIMATIVE À LAQUELLE VOUS COMMENCEZ À ALLAITER. ENTOUREZ LE W QUAND VOTRE BÉBÉ A UNE COUCHE MOUILLÉE. ENTOUREZ LE D QUAND VOTRE BÉBÉ A UNE COUCHE SALE.

DAY 1 Jour																																	
Midnight Minuit											Noon Midi																						
12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11										
Wet Diaper											Couche mouillée											W	Nombre total de tétées en 24 heures										
Couche sale, noire et goudronneuse											D											Total number of feedings in 24 hours											



DAY 2 Jour																																	
Midnight Minuit											Noon Midi																						
12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11										
Wet Diaper											Couche mouillée											W W	Nombre total de tétées en 24 heures										
Couche sale, noire et goudronneuse											D D											Total number of feedings in 24 hours											



DAY 3 Jour																																	
Midnight Minuit											Noon Midi																						
12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11										
Wet Diaper											Couche mouillée											W W W	Nombre total de tétées en 24 heures										
Couche sale verdâtre											D D											Total number of feedings in 24 hours											



DAY 4 Jour																																	
Midnight Minuit											Noon Midi																						
12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11										
Wet Diaper											Couche mouillée											W W W W	Nombre total de tétées en 24 heures										
Couche sale verdâtre											D D D											Total number of feedings in 24 hours											



DAY 5 Jour																																	
Midnight Minuit											Noon Midi																						
12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11										
Wet Diaper											Couche mouillée											W W W W W	Nombre total de tétées en 24 heures										
Couche sale jaune											D D D											Total number of feedings in 24 hours											



DAY 6 Jour																																	
Midnight Minuit											Noon Midi																						
12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11										
Wet Diaper											Couche mouillée											W W W W W W	Nombre total de tétées en 24 heures										
Couche sale jaune											D D D D											Total number of feedings in 24 hours											



DAY 7 Jour																																	
Midnight Minuit											Noon Midi																						
12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11										
Wet Diaper											Couche mouillée											W W W W W W	Nombre total de tétées en 24 heures										
Couche sale jaune											D D D D											Total number of feedings in 24 hours											



SI VOUS AVEZ DES QUESTIONS OU DES INQUIÉTUDES AU SUJET DE L'ALLAITEMENT, APPELER :
 MISSOURI DEPARTMENT OF HEALTH AND SENIOR SERVICES • WIC AND NUTRITION SERVICES 573-751-6204
 Un employeur à égalité des chances à l'embauche / discrimination positive. Les services sont fournis sur une base non discriminatoire.