**Signes d’alerte**

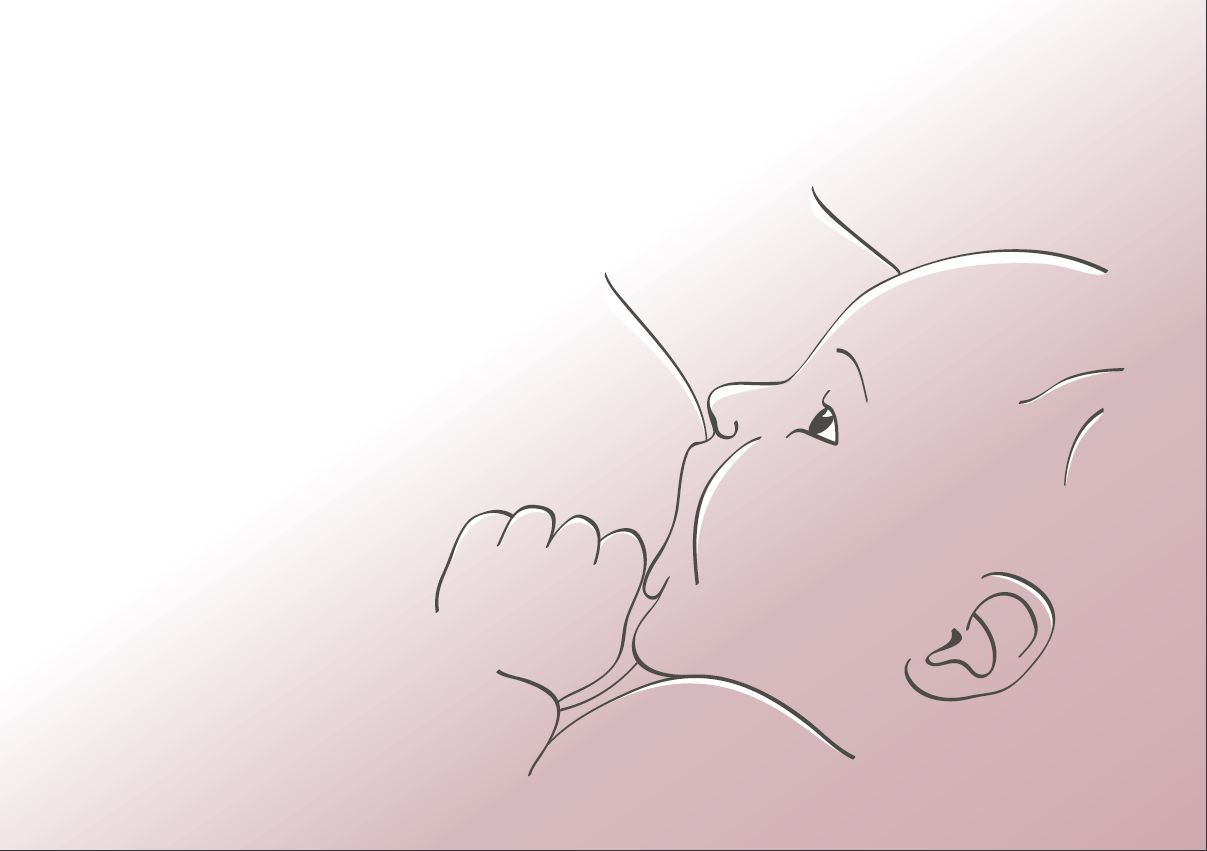


* Le bébé dort plus de 6h d’affilée plus d’une fois sur 24h
* Les urines sont rares et foncées
* Il n’a pas beaucoup d’énergie, il est mou, il a le teint pâle et un cri faible
* Il est irritable (cri aigu, tonicité exacerbée, inconsolable)
* Sa température rectale est supérieure à 37,5°C

*Cette fiche a été réalisée par les membres de la CoP Lactation dans le cadre du projet* ***Health CoP***



**Une bonne tétée, c’est quoi ?**



<https://www.health.belgium.be/fr/alimentation/politique-alimentaire/alimentation-et-sante/allaitement-maternel/brochure-sans-texte>

**Quelques pistes utiles pour**

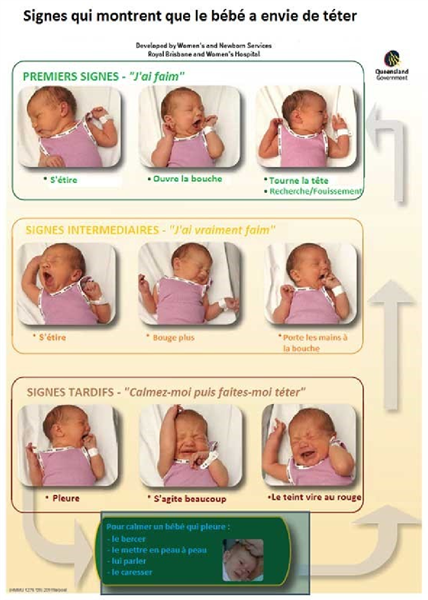
**Assurer :**

* Une alimentation adaptée aux besoins du bébé et à sa croissance
* Une production de lait suffisante dans le temps
* Des tétées confortables
* Le lien affectif et le bien-être de toute la famille

**Éviter :**

* Des complications mammaires

**Bébé est-il prêt à téter ?**



**En savoir plus**

*Éviter d’allaiter lors des pleurs car le bébé a les mâchoires serrées et la langue au palais.* ***Il n’est pas prêt à téter.***

**SUCCES**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Points d’observation** | **Satisfaisant** | **À surveiller** | **Inquiétant** |
| **S**elles/24h | 1 tétée = 1 selle Jaune or Liquides  Grumeleuses | 2 selles par jour Vertes  Mousseuses | Pas de selles |
| **U**rines/24h | 5-6  Claires  Poids d’un œuf | Moins de 5 Foncées | Peu ou pas d’urines |
| **C**oloration de la peau | Rosée | Pâle ou jaune | Bleutée |
| **C**ri | Franc | Faible | Gémissement |
| **É**veil | Spontané | À la stimulation | Difficile à éveiller |
| **S**uccion  *Nombre de succions/ déglutitions* | 1/1 | 1/2 | 1/3 |

Nous vous recommandons de consulter une conseillère en lactation :

* Si vous observez un seul des points dans la colonne “Inquiétant”.
* Si vous observez au moins deux points dans la colonne “À surveiller”.

**Observation d’une tétée**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Points d’observation** | **Satisfaisant** | **À surveiller** | **Inquiétant** |
| **Ouverture de bouche** | Grande ouverte | Moyenne | Petite |
| **Position du menton** | Enfoui dans le sein | Contre le sein | Éloigné du sein |
| **Lèvres** | Les deux retroussées | La lèvre inférieure rentrée | Les lèvres serrées |
| **Nez** | Dégagé | Frôle le sein | Dans le sein |
| **Tête** | Défléchie | Droite | Fléchie |
| **Mouvements de succion** | Lents et profonds | Désordonnés | Rapides et superficiels |
| **Langue** | Sortie hors de la bouche | Pincement | Claquement |
| **Déglutition** | Audible | Pas de bruit à chaque mouvement | Aucun bruit |
| **Joues** | Rondes | Plates | Creuses |
| **Douleur au mamelon** | Au début | Toute la tétée | À la fin |
| **Forme du mamelon (après la tétée)** | Rond | Aplati | En forme de rouge à lèvre |

**Les étapes pour une mise au sein efficace**

* Amener le bébé au sein et non le sein au bébé
* Mettre sa main au niveau de l’omoplate, garder la tête libre et légèrement en arrière
* Positionner le nez à hauteur du mamelon
* Attendre une grande ouverture de la bouche
* Rapprocher le bébé à hauteur du sein pour éviter la traction du mamelon et permettre de prendre un maximum l’aréole
* S’assurer que la lèvre inférieure est retroussée
* Vérifier que le menton est enfoncé dans le sein

**Pour visualiser la mise au sein :** [*https://globalhealthmedia.org/videos/videos-french/*](https://globalhealthmedia.org/videos/videos-french/) *(vidéo « L'allaitement maternel et la bonne prise de sein »)*

Une image contenant texte

Description générée automatiquement

Une image contenant texte, carte de visite, graphiques vectoriels

Description générée automatiquement

**Préparation de la maman à la tétée**

* Se mettre dans un environnement calme
* S’installer confortablement (coussins, tabouret sous les pieds, …)
* Prévoir des boissons à proximité
* Dégager la poitrine
* Masser et façonner le sein afin de le rendre plus souple pour s’adapter à la bouche du bébé
* Faire sortir quelques gouttes de lait

Une image contenant dessin au trait

Description générée automatiquement

**Signes d’une tétée efficace**

* Peut être sensible au début mais non douloureuse
* Le mamelon reste arrondi lorsque le bébé lâche le sein
* Les mouvements de succion sont rapides au début, pour amorcer le flux d’éjection puis lents et amples (plusieurs cycles au cours d’une tétée) succion-déglutition-respiration
* Le bébé abaisse son menton lors de la déglutition
* Les selles sont molles, jaunes avec des granulés
* L’enfant lâche le sein de lui-même, est calme, s’endort. Peut cependant compléter son repas en deux ou trois prises pour un même repas
* 8 à 12 tétées sur 24H

**À consulter :**

Référence sur les positions : [https://www.sikana.tv/fr/health/learn-the-basics-of-breastfeeding/allaiter-en-position-ballon-de-rugby](about:blank)