

Savez-vous que ?

- Le respect de vos besoins pendant le travail et l'accouchement ainsi que le respect du rythme de la naissance favorisent le bon démarrage de l'allaitement.
- Pour un apprentissage harmonieux et efficace de l'allaitement, il vaut mieux proposer le sein à votre bébé quand il manifeste son envie de téter (il ouvre la bouche et montre habituellement des mouvements de succion) mais avant qu'il ne pleure.
- Il est important que votre bébé se positionne correctement au sein et qu'il prenne en bouche le mamelon et l'aréole de façon adéquate.
- Les nouveau-nés demandent généralement peu à boire les premières 48 heures de vie, puis beaucoup plus souvent les jours suivants (8 à 12 x par jour, surtout la nuit)
- Les nouveau-nés sont souvent éveillés entre la soirée et le milieu de la nuit et désirent être rassurés dans les bras, en peau à peau ou au sein.
- Si votre bébé pleure, c'est peut-être simplement parce qu'il a besoin d'être rassuré par votre voix, votre odeur, la douceur de votre sein, alors n'hésitez pas à abuser des câlins et à lui proposer une tétée !
- Il est utile d'apprendre à exprimer votre lait manuellement car cette méthode ne requiert aucun matériel et peut vous soulager si bébé ne peut pas téter (incapacité ou éloignement), si les seins sont engorgés, l'aréole tendue et que bébé ne parvient pas à la prendre en bouche.

« Quel motif l'homme a-t-il de souhaiter une longue vie sinon de pouvoir être utile au plus grand nombre ? » ERASME (1466-69 – 1536)



Hôpital Erasme

Route de Lennik 808-B - 1070 Bruxelles
T 02 555 31 11 — M contact@erasme.ulb.ac.be

Service de Gynécologie-Obstétrique

T 02 555 35 08 — M cons.gyn-obs@erasme.ulb.ac.be

Consultations d'allaitement à Erasme :

02 555 35 08 pour la prise de rdv
pour des questions : 02 555 81 95

www.erasme.ulb.ac.be

L'Hôpital Erasme et l'ULB adhèrent à la charte de l'OMS protégeant l'allaitement maternel des pratiques commerciales, publicitaires et respecte la loi belge interdisant la distribution gratuite de lait artificiel, tétines et biberons.

Editeur responsable : Pr Jean-Paul Van Vooren
Hôpital Erasme ULB – Route de Lennik 808 – B – 1070 Bruxelles
03/2020 * xxx

Hôpital
Erasme



ULB

L'allaitement maternel est idéal pour votre bébé

Maternité





Enfin et surtout, l'allaitement est l'occasion d'une relation affective intense !

Pour favoriser l'allaitement maternel

→ Quelques suggestions pour que le démarrage de l'allaitement se fasse au mieux :

- Allaiter à la demande de votre bébé dès ses premiers signes d'éveil, sans restreindre la durée ou la fréquence des tétées.
- Lui proposer uniquement le lait maternel, en évitant les biberons, le lait artificiel, l'eau ou les tétérelles qui risquent de compliquer votre allaitement.
- Ne pas donner de tute / tétine durant les 4 à 6 premières semaines (elle diminue le nombre de tétées et complique le bon démarrage de l'allaitement)
- Vous ménager un environnement détendu.

Nous respectons votre choix du type d'alimentation et nous vous donnerons toute l'information nécessaire pour mener à bien votre projet quel qu'il soit.

L'idéal est que votre bébé puisse rester sur vous en peau à peau au moins 2 heures dès la naissance et idéalement de façon aussi ininterrompue que possible jusqu'à la montée de lait. Nous conseillons de lui proposer le sein pour une tétée d'accueil pour le rassurer (ceci même si vous ne comptez pas l'allaiter par après).

Pourquoi l'allaitement maternel ?

Le lait maternel protège votre enfant des infections, de l'allergie, de l'obésité et s'adapte à ses besoins.

Pour vous aussi, il présente des bénéfices : diminution plus rapide du poids, des pertes sanguines, retour de l'utérus à la normale, moins de risque de cancer du sein et d'ostéoporose lors de la ménopause.

N'oublions pas qu'il ne nécessite ni matériel, ni préparation et n'a aucun coût financier (l'alimentation au biberon coûte plus ou moins 500 euros pour 3 mois).

Pour vous soutenir, nous nous engageons à :

- Vous informer sur l'allaitement maternel et vous aider tout au long de votre grossesse, pendant l'accouchement, à la naissance et durant votre allaitement.
- Respecter la physiologie du travail en utilisant les méthodes qui soulagent la douleur pendant le travail et l'accouchement.
- Favoriser en salle d'accouchement les premiers contacts, les premiers regards avec votre bébé et la première tétée.
- Vous éviter à la maternité toute séparation avec votre bébé, ceci 24 heures sur 24, pour pouvoir le rassurer, faire connaissance, apprendre à reconnaître quand il manifeste le besoin d'être nourri.

Si votre enfant doit séjourner dans le service néonatal, les infirmières vous aideront à tirer votre lait, dans les 2 premières heures après la naissance, 6 à 8 x / jour (autant de fois que votre bébé téterait), de préférence auprès de votre bébé (c'est plus stimulant).



BESOIN D'AIDE ?
Vous pouvez nous joindre pour des questions au 02 555 81 95.
Vous trouverez aussi des informations à ces adresses :
<https://l11belgique.org/>
<https://www.infor-allaitement.be/>
www.vbbb.be
www.breastfeeding.nhs.uk
www.upsfb.be