










Premiers Jours de l'allaitement



■ Signes d'une tétée efficace

Une grande partie de l'aréole est dans la bouche du bébé. Les lèvres sont retroussées vers l'extérieur, la langue sous le mamelon et sur la lèvre inférieure. Le nez et le menton touchent le sein. Maman entend bébé déglutir.

Age de bébé	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours	30 jours
Taille de l'estomac de bébé et quantité journalière	 Taille d'une noisette	 10 à 100 ml par jour	 Taille d'une noix	 200 ml par jour	 200 ml par jour	 Taille d'un oeuf 700 ml par jour
Attitude de bébé	Dort beaucoup Pleure peu Le garder près de maman pour lui proposer le sein souvent.	Prend goût au sein Demande à téter plus spontanément.	Bébé trouve cela tellement bon, qu'il en veut plus et tête parfois non stop « période Java »	Les tétées sont irrégulières mais fréquentes		Maman et bébé vont trouver le rythme qui leur convient.
Le lait maternel	Appelé Colostrum, concentré, jaune, riche en éléments nutritifs et anticorps			Le lait devient plus liquide et abondant.		Le lait mature évolue en fonction des besoins de bébé
Fréquence moyenne des tétées	de 6 à 20 tétées par 24 h. Pas de durée limitée pour une tétée. Pas de durée minimale entre deux tétées car le lait maternel est très digeste.					En moyenne, de 6 à 12 tétées par 24 h.
Nombre de couches mouillées	1 couche mouillée au moins	2 couches mouillées au moins	3 couches mouillées au moins	4 couches mouillées au moins	5 couches mouillées au moins	6 couches TRÈS mouillées au moins / 24 h.
Fréquence et couleur des selles	 Au moins 1 à 2 fois par jour, noires puis vertes foncées		 Au moins 2 à 3 fois par jour jaune d'or, avec des grumeaux.			D'une selle à chaque tétée à une selle par jour au moins, jaune d'or avec grumeaux
Poids de bébé		Il est possible que bébé perde entre 5 à 7 % de son poids de naissance puis retrouve ce poids vers l'âge de 2 semaines au plus tard. Il est inutile de peser bébé avant et après la tétée.				Bébé prend au moins 20 g. par jour.



Position «Madone inversée»

■ Positions pour allaiter

Il est important pour la mère de connaître et expérimenter différentes positions en dehors de toute difficulté. Allaiter couchée pour se reposer, en madone, en madone inversée, en ballon de rugby, sont les plus classiques.

■ Compléments alimentaires

Les petites quantités de colostrum du début sont adaptées à la taille de l'estomac du bébé et suffisent à prévenir l'hypoglycémie et la déshydratation. Les bébés nés à terme, en bonne santé n'ont besoin que de téter à volonté. (Academy of Breastfeeding Medicine, www.lfmed.org)



Information
Pour
l'Allaitement