

L'allaitement Maternel



*Allaiter son bébé est un acte naturel,
un instant de relation privilégiée entre l'enfant et la maman.*

Toute maman qui souhaite allaiter doit pouvoir le faire
dans les meilleures conditions en étant bien informée.

Dans le cadre d'une démarche qualité autour du soutien de l'allaitement maternel,
la Maternité de l'Hôpital Privé d'Antony propose ce livret, également consultable sur notre site Internet.
(www.generale-de-sante.fr/hopital-privé-d-antony)

Les différentes positions pour allaiter

Il n'existe pas de position idéale pour allaiter.

C'est à vous et à votre bébé de découvrir la position qui vous convient le mieux ; une installation confortable et soutenue de la mère est nécessaire (fauteuil - lit ...)

Les positions :

La position est primordiale ! Il ne faut pas hésiter à prendre des coussins afin d'être mieux installée. Une position inadaptée peut entraîner des crevasses, mais surtout une stimulation insuffisante.

Position allongée :

- S'allonger sur le côté, jambes repliées.
- Placer un oreiller ou un coussin sous votre tête.
- Installer le bébé latéralement son corps contre le vôtre.



Position en madone :

- Assise, le bébé est allongé contre votre ventre, son visage face au sein et sa bouche dans l'axe du mamelon.
- Approcher bien votre bébé du sein et non l'inverse.
- Bien caler la tête de votre bébé dans le creux de votre coude ou sur votre bras.

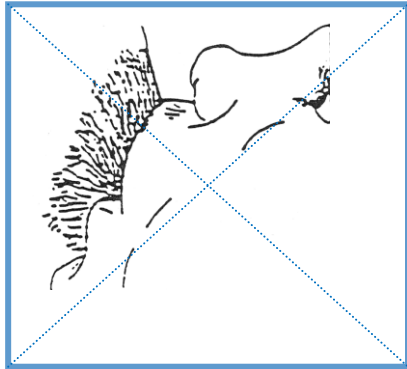
Position ballon de rugby :

- Le bébé repose sur votre avant bras, son corps proche de votre hanche.
- Ses épaules et sa tête sont soutenus par votre main.



En définitive, toutes les positions de la maman, allongée, en madone, ballon de rugby ... et toutes celles du bébé sont possibles, à condition que la tétée ait lieu dans un climat de confort.

L'essentiel est d'être détendue et que le bébé ait toujours une bonne partie de l'aréole dans la bouche et pas seulement le mamelon.



Bébé suçant façon tétine



Bébé tétant bien le sein

Les compléments et les tétines :

Dans la période de mise en route de l'allaitement, les compléments de lait artificiel sont à l'origine d'une sous stimulation mammaire et donc une diminution de la production lactée.

Quant aux tétines, elles provoquent des troubles de succion avec une confusion entre le sein et la tétine, leur usage est donc déconseillé.

Conseils pour une bonne prise du sein

- Le ventre du bébé contre celui de la maman
- Nez et menton du bébé proches du sein
- Bouche grande ouverte prenant une grande partie du mamelon et de l'aréole, lèvres retroussées
- Le bébé et la maman sont détendus
- Mouvements de succion amples



Eviter de mettre le doigt sur le sein pour dégager le nez du bébé : il n'y a pas de risque d'étouffement.
En revanche, ce geste peut provoquer la formation de crevasses.

L'allaitement à l'éveil

- Donner le sein à l'éveil, ne pas attendre qu'il pleure, les tétées favorisent la lactation.
- Laisser le bébé téter jusqu'à ce qu'il s'arrête de lui-même.
- Le nombre et la durée des tétées varient d'un enfant à l'autre et d'une journée à l'autre.
- Les mamelons peuvent être sensibles au départ, le massage du mamelon avec du lait maternel ou une pommade protectrice et le port d'un soutien gorge d'allaitement laissant les bouts de seins à l'air vont permettre un véritable tannage de l'aréole, la rendant ainsi plus résistante à la succion. Le port de coques recueil-lait peut préserver les bouts de seins irrités et stimuler la production de lait.

Allaiter et prendre soin de soi

Santé et hygiène :

- Une toilette quotidienne des seins est suffisante. Inutile de nettoyer les seins avant chaque tétée.
- Le choix du soutien-gorge est important (ni trop serré, ni trop grand, sans armature)
- Prendre du repos dans la journée en même temps que le bébé.

Alimentation :

- Une alimentation variée, équilibrée, régulière, en fonction de votre appétit et n'excluant aucun élément, permet de couvrir vos besoins nutritionnels.
- Le besoin de boire est augmenté, il doit être satisfait.
- L'alcool, le tabac et la drogue sont déconseillés car les éléments nocifs passent dans le lait et donc deviennent nuisibles pour votre bébé.
- Bon nombre de médicaments sont compatibles avec l'allaitement, renseignez-vous auprès de votre médecin.

Propriétés du document 6631

N° de Création	6631	Date de création	17/11/2011	Date de publication	17/11/2011
Description	L'allaitement Maternel				
Fichier	HPA-TYP-INF-MAT-20111117-15385831.doc				
Commentaires	ValidéparMARTINSCécile	Fonction de l'auteur = cadre de santé; Comité = 2011;			
	ValidéparCLEMENTIsabelle	Fonction de l'auteur = cadre de santé; Comité = 2011;			
	ValidéparBURLOTHélène	Fonction de l'auteur = cadre de santé; Comité = 2011;			
Critères de recherche					
Etablissement = Hopital privé d'Antony	Service = Maternité - MAT			Fonction de l'auteur = cadre de santé	
Sous-service = Maternité - MAT	Type-document qualité = Document d'information Patient			Comité =	
				Spécialité =	
				Année de création ou de révision = 2011	
				Approvisionnement = Service communication/relations publiques	
Utilisateurs	Profils		Validateurs		
()	HPA_TOUS		1 : MARTINS Cécile (cmartins) 2 : CLEMENT Isabelle (iclement) 3 : BURLOT Hélène (BURLOT)		
Historique de validation					
Date	Heure	Valdateur	Action		
17/11/2011	15:39	MARTINS Cécile	Validation :		
17/11/2011	15:47	CLEMENT Isabelle	Validation :		
17/11/2011	16:49	BURLOT Hélène	Validation finale :		