

PÔLE MÈRE/ENFANT

MATERNITÉ

BRAINE-L'ALLEUD



L'ALLAITEMENT MATERNEL

- Clefs de la réussite
- Critères pour une mise au sein efficace



CHIREC - SITE BRAINE-L'ALLEUD
Rue Wayez 35-1420 Braine-l'Alleud



www.chirec.be

BIENVENUE À LA MATERNITÉ DE L'HÔPITAL DE BRAINE-L'ALLEUD

Chers parents,

L'équipe de la maternité de Braine-l'Alleud tient à vous féliciter pour l'arrivée de votre bébé.

Notre hôpital désire tout mettre en oeuvre pour vous accompagner et vous soutenir par rapport au type d'alimentation que vous choisirez pour votre bébé.

Les premiers jours, voire les premières semaines, sont des moments très intenses dans la vie des parents, c'est pourquoi nous vous encourageons à vous reposer en même temps que votre bébé.

Prenez le temps d'être à l'écoute de vos besoins et de ceux de votre bébé.

L'équipe de la Maternité

VISITES

La naissance procure joie et bonheur. Les visites sont bien évidemment source de plaisir. Néanmoins, l'arrivée d'un nouveau-né nécessite un temps d'adaptation pour tous. Vous allez veiller votre petit, jour et nuit, et allez lui consacrer beaucoup de temps et d'énergie.

L'équipe soignante a compris l'importance d'adapter ses soins en fonction du rythme du sommeil des bébés et de leur maman. C'est pourquoi, nous nous permettons d'insister sur le respect des heures et de la durée des visites.

***Pour le respect du repos de nos mamans et de leur(s) bébé(s),
la fratrie du bébé est la bienvenue entre 15h et 19h30.
Les autres visites sont autorisées entre 17h et 18h,
2 personnes à la fois maximum.***

ALLAITEMENT MATERNEL : LES CLEFS DE LA RÉUSSITE

L'ALLAITEMENT MATERNEL UNE ALIMENTATION

Le lait maternel est l'aliment le mieux adapté à votre enfant.

Sa composition évolue au cours du temps afin de répondre à ses besoins nutritionnels durant au moins les 6 premiers mois de sa vie.

Le lait maternel présente de multiples avantages en terme de santé pour votre société :

- **Pour bébé** : il offre une meilleure protection immunitaire (contre certaines maladies, allergies, ...), est digeste, procure un sentiment de sécurité de par la proximité de la relation, aide au meilleur développement neuro-psychomoteur, ...
- **Pour la maman** : il est toujours disponible, hygiénique, à bonne température, gratuit. Au niveau de la santé, le rétablissement se fait plus rapidement après l'accouchement, allaiter diminue le risque de cancer, favorise la perte de poids post-partum, ...
- **Pour la société** : il est économique en termes de santé publique (moins d'enfants malades, ...), et écologique (car pas de conditionnement ni de déchets).

■ LE CHOIX IDÉAL POUR VOTRE BÉBÉ 100% NATUREL

En salle de naissance

Dans des conditions optimales de naissance, votre bébé sera séché rapidement et déposé sur votre ventre pendant une heure ou plus. Ce contact « **peau à peau** » est vivement conseillé durant les 48 premières heures du post-partum.

Ce moment privilégié de récupération où règne le calme, la chaleur, la pénombre, va permettre au bébé de découvrir progressivement ses parents et de s'adapter à son nouvel environnement.

C'est durant cette période, et sous le regard attentif du soignant, que devrait se dérouler **la première tétée**.

Cette première tétée spontanée (dès que votre bébé commence à manifester ses envies de succion) favorisera le bon déroulement de l'allaitement dans les jours à venir.



■ LE CHOIX IDÉAL POUR VOTRE BÉBÉ AUX MULTIPLES FONCTIONS

Post-partum

La tétée se fait à la demande de votre bébé (sauf avis médical), soit **8 à 12 tétées par 24 heures**.

Les tétées de nuit sont fréquentes et utiles au bon déroulement de l'allaitement maternel.

Il est important, durant ces premières mises au sein, de veiller à la bonne préhension du mamelon et de l'aréole (cf. Fiche 'Critères pour une mise au sein efficace' p....).

L'équipe soignante, de par sa compétence dans le domaine de l'allaitement, s'engage à vous accompagner durant cette période d'apprentissage.

Nous vous conseillons de donner à votre bébé **uniquement votre lait maternel** (sauf circonstances particulières).

L'usage du biberon, tétines, lait artificiel, ... est déconseillé : cela peut en effet diminuer le nombre de tétées et compliquer le bon démarrage de l'allaitement.

Durant votre séjour en maternité, nous encourageons la pratique du **rooming-in 24h/24** : la proximité 'maman-bébé' vous permettra de repérer les signes d'appel de votre bébé pour la tétée.

■ OÙ TROUVER L'INFORMATION

À l'Hôpital de Braine-l'Alleud :

Sur rendez-vous, en téléphonant au 02/434.94.39

- Consultation pré natale sur l'allaitement (collective).

Associations d'aide :

- Infor-Allaitement : <http://www.infor-allaitement.be>
- La Leche League : <http://www.lllbelgique.org> - Permanence téléphonique :
 - En français : 02/660.77.67 ou 063/22.22.39 ou 0471/03.13.69
 - En anglais : 02/660.77.67
- Breastfeeding support available in English from the BCT : 02/215.33.77 <http://www.bct.belgium.com>
- Wenst u informatie in het nederlands : <http://www.borstvoedingvzw.be>

Sites internet :

- <https://www.health.belgium.be/fr/lallaitements-maternel>
- www.lllbelgique.com
- www.santeallaitementsmaternel.com
- www.sage-femme.be
- www.co-naitre.net
- www.allaitements-jumeaux.com
- <https://abclfg.be> - Association belge des Consultantes en Lactation Francophones et Germanophones.
- <https://www.one.be/public/>

ALLAITEMENT MATERNEL : LES CRITÈRES POUR UNE MISE AU SEIN EFFICACE

Maman :

Installée confortablement afin d'éviter toute tension musculaire, l'utilisation de différents coussins pourra assurer ce confort.

Choisissez de préférence une position qui n'occasionne pas de douleur au niveau de votre périnée.

Bébé :

N'attendez pas que votre bébé pleure pour lui présenter le sein.

Dès les premiers signes d'éveil (votre bébé tourne la tête de gauche à droite, porte les poings à la bouche, tire la langue, émet des bruits de succion), installez votre bébé confortablement dans vos bras ou à côté de vous. Si vous vous sentez à l'aise, n'hésitez pas à privilégier le peau à peau au moment de la tétée.

Local :

Ménagez votre environnement de façon optimale afin d'assurer votre bien-être et celui de votre bébé : lumières tamisées, musique d'ambiance, si vous êtes à l'hôpital faites sortir les visites, ...

OBSERVATION DE LA TÉTÉE

- Le corps de votre bébé est installé contre votre corps (**ventre contre ventre**), tête-épaules-hanches alignées dans le même axe.
- Le visage face au sein, le nez à hauteur du mamelon, la paume de votre main soutient ses épaules et sa nuque contre votre corps (attention la **tête est libre**).
- La **bouche de bébé doit être grande ouverte**. Pour ce faire, stimulez sa lèvre supérieure avec votre mamelon, approchez votre bébé (lorsque sa bouche grande ouverte) pour lui permettre de prendre une partie de l'aréole et le mamelon.
- La préhension correcte du sein = **prise asymétrique**.
La partie supérieure de l'aréole est visible, la tête de bébé défléchie, les lèvres retroussées vers l'extérieur, son menton en contact avec le sein, son nez légèrement dégagé du sein.

■ POSITIONS D'ALLAITEMENT



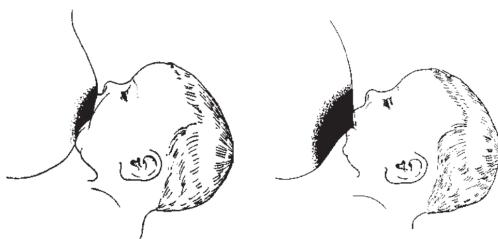
Illustrations : Jan Riordan, *Breastfeeding and Human Lactation* (third edition), ed. Jones and Bartlett.

■ PARAMÈTRES INDISPENSABLES

- **Un bébé en éveil calme.** N'attendez pas l'apparition des pleurs, ils peuvent compliquer la mise au sein.
- Un bébé qui montre **des signes d'engagement pour la tétée** : mouvements de la langue au-delà de la lèvre inférieure, bébé porte ses mains à la bouche, bruits de succion, tourne la tête de gauche à droite.

■ MISE AU SEIN

- **Bouche grand ouverte, lèvres retroussées** vers l'extérieur.
- La tête de bébé est dans l'alignement de son corps, son ventre contre celui de sa mère.
- **Le menton touche le sein**, la tête est légèrement déclinée vers l'arrière de sorte à ce que le nez soit dégagé du sein et que la partie supérieure de l'aréole soit plus visible que la partie inférieure.



Bonne prise de sein

Mauvaise prise de sein

© OMS - Comment allaiter au sein sans danger - 2006

VIDÉO D'INFORMATION



Découvrez la vidéo sur l'allaitement



Découvrez la vidéo sur l'expression manuelle

LE GROUPE HOSPITALIER CHIREC

NOS SITES HOSPITALIERS À BRUXELLES :



Site Delta
Boulevard du Triomphe, 201
1160 Bruxelles



Site Ste-Anne St-Remi
Boulevard Jules Graindor, 66
1070 Bruxelles

NOS SITES HOSPITALIERS DE JOUR À BRUXELLES :



Clinique de la Basilique
Rue Pangaert 37-47
1083 Bruxelles



Centre Médical Edith Cavell
Rue Général Lotz, 37
1180 Bruxelles

NOS CENTRES MÉDICAUX À BRUXELLES :



Centre Médical Parc Léopold
Rue du Trone, 100
1050 Bruxelles



CityClinic Louise
Avenue Louise 235 B
1050 Bruxelles



Centre Médical Europe-Lambertmont
Rue des Pensées, 1-5
1030 Bruxelles

NOTRE SITE HOSPITALIER DANS LE BRABANT WALLON :



Site Braine-l'Alleud - Waterloo
Rue Wayez, 35
1420 Braine-l'Alleud

NOTRE CENTRE MÉDICAL DANS LE BRABANT WALLON :



Centre Médical Jean Monnet
Avenue Jean Monnet, 12
1400 Nivelles