



Livret d'alimentation artificielle

Service Maternité
du Centre Hospitalier Alpes Léman

www.ch-alpes-leman.fr



Première rencontre

Pour s'adapter à son nouvel environnement, votre bébé a besoin de sentir la chaleur de votre corps, de sentir l'odeur de votre peau, d'entendre votre voix et les battements de votre cœur.

Dès sa naissance, l'alimentation est pour votre enfant un moment important parce qu'il répond à un besoin. C'est aussi un moment d'échange avec votre bébé.

En salle d'accouchement, votre bébé sera posé contre vous en peau à peau. Lors de ce contact privilégié, il va développer ces premiers réflexes, regard d'attachement, foussement, succion.

Votre désir est de nourrir votre enfant avec des préparations infantiles, vous aurez tout de même la possibilité de lui proposer le sein pour une ou plusieurs tétées d'accueil avant de lui donner le biberon.

Si toutefois ce n'était pas votre souhait, vous ou votre accompagnant pourrez lui donner le biberon.

Le lait infantile est adapté aux besoins de votre enfant. A la sortie de la maternité, vous aurez le libre choix de la marque de lait 1er âge que vous souhaitez utiliser. En poudre ou en liquide, l'intérêt nutritionnel est le même.

Vous pourrez en discuter avec l'équipe de la maternité nous sommes là pour répondre à vos questions et respecter votre choix.

Le peau à peau

Les bienfaits
pour votre bébé



- ♥ Stabilise sa température, sa respiration et son rythme cardiaque
- ♥ Diminue sa perte de poids des premiers jours
- ♥ Régule son rythme éveil / sommeil
- ♥ Diminue ses pleurs, le stress
- ♥ Calme la douleur
- ♥ Régule son taux de sucre
- ♥ L'encourage à se réveiller et à téter au sein comme au biberon
- ♥ Renforce son immunité

Les bienfaits pour les parents

- ♥ Améliore la récupération de la mère après l'accouchement
- ♥ Apaise par la sécrétion de l'ocytocine, l'hormone du bien-être
- ♥ Réduit le stress parental
- ♥ Diminue l'anxiété et le risque de dépression
- ♥ Augmente le sentiment de compétence parentale
- ♥ Favorise l'attachement



Quand faire le peau à peau?

- Après le bain
- Quand votre bébé pleure pour le calmer
- Pour faciliter la prise du sein
- Le soir, après le départ des visites ou avant de vous coucher
- Aussi souvent que vous le souhaitez

Bien s'installer

- Installez-vous confortablement en position demi- assise (à 45°), ne soyez pas seul avec lui si vous risquez de vous endormir
- Il est conseillé de porter un bandeau ou tube en tissu élastique pour maintenir votre bébé
- Bébé a posé sa tête au-dessus des seins, poitrine contre poitrine. Sa tête est sur le côté, son nez est dégagé, vous voyez son visage. Il porte un bonnet, des chaussettes et est recouvert d'une couverture

Quantité et fréquence

Jours	Quantité
J 0	5 à 20 ml par biberon
J 1	10 à 40 ml par biberon
J 2	20 à 50 ml par biberon
J 3	30 à 60 ml par biberon
J 4	40 à 70 ml par biberon

Capacité de l'estomac de bébé au cours de la première semaine

1^{er} jour  =  5-7 ml

3^{ème} jour  =  22-27 ml

7^{ème} jour  =  45-60ml

La quantité des rations peut varier selon le poids et l'appétit du bébé.

Respecter la variabilité des quantités et des rythmes de prises des repas. C'est le volume de lait consommé sur 24h et la croissance pondérale qui vous permettent de vous rassurer sur les apports adaptés.

Les deux premiers jours

Votre enfant peut être dérangé par les glaires, être écoeuré. Proposez-lui à manger sans le forcer, il prendra ce qu'il voudra.

3^{ème} jour :

Son estomac se dilate petit à petit. IL commence à se réguler tout seul. On vous conseille d'attendre au moins deux heures entre chaque biberon y compris la nuit. En dehors d'une indication médicale, si votre bébé ne réclame pas pendant 3 ou 4 heures la nuit, il est inutile de le réveiller pour le faire manger. L'important est de lui donner 6 à 8 biberons/ 24h.

Retour à la maison

Basez-vous sur la quantité qu'il prend à la maternité. Si votre bébé a encore faim après son biberon, rajoutez lui une dose de 30 ml, puis augmentez sa ration sur ces prochains biberons.

Vous pouvez également vous référer aux informations inscrites sur les boîtes de lait

Préparation des biberons

Matériels

il vous faut :

- Des biberons
- Des tétines
- De l'eau minérale adaptée - La bouteille neuve peut être conservée 48h à température ambiante
- 1 écouvillon (pour nettoyer les biberons)
- 1 boîte de lait adapté à votre enfant

Préparer son biberon :

- Lavez vous les mains
- Versez la quantité d'eau nécessaire dans le biberon selon la quantité désirée
- Ajoutez le nombre de cuillères mesures rases correspondant
- Faites tiédir si nécessaire le biberon dans un chauffe biberon ou au bain marie
- Remuez entre vos mains pour bien mélanger
- N'utilisez pas de micro-ondes pour cause de brûlures
- Vérifiez la température de la préparation avant de la donner à votre enfant en faisant couler quelques gouttes de lait à l'intérieur de votre poignet



Le lait non consommé doit être jeté au bout d'1h

3 Entretien des biberons

Après chaque repas, lavez soigneusement la tétine et le biberon à l'aide d'un écouvillon, avec de l'eau et du liquide vaisselle. Bien rincer et laissez sécher dans un endroit propre et sec.

Vous pouvez également utiliser un lave-vaisselle à 60°.



Il n'est plus nécessaire de stériliser les biberons et les tétines

30 ml d'eau

+



60 ml d'eau

+



90 ml d'eau

+



120 ml d'eau

+



150 ml d'eau

+



180 ml d'eau

+



210 ml d'eau

+



Comment donner le biberon ?

- Donner le biberon est un moment de câlins.
- Éteignez votre téléviseur et votre téléphone pour profiter de cet instant. Pensez à vous installer confortablement avec votre bébé (dos calé, bras soutenu, etc).
- Installez votre bébé en position semi-assise, le biberon est à l'horizontal, la tétine pas complètement pleine ce qui permet de réguler le flux de lait (évite que le bébé reçoive trop vite du lait). Observez le comportement de votre bébé ; proposer lui des pauses. Ne serrez pas trop fort le pas de vis de la tétine (il doit y avoir des bulles qui remontent quand bébé boit).

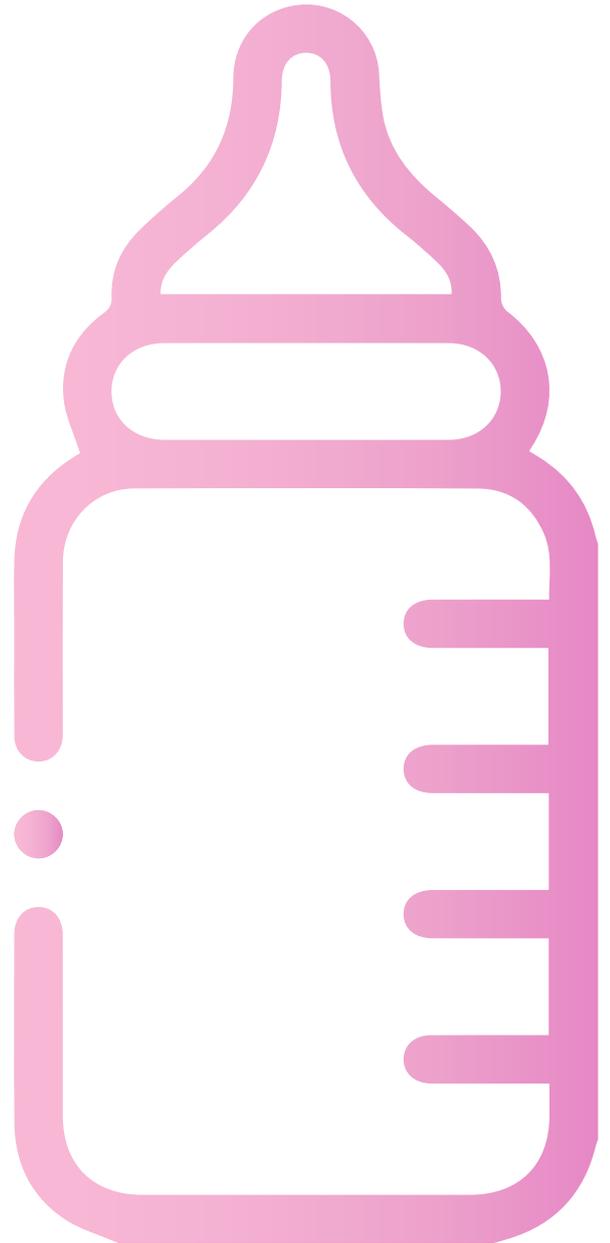
Conseils

Le rot n'est pas systématique après le repas mais gardez l'enfant en position verticale une dizaine de minutes avant de le recoucher

Ne proposez pas de lait de vache avant l'âge d'un an.

Lait de vache entier possible de 1 an jusqu'à l'âge de 3 ans

En cas de constipation :
Préparez un à deux biberons par jour avec de l'eau "Hépar" + lait



Post-partum

Vous avez choisi de donner le biberon à votre bébé. Un traitement homéopathique peut vous être donné pendant votre séjour à la maternité afin d'éviter ou atténuer une montée de lait. La prise de médicaments pour inhiber la montée de lait n'est plus recommandée.

Si toutefois vous ressentez une tension mammaire vous pouvez :

Appliquer de la glace dans un gant de toilette ou des compresses froides pour calmer la douleur et diminuer l'œdème

- Appliquez des feuilles de choux qui sont à changer toutes les deux heures
- Buvez de la tisane de sauge
- Vous pouvez vous soulager par la technique du verre (voir avec les professionnels)
- Des antalgiques peuvent être conseillés, consulter un professionnel de santé (sages-femmes, médecins, pharmaciens).

La sensation de tension dure en général 12 heures

Et après ?

Dès votre sortie de la maternité vous serez mis en relation avec une sage-femme libérale ou la PMI de votre secteur pour vous soutenir, répondre à vos questions et peser votre bébé. Il est nécessaire dans le premier mois de surveiller le poids de votre enfant au moins 1 fois /semaine.

Si vous rencontrez des difficultés n'hésitez pas à contacter votre médecin traitant, votre sage-femme, le service de PMI





Service Maternité
du Centre Hospitalier Alpes Léman

www.ch-alpes-leman.fr