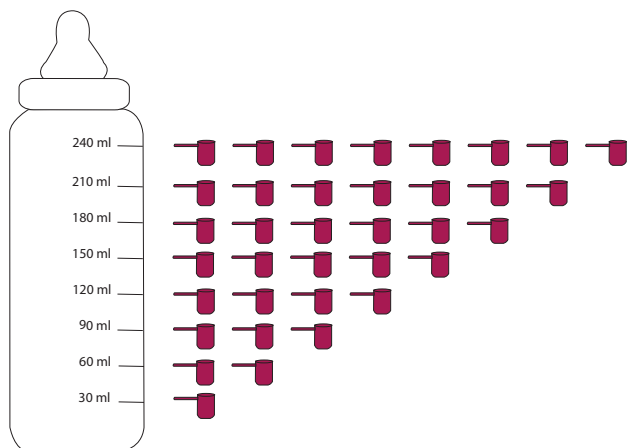


Allaitement au biberon

Préparation du biberon :

- Lavage des mains
- Mettre la quantité d'eau souhaitée ;
- Remplir la dosette de lait artificiel (la dosette doit être rase)
- Ajouter la poudre de lait dans l'eau, selon le nombre de mesures souhaitées.
- Bien respecter une mesurette pour 30 ml d'eau
- Ne pas faire chauffer le biberon du bébé au micro-ondes ; le biberon est bu à température ambiante ou éventuellement chauffé au chauffe biberon
- Vous pouvez utiliser l'eau du robinet, ou une eau minérale naturelle portant la mention « convient à l'alimentation du nourrisson »



Rations théoriques de lait infantile (à moduler en fonction du poids du bébé)

- 1^{er} jour 1 biberon de 10 ml, 6 à 7 fois par jour
- 2^{er} jour 1 biberon de 20 ml, 6 à 7 fois par jour
- 3^{ème} jour 1 biberon de 30 ml, 6 à 7 fois par jour
- 4^{ème} jour 1 biberon de 40 ml, 6 à 7 fois par jour
- 5^{ème} jour 1 biberon de 50 ml, 6 à 7 fois par jour
- 6^{ème} jour 1 biberon de 60 ml, 6 à 7 fois par jour
- 7^{ème} jour 1 biberon de 70 ml, 6 à 7 fois par jour

Ensuite 10 ml de plus par semaine jusqu'à 1 mois.

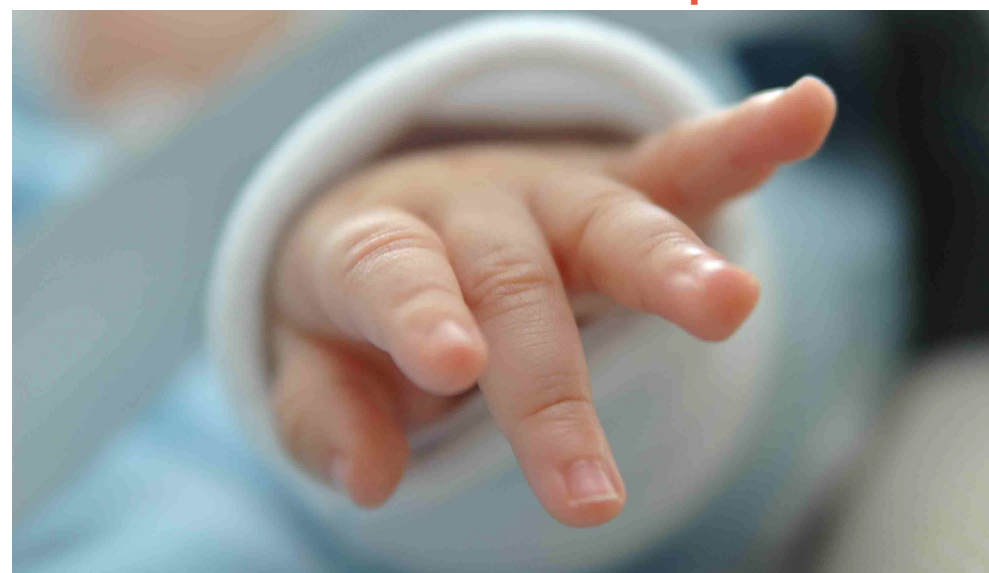
A 1 mois de vie, la ration recommandée est de 6 repas de 90 à 120 ml / jour maxi.

Pour une bonne digestion du lait infantile, il faut attendre 3 heures minimum entre 2 biberons et ne pas espacer les biberons de plus de 5 heures la journée.

En raison du risque de botulisme infantile, maladie rare mais très grave due à une bactérie, ne donnez pas de miel aux nourrissons de moins de 1 an, ni au doigt, ni à la cuillère, ni sur une tétine.

Le 1^{er} mois de bébé à la maison

Quelques conseils



Téléphones utiles

- Maternité : 04.77.31.19.17
- Secrétariat : 04.77.31.19.35
- Urgences pédiatriques Hôpital Nord : 04.77.82.81.90
- Garde libérale de pédiatrie (uniquement le week end) : 04.77.82.86.82
- Allo PMI Loire : 04.77.49.76.76 (une puéricultrice vous répond)
- Consultation Allaitement Ref'lait : 06.08.47.35.16
- Psychologue du service : 04.77.31.19.35

Lors de tout rendez-vous pour votre bébé pensez à apporter son carnet de santé.

Fièvre

Si votre bébé a plus de 38° et moins de 3 mois :

- **déshabiller** le bébé
- **appeler le médecin ou se déplacer aux urgences pédiatriques de l'hôpital Nord** pour consulter au plus vite.

Sommeil



- Bébé dort sur le dos, en turbulette, sans oreiller, sans couverture, ni tour de lit, ni doudou sur le visage.
- Aérer la chambre quotidiennement.
- Tenir la chambre de votre bébé entre 18° et 20°.

Hygiène



Veiller à l'hygiène en se lavant régulièrement les mains avant et après tout soin à votre bébé.

Toilette corporelle

Le bain est un moment de détente pour le bébé et ses parents. Pendant le 1^{er} mois de vie, baigner votre bébé 1 jour sur 2.

Cependant, nettoyer les fesses et les organes génitaux 1 fois par jour et à chaque selle. Bien sécher les plis pour éviter les rougeurs.

Changer systématiquement la couche de votre enfant, et au minimum à chaque tétée.

Ne pas couper les ongles de votre bébé avant la fin du premier mois de vie.

Toilette du visage

Nettoyer le visage de bébé tous les jours avec une compresse humide.

- **yeux** : nettoyer à l'eau ou au sérum physiologique.
Changer de coton pour chaque œil.

- **nez** : nettoyer avec du coton imbibé de sérum physiologique.
Le bébé respire par le nez. Le lavage de nez au sérum physiologique est recommandé en cas de rhume.

Soins du cordon

Nettoyer l'ombilic avec un savon ph neutre jusqu'à cicatrisation complète du nombril.



Sorties



Elles peuvent s'effectuer de suite sauf par temps de pluie, brouillard ou gel.

Penser à protéger la tête de votre bébé en cas de soleil, de vent ou de froid.

Éviter les transports en commun et les lieux publics très fréquentés jusqu'à 3 mois de vie.

Lors des déplacements en voiture, veiller à ce que votre enfant soit bien attaché, il doit être installé dos à la route dans un siège homologué pour cet âge là.

En période épidémique de bronchiolite, éviter le contact de votre bébé avec toute personne enrhumée ou toussant, ou présentant un syndrome grippal.

Visite Médicale

La prochaine visite médicale de votre bébé aura lieu entre le 6^{ème} et le 10^{ème} jour de vie en cas de sortie précoce, ou avant le 28^{ème} jour de vie. Pensez à prendre rendez-vous avec votre pédiatre ou votre médecin généraliste.
Les vaccinations de votre bébé débutent à 2 mois de vie.

Depuis quelques années, il est constaté une augmentation du nombre de cas de coqueluche. Cette maladie est très grave pour le nouveau-né. Il est recommandé de vacciner les adultes (papa, grands-parents, nourrice...) en charge de la garde du nourrisson. Penser également à ses frères et ses sœurs. Pour la mère, le plus tôt possible après l'accouchement, si nécessaire, l'allaitement ne constituant pas une contre indication à la vaccination anti-coquelucheuse.

Alimentation



Allaitement maternel

L'allaitement permet l'alimentation à la demande du bébé, il régule et satisfait ses besoins.

En cas de nécessité, vous pouvez consulter une conseillère en allaitement au rez de chaussée de l'hôpital (cf numéro utile)

Le lait maternel étant très digeste, le rythme des tétées peut être plus fréquent qu'en cas d'allaitement artificiel.