Polyclinique
Santa Maria
Maternité KANTYS

Kantys

Mon séjour à la maternité

J'ai choisi
le lait infantile



Maternité Kantys
57, avenue de la Californie
06200 NICE

Les premiers conseils

Avant de naitre, le bébé a son propre rythme.
A la naissance, il faut lui laisser le temps de se réguler.

Il sait quand il a faim, il vous le montrera grâce à ce que l'on appelle « **les signes d'éveil** » :
- porte les mains à la bouche
- succion des doigts
- mouvement de la langue
- tourne la tête en ouvrant la bouche

Inutile d'attendre que le bébé pleure pour lui donner le biberon !



Il n'est pas nécessaire de le réveiller à heure fixe
Respectez son appétit !

Le bébé peut pleurer même s'il n'a pas faim, plusieurs repères qu'il connait peuvent le calmer :
- peau à peau
- bercement
- câlin dans vos bras
- votre odeur
- votre voix

À vous de comprendre son langage :)

Si vous et/ou votre conjoint avez des antécédents familiaux d'**allergie** (asthme, urticaire, eczéma, rhume des foins, allergie alimentaire...), précisez-le-nous pour que l'on puisse donner à votre bébé un lait hypoallergénique.

Donner le biberon

Le lait est distribué en nourette de 70ml, sous forme liquide et à consommer à température ambiante. Une nourette ouverte doit être consommée dans l'**heure**, sinon le restant de lait doit être **jeté**.

• Donnez le biberon dans une position confortable, votre bébé en position demi assise et en soutenant sa tête.
• Le biberon doit être incliné de manière à ce que la tétine soit remplie de lait : il aura ainsi moins de gaz et de rots.
• Après chaque biberon, faites faire le rot à votre bébé avant de le recoucher sur le dos. S'il ne fait pas de rot, vous pouvez le recoucher 15 minutes après la prise du biberon.

Remarque : Merci de ne pas jeter les nourettes à la poubelle, nous avons mis à votre disposition un bac de récupération dans votre chambre, veuillez rincer le biberon et placer la nourette, le couvercle et la tétine dans le bac.
Pensons à notre planète, recyclons ! ;)



Mes premiers biberons

	…/…/… J0	…/… /… J1	…/…/… J2	…/…/… J3	…/…/… J4	…/…/… J5
Heure						
Quantité						
Heure						
Quantité						
Heure						
Quantité						
Heure						
Quantité						
Heure						
Quantité						
Heure						
Quantité						
Heure						
Quantité						
Heure						
Quantité						
Heure						
Quantité						

La quantité et la fréquence varie selon le nouveau-né, il est conseillé de **ne rien imposer** et de **ne pas restreindre** votre bébé.

En moyenne, essayez de respecter :
Minimum 2h et maximum 5h entre chaque biberon
(Sauf cas particuliers)

Comment préparer un biberon ?

Un biberon de lait reconstitué se consomme à **température ambiante** et se conserve 1 heure. Il est donc inutile de préparer des biberons en avance, une fois reconstitue le lait infantile est très fragile et les microbes s'y multiplient rapidement. Au besoin, transportez séparément un biberon d'eau et la poudre dosée à part.

Matériel :
• Un biberon préalablement nettoyé
• Une tétine adaptée au nouveau-né (0 à 6 mois)
• Une bouteille d'eau minérale naturelle ou de source qui convient à l'alimentation du nourrisson
• 1 boite de lait en poudre (valable 1 mois)
• La cuillère mesure et un couteau

Remarque : Les laits 1er âge classiques peuvent être achetés en grande distribution.
Les laits particuliers (type prématurés, hypoallergéniques, anti-reflux...) sont à commander en pharmacie. Prévoir de les commander pendant le séjour à la clinique au moins 24h avant la sortie.

• Lavez-vous soigneusement les mains, installez-vous sur un plan de travail propre et plat.
• Vérifiez la propreté des biberons, tétines et ustensiles employés.
• Versez la quantité d'eau nécessaire en **premier** puis ajouter ensuite les « mesurettes » de lait en poudre.
• Pour finir, agitez fortement en le faisant rouler entre les mains, vérifiez qu'il ne reste ni grumeaux, ni poudre non diluée dans le fond.

30ml d'eau = 1 mesurette arasée de lait en poudre

Pour un dosage correct, ne tassez pas la poudre et arasez à l'aide du dos d'un couteau ou avec le bord araseur de la boite, utilisez toujours la mesurette présente dans chaque boite de lait.

Si vous chauffez le biberon

Il n'est pas indispensable de chauffer un biberon avant de le donner.
Si vous souhaitez faire tiédir un biberon choisissez :
• le bain-marie, dans une casserole
• le chauffe biberon.

Faites ensuite rouler le biberon entre vos mains et vérifiez la température du lait en versant quelques gouttes de lait sur la face interne de votre poignet.
Si un biberon est chauffé, il est à consommer dans la **demi-heure**.



Ne chauffez jamais le biberon à l'aide du micro-ondes pour éviter tout risque de brûlures !

Nettoyage du biberon

Sachez qu'il n'est pas nécessaire de stériliser les biberons, il suffit de les **laver soigneusement après utilisation.**
• Videz le biberon.
• Rincez le biberon démonté et ses accessoires à l'eau froide.
• Lavez à l'eau chaude et avec du liquide vaisselle le biberon démonté (tétine, bague, capuchon) avec un goupillon.
• Rincez bien.
• Laissez sécher démonté et sans essuyer, sur un arbre à biberon (n'utilisez pas de torchon).
• Une fois secs, rassemblez les biberons jusqu'au prochain usage

Il est possible de laver des biberons au lave-vaisselle : rincez-les préalablement et retirez toute trace de lait, utilisez un cycle à 65° et un séchage (ne pas mettre les tétines en caoutchouc).

La toilette de mon bébé

Lors de votre séjour nous vous accompagnerons dans la réalisation des soins apportés à votre nouveau-né.
Le premier bain vous sera proposé 24h après sa naissance tout en respectant son rythme.



Le bain peut être donné quotidiennement ou un jour sur deux :

• Assurez-vous que la pièce dans laquelle vous donnez le bain à votre bébé soit bien chauffée, la température idéale se situe entre 22°c et 25°c.
• Toujours rassembler tout le matériel nécessaire à côté de la table à langer (serviette, vêtement propre, compresses, produits de toilette adapte aux bébés...).

Ne quittez jamais votre enfant des yeux et ne vous éloignez pas afin d'éviter tout risque de chute.

• Pratiquer le bain toujours avant l'heure du biberon, il n'y a pas d'horaire conseillé, le bain peut être effectue à n'importe quelle heure de la journée.
• Lavez-vous soigneusement les mains avant chaque soin.

Le bain

Le bain doit rester un moment de plaisir et de détente.



La température de l'eau du bain doit être de 37°, afin que votre enfant s'y sente bien ; utilisez un thermomètre de bain et testez l'eau avec votre coude ou votre poignet, afin d'éviter tout risque de brulure.
• Placez une main sous son aisselle, sa nuque et sa tête reposant sur votre poignet et votre avant-bras, placez l'autre main sous les fesses.
• Mettez votre bébé dans l'eau progressivement, vous pouvez alors retirer la main de sous ses fesses afin de pouvoir le savonner, en gardant toujours la prise sous le bras de bébé.
• Commencez par savonner les cheveux, puis poursuivez en lavant le corps de haut en bas en terminant par le siège (du plus propre au plus sale).
• Rincez votre bébé.
• Le bain refroidit le bébé, ne le laissez pas trop longtemps dans l'eau (environ 5 minutes).
A la sortie du bain, enveloppez-le immédiatement dans une serviette sèche ou un peignoir, séchez le bien, surtout dans les plis (les restes d'humidité pourraient entrainer des rougeurs, boutons et irritations).

Le soin du cordon

Désinfectez le cordon 1 fois par jour avec de la Biseptine et des compresses stériles.
Il tombera seul en moyenne 10/15 jours après la naissance, continuez à désinfecter durant 1 semaine pour une belle cicatrisation.

Les soins du visage

Pour le visage, utiliser le même savon que pour le corps. Si nécessaire, pour les yeux, humidifiez une compresse de sérum physiologique et nettoyez du propre vers le sale.
Si le nez est obstrué par des secrétions, vous pouvez lui faire une désinfection rhino-pharyngée (DRP).
• Mettre votre bébé sur le côté ou sur le ventre tête sur le côté en la maintenant.
• Introduisez la pipette de sérum physiologique dans sa narine.
• Appuyer fermement sur la pipette, le but étant de faire ressortir le sérum par l'autre narine.
• Pour dégager l'autre narine, tournez la tête de l'autre cote et faites le même geste.

Changer la couche de bébé

Votre bébé s'alimente et donc élimine en moyenne : urines 4 à 6 fois/jour et selles 3 à 4 fois/jour.
Il est donc important de changer régulièrement sa couche :
• Retirez l'excèdent de selles avec le rabat de la couche et glissez-la sous les fesses.
• Le savonnage avec un coton suivi d'un rinçage à l'eau est la technique la plus adaptée.
• Essuyez votre enfant de l'avant vers l'arrière en insistant dans les plis afin d'éviter une irritation de la peau.
• Pour finir, vous pouvez appliquer du liniment ou une crème de change sur les fesses pour permettre une hydratation du siège.

Surveillance des selles

Les premières selles sont noires et collantes : c'est le méconium.
Elles évolueront au cours du temps tout en restant colorées.
En cas de selles pales ou inhabituelles contacter votre médecin, pédiatre, sage-femme ou la puéricultrice du service et la PMI.
Soyez d'autant plus vigilant si votre enfant fait une jaunisse (ictère).



Les sorties

Les promenades sont conseillées dès la sortie de la maternité, mais préservez le bébé en le couvrant en conséquence, selon les saisons.
Evitez les centres commerciaux, les collectivités d'enfants et les transports en commun aux heures de pointe, ainsi que les endroits de fortes chaleurs (plage, etc…).
Evitez le contact rapproché avec des personnes malades.
Pour les trajets en voiture :
• Cosy dos à la route jusqu'à 18 mois (pensez à désactiver l'air bag s'il est devant). A cet âge-là, le bébé ne peut pas rester plus de 2h d'affilée dans le cosy.
• Maintenir une température clémente dans le véhicule.

Le couchage

Dès la naissance, il dort uniquement sur le dos tant qu'il ne se retourne pas seul, bien à plat, dans une turbulette a sa taille, adaptée à la saison et dans une pièce entre 18° et 20°.
Le bébé dort dans un lit a barreaux sur un matelas ferme, aux dimensions du lit, sans tour de lit, cale-bébé, coussin, cocon, peluches, couverture ou autres objets, tout ceci en prévention de la mort inattendue du nourrisson.
Il est recommandé de garder bébé dans votre chambre les premiers mois, **dans son lit**.
Protégez-le de l'aplatissement de sa tête :
Dormir sur le dos ne favorise pas l'aplatissement de sa tête à condition qu'il soit libre de tous ses mouvements :

- Il est installé à plat sur une surface ferme (tapis d'éveil, parc), ses jouets sont disposés autour de lui.
- Il aime découvrir par lui-même.
- Il joue sur le ventre lorsqu'il est réveillé.

S'il a tendance à tourner la tête toujours du même côté quand il est éveillé, **attirez son attention du côté opposé.**



Que faire si bébé pleure beaucoup ?

Sachez qu'un bébé en bonne santé peut pleurer 2 à 3 heures par jour pour diverses raisons : faim, couche humide, position inconfortable, besoin d'un câlin, ennui, fatigue, il a chaud ou froid…



Si vous ne supportez plus ses pleurs, ne criez pas :
arrêtez-vous !

Couchez votre bébé sur le dos, dans son lit, quittez la chambre et fermez la porte pour quelques minutes. Demandez l'aide d'un proche (famille, ami, voisin...) ou d'un professionnel (sage-femme, pédiatre).

Ne secouez jamais un bébé

Secouer un bébé peut provoquer de très graves séquelles allant jusqu'au handicap et menant parfois au décès !



Le suivi médical après votre sortie

Dans les 48h au mieux ou dans la 1ère semaine	Sage-femme ou médecin	Bébé et maman
Entre J6 et J10	Pédiatre	Bébé
Entre 6 et 8 semaines	Gynécologue	Maman
A 1,2,3,4,5 et 6 mois A 9, 11 et 12 mois	Pédiatre ou médecin	Bébé

La vaccination

Votre enfant ne sera vacciné qu'à **ses deux mois** de vie.
La vaccination constitue un moyen essentiel pour protéger votre enfant et ceux des autres contre la survenue de maladies infectieuses.
Afin d'assurer la meilleure protection de votre enfant, il faut respecter le nombre d'injections requis en fonction de l'âge, tel qu'il figure dans le calendrier des vaccinations publié chaque année par le ministère chargé de la Santé.
La vaccination de la **coqueluche** pour l'entourage proche du bébé : la coqueluche est très contagieuse, elle se transmet au contact d'une personne qui tousse et provoque des complications graves chez le nourrisson de moins de six mois.

L'entourage proche doit donc être à jour de la vaccination coqueluche pour éviter la contamination. Si votre dernier rappel date de plus de 10 ans, il devra être refait par votre médecin traitant ou votre sage-femme.

Les signes d'alerte pour bébé

Quand devons-nous consulter pour bébé ?

Respiration	Difficultés à respirer Bruit inhabituel
Peau	Lèvres ou ongles bleus Jaunisse
Température	≥ 38°c ≤ 36°c
Comportement	Trop sage Ne réclame pas à manger Pleure beaucoup Impossible à consoler
Alimentation	Boit moins de 6 fois par jour Vomit souvent en grande quantité
Transit	Pas de selles ≥ 36 heures Selles décolorées, blanches Diarrhée (selles, liquides et fréquentes) Pas d'urines ≥ 3 changes

Au moindre doute, n'hésitez pas à appeler votre pédiatre.
Ou contactez la maternité si vous n'arrivez pas à le joindre.

Les signes d'alerte pour maman

Quand dois-je consulter ?

Saignements pertes	Saignements abondants Pertes malodorantes
Température	> 38°c Frissons Courbatures
Cicatrice	Rouge Douloureuse Ecoulement
Urines	Brûlures Douleurs Difficultés à uriner
Jambes	Rouges et gonflées Douloureuses
Seins	Rouges Très douloureux
Moral	Tristesse Fatigue Angoisse Enervement

Accompagner la montée laiteuse physiologique

(En cas de non allaitement ou d'arrêt d'allaitement)

La montée laiteuse physiologique peut avoir lieu entre le 2eme et le 4eme jour après l'accouchement, **même en cas de non allaitement**.

Elle se manifeste par :
- une tension mammaire
- un écoulement de colostrum
- une sensibilité au niveau des seins
- un inconfort (+/- douleur)
- une légère fièvre peut être associée à ces symptômes (≃38°)

Dans ce cas :
- Lavage des mains
- Massage des seins **SANS STIMULER** les mamelons pour favoriser le drainage +/- associé à une douche chaude ou technique du verre d'eau chaude (verre tahitien)
- Expression manuelle et/ou utilisation **exceptionnelle** d'un tire-lait pour drainer dans le but de soulager et désengorger SANS aller jusqu'à VIDER les seins
- Un soutien de la poitrine adapté et confortable (soutien-gorge ou brassière lâche en coton) évitant bandage et toute stimulation
- Boire à sa soif, la restriction hydrique n'est pas nécessaire
- En cas de douleurs persistantes, prendre un traitement symptomatique (Cf. ordonnance)
- Le plus souvent, l'arrêt du processus de la lactation se fait sur une quinzaine de jours

En cas de fièvre et/ou inflammation au niveau des seins non améliorée par le traitement médical symptomatique, le signaler à un médecin, à une sage-femme ou une consultante en lactation.

Contacts & numéros utiles

La Maternité Kantys

- Pour joindre le **standard** :
04 92 03 02 45

- Pour joindre les **services de maternité** :
4ème étage 04 92 03 09 37
5ème étage 04 92 03 02 41
6ème étage 04 92 03 02 44

- Pour joindre l'**Unité Kangourou** :
04 92 03 02 30

- Pour joindre la **salle de naissance** :
04 92 03 02 35

- Pour joindre la **sage-femme coordinatrice de la maternité** :
04 92 03 02 42

- **La Leche League** (LLL - Association d'usagers) :
04 93 97 21 59 ou par mail : lll.nice@laposte.net

- **SESAME** : Sourire Et Soutien Allaitement Maternel Ensemble :
Numéros de téléphone à votre disposition à la maternité

- **Solidarilait** : www.solidarilait.fr

- Pour joindre les **centres de PMI** :
Consultez la brochure du conseil général. Différents professionnels (gynécologues, pédiatres, généralistes, sages-femmes et puéricultrices) vous reçoivent sur place ou à domicile.

L'équipe de la PMI vous donnera, si vous le souhaitez, des conseils sur les besoins des nourrissons relatifs au sommeil, à l'alimentation ou encore au mode de garde.

Rejoignez-nous sur nos réseaux &
suivez les dernières actualités !

Kantys
Polyclinique
Santa Maria
Maternité KANTYS

« Nous vous souhaitons un excellent retour à la maison et restons à vos côtés et à votre disposition. »