

« Maman, si je savais parler, voilà ce que je te dirais... »

« J'aimerais tant... »

◆ ...être tout contre ta peau sans autres vêtements que ma couche. Ce contact chaud et réconfortant nous relaxerait tout les deux. Tu peux m'emmitoufler dans tes vêtements pour me dorloter !

◆ ...me nourrir selon mon besoin parce que mon ventre est tout petit et bien vite rempli. Il est possible que je réclame fréquemment ma tétée et parfois même la nuit. Mais, m'allaiter la nuit t'aidera à augmenter ta sécrétion lactée.

◆ ...rester tout le temps avec toi. Mais attention, si tu me prends dans ton lit, prends soin de lire le dépliant intitulé « Partager son lit avec bébé ».

◆ ...être tenu dans la meilleure position possible pour me permettre de prendre aisément ton sein et bien me nourrir.

◆ ...que tu exprimes ton lait si je suis un peu endormi et que tu me le donnes à boire dans une tasse ou une cuillère.

◆ ...simplement boire de ton lait pour prendre un bon départ, en pleine santé, dans cette nouvelle vie qui m'attend ! »

« J'ai entendu la sage-femme dire que cela pourrait t'aider de... »

◆ Te reposer et dormir quand je dors, surtout si je prends fréquemment le sein.

◆ Te munir de protection adéquate si la tétée est douloureuse.

◆ Éviter d'utiliser des savons ou gels douche parce qu'ils détruisent les huiles naturelles qui protègent la peau autour de ton téton.

◆ Apprendre les signes quand je demande le sein et essayer de m'allaiter avant que je ne commence à pleurer. Demande à la sage-femme de te l'expliquer. »

« Je préfère NE PAS prendre de lait artificiel parce que... »

◆ Je vais mettre plus de temps à digérer le lait artificiel et je pourrais ne plus vouloir prendre le sein pendant un moment. Ta sécrétion lactée diminuerait alors du fait du déséquilibre engendré entre la sécrétion et la demande.

◆ Si je ne prends pas assez souvent le sein, cela risque d'entraîner un engorgement de tes seins. Je risque également d'avoir des difficultés à téter.

◆ Le lait artificiel altère les « bonnes » bactéries qui se trouvent dans mon intestin et augmente le risque d'infections.

◆ Si de nombreux cas d'allergies et de diabète ont été décelés dans notre famille, je serais plus susceptible de développer ces affections en étant nourri au lait artificiel.

◆ Ah, au fait, si tu me donnes un biberon ou une tétine alors que j'apprends à téter, je risque d'être un peu perdu. J'utilise ma langue, mes mâchoires et ma bouche différemment lorsque je tète à ton sein....

◆ Si je ne me sens pas bien ou si je ne prends pas suffisamment de ton lait, il peut y avoir une raison médicale à cela. La sage-femme ou le docteur peuvent prescrire un biberon de complément. »

« **Donc, jusqu'à ce que je puisse me nourrir tout seul...**

◆ Maman, souviens-toi que l'Organisation Mondiale de la Santé recommande l'allaitement des bébés pendant les six premiers mois...

Pour toute question urgente concernant l'allaitement (au sein ou artificiel), contactez :

Le service de gynécologie-obstétrique (Midwifery Led Unit) de Llandough au +44(0)29 2971 6001

Le service de gynécologie-obstétrique (Midwifery Led Unit) de l'UHW au +44(0)29 2074 5030

Ma liste de vœux...

Le message d'un bébé à sa maman lors des premiers jours de l'allaitement.

Lisez ce dépliant et demandez des explications, des conseils ou de l'aide à une sage-femme pour apprendre à nourrir votre bébé.



**Cardiff and Vale NHS Trust
Ymddiriedolaeth GIG Caerdydd A'r Fro
Département de gynécologie et
d'obstétrique**

