

## ■ Signes d'une tétée efficace

Une grande partie de l'aréole est dans la bouche du bébé. Les lèvres sont retroussées vers l'extérieur, la langue sous le mamelon et sur la lèvre inférieure. Le nez et le menton touchent le sein. Maman entend bébé déglutir.

## ■ Positions pour allaiter

Il est important pour la mère de connaître et expérimenter différentes positions en dehors de toute difficulté. Allaiter couchée pour se reposer, en madone, en madone inversée, en ballon de rugby, sont les plus classiques.

## ■ Compléments lactés

Les petites quantités de colostrum du début sont adaptées à la taille de l'estomac du bébé et suffisent à prévenir l'hypoglycémie et la déshydratation. Les bébés nés à terme, en bonne santé n'ont besoin de téter à volonté. (Academy of Breastfeeding Medicine, [www.abfm.org](http://www.abfm.org))

## Où trouver des informations ?

- Comment ça marche ? [www.info-allaitement.org](http://www.info-allaitement.org)
- Partager vos interrogations, joies et expériences avec d'autres parents ? Lactaliste : liste de discussion. Inscription sur le site de la leche league : [www.lllfrance.org](http://www.lllfrance.org)
- Coordonnées des associations de soutien à l'allaitement sur : [www.coordination-allaitement.org](http://www.coordination-allaitement.org)

[www.info-allaitement.org](http://www.info-allaitement.org)

Textes : Information Pour l'Allaitement (IPA)  
Retrouvez les autres publications sur :

décrivant les bons

- Histoire

- Allaitement

Dépliant complet sans contremarque vendu sur :  
[www.info-allaitement.org](http://www.info-allaitement.org)

Mise en page : Patricia Motte



Information  
Pour  
l'Allaitement

## Premiers Jours de l'allaitement



Critères de surveillance  
d'un allaitement efficace  
lors du premier mois.



Information  
Pour  
l'Allaitement

[www.info-allaitement.org](http://www.info-allaitement.org)

Association IPA - CERDAM  
Centre hospitalier Lyon sud - Maternité  
165 chemin du Grand Revoyet 69310 Pierre Bénite  
04 78 42 09 16

Position  
«Madone inversée»

Age de bébé

**1 jour**

**2 jours**

**3 jours**

**4 jours**

**5 jours**

**30 jours**

**Taille de l'estomac de bébé et quantité journalière**



Taille d'une noisette



10 à 100 ml par jour



Taille d'une noix



200 ml par jour



Taille d'un oeuf  
700 ml par jour

**Attitude de bébé**

Dort beaucoup  
Pleure peu  
Le garder près de maman pour lui proposer le sein souvent.

Prend goût au sein  
Demande à téter plus spontanément.

Bébé trouve cela tellement bon, qu'il en veut plus et tête parfois non stop  
« période Java »

Les tétées sont...

Maman et bébé vont trouver le rythme qui leur convient.

**Le lait maternel**

Appelé Colostrum, concentré riche en éléments nutritifs

Le lait mature évolue en fonction des besoins de bébé

**Fréquence moyenne des tétées**

Le lait maternel est très digeste.

En moyenne, de 6 à 12 tétées par 24 h.

**Nombre de couches mouillées**

3 couches mouillées au moins

4 couches mouillées au moins

5 couches mouillées au moins

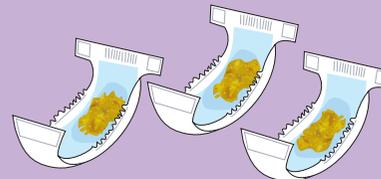
6 couches TRÈS mouillées au moins / 24 h.

**Fréquence et couleur des selles**



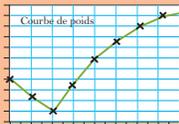
Au moins 1 à 2 fois par jour, noires puis vertes foncées

Au moins 2 à 3 fois par jour jaune d'or, avec des grumeaux.



D'une selle à chaque tétée à une selle par jour au moins, jaune d'or avec grumeaux

**Poids de bébé**



Il est possible que bébé perde entre 5 à 7 % de son poids de naissance puis retrouve ce poids vers l'âge de 2 semaines au plus tard. Il est inutile de peser bébé avant et après la tétée.

Bébé prend au moins 20 g. par jour.

Dépliant complet sans contremarque vendu sur : [www.info-allaitement.org](http://www.info-allaitement.org)

## ■ Signes d'une tétée efficace

Une grande partie de l'aréole est dans la bouche du bébé. Les lèvres sont retroussées vers l'extérieur, la langue sous le mamelon et sur la lèvre inférieure. Le nez et le menton touchent le sein. Maman entend bébé déglutir.

## ■ Positions pour allaiter

Il est important pour la mère de connaître et expérimenter différentes positions en dehors de toute difficulté. Allaiter couchée pour se reposer, en madone, en madone inversée, en ballon de rugby, sont les plus classiques.

## ■ Compléments lactés

Les petites quantités de colostrum du début sont adaptées à la taille de l'estomac du bébé et suffisent à prévenir l'hypoglycémie et la déshydratation. Les bébés nés à terme, en bonne santé n'ont besoin que de téter à volonté. (Academy of Breastfeeding Medicine, [www.abfm.org](http://www.abfm.org))

## Où trouver des informations ?

- Comment ça marche ? [www.info-allaitement.org](http://www.info-allaitement.org)
- Partager vos interrogations, joies et expériences avec d'autres parents ? Lactaliste : liste de discussion. Inscription sur le site de la leche league : [www.llfrance.org](http://www.llfrance.org)
- Coordonnées des associations de soutien à l'allaitement sur : [www.coordination-allaitement.org](http://www.coordination-allaitement.org)

[www.info-allaitement.org](http://www.info-allaitement.org)

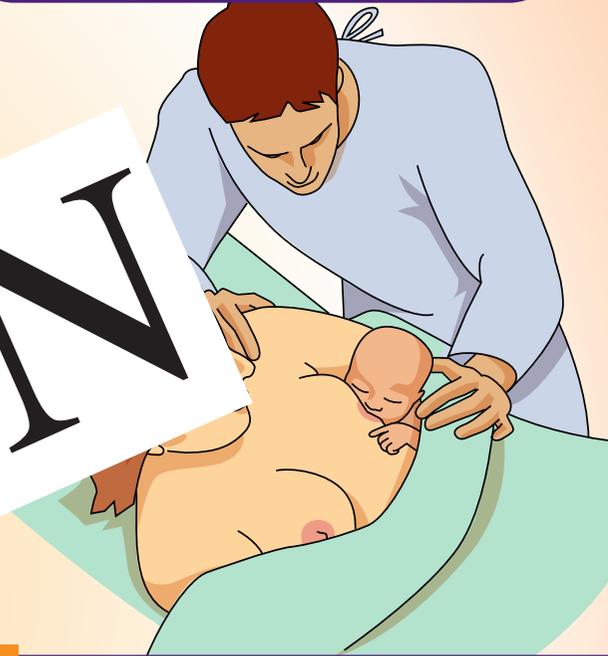
Textes : Information Pour l'Allaitement (IPA)  
Retrouvez les autres publications

décrivant les bons

- Histoire

- Allaitement

## Premiers Jours de l'allaitement



Critères de surveillance  
d'un allaitement efficace  
lors du premier mois.

# SPECIEMEN

Position  
«Madone inversée»

Mise en page : Patricia Motte



Information  
Pour  
l'Allaitement



Information  
Pour  
l'Allaitement

[www.info-allaitement.org](http://www.info-allaitement.org)

Association IPA - CERDAM  
Centre hospitalier Lyon sud - Maternité  
165 chemin du Grand Revoyet 69310 Pierre Bénite  
04 78 42 09 16

Age de bébé

**1 jour**

**2 jours**

**3 jours**

**4 jours**

**5 jours**

**30 jours**

**Taille de l'estomac de bébé et quantité journalière**



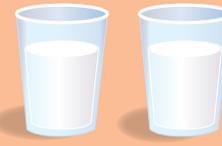
Taille d'une noisette



10 à 100 ml par jour



Taille d'une noix



200 ml par jour



Taille d'un oeuf  
700 ml par jour

**Attitude de bébé**

Dort beaucoup  
Pleure peu  
Le garder près de maman pour lui proposer le sein souvent.

Prend goût au sein  
Demande à téter plus spontanément.

Bébé trouve cela tellement bon, qu'il en veut plus et tête parfois non stop  
« période Java »

Les

Maman et bébé vont trouver le rythme qui leur convient.

**Le lait maternel**

Appelé Colostrum, composé de lait riche en éléments nutritifs

Le lait mature évolue en fonction des besoins de bébé

**Fréquence moyenne des tétées**

de tétée.

car le lait maternel est très digeste.

En moyenne, de 6 à 12 tétées par 24 h.

**Nombre de couches mouillées**

au moins

**3** couches mouillées au moins

**4** couches mouillées au moins

**5** couches mouillées au moins

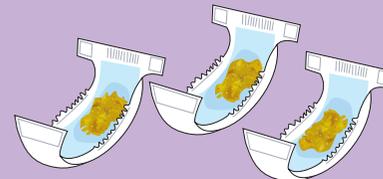
**6** couches TRÈS mouillées au moins / 24 h.

**Fréquence et couleur des selles**



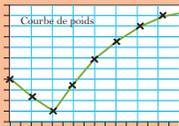
Au moins 1 à 2 fois par jour, noires puis vertes foncées

Au moins 2 à 3 fois par jour jaune d'or, avec des grumeaux.



D'une selle à chaque tétée à une selle par jour au moins, jaune d'or avec grumeaux

**Poids de bébé**



Il est possible que bébé perde entre 5 à 7 % de son poids de naissance puis retrouve ce poids vers l'âge de 2 semaines au plus tard. Il est inutile de peser bébé avant et après la tétée.

Bébé prend au moins 20 g. par jour.

**SPECIMEN**