Allaiter des jumeaux et des triplés : un guide pour les professionnels et les parents

Une consultante en lactation IBCLC donne son avis sur "Breastfeeding Twins and Triplets" de Kathryn Stagg

Nous vous présentons un ouvrage en anglais d'une consultante ibclc anglaise, également présidente de l'association "allaitement de jumeaux et triplés " en Grande Bretagne et conseillère en allaitement de l'ABM (Association of Breastfeeeding Mothers) .

Cet ouvrage est un guide pour les parents, mais également les professionnels de santé.

Il reprend :

- les bases de l'allaitement , avec une partie physiologique particulièrement bien expliquée et des analogies parlantes ("on ne conduirait pas une voiture sans apprendre le code et apprendre à conduire, allaiter c'est pareil: cela demande de s'informer "), une partie position et prise du sein.
- La partie très pratico-pratique sur l'aide logistique que peuvent apporter le conjoint-les visiteurs
- Les naissances prématurées, qui sont beaucoup plus fréquentes en cas de naissance multiple. L'auteur détaille les jumeaux nés très prématurés (avant 34SA),/ les naissances prématurées entre 34 et 38SA, les naissances de multiples nés à terme.

Le chapitre sur **la prématurité** est très complet et détaille les différentes étapes à prévoir, les choses qui peuvent aider (l'expression manuelle au début, etc).

L'auteur explique notamment qu'un tiers du développement du cerveau a lieu durant les 6 dernières semaines de grossesse, ce qui explique le fait que les bébés nés autour de 38SA soient très **endormis** , aient **un rythme de succion au sein désorganisé**, et que **l'allaitement soit très compliqué à mettre en place** malgré le fait que l'on ait laissé les bébés rentrer à la maison sans même passer en néonatologie.

La routine allaitement-compléments-tirages, souvent un passage obligatoire lors d'une naissance prématurée est également bien expliquée.

L'auteur aborde également :

- **Le coallaitement**, ses avantages (se sentir capable de gérer les 2 bébés à la fois,

synchroniser leur sommeil, avoir un des bébés plus efficace qui aide à stimuler le reflexe d'éjection pour le moins efficace) et inconvénients (être incapable de faire autre chose comme marcher, manger, aller dans le jardin , tout ce que l'on peut faire en ayant un seul bébé au sein, etc, se sentir "coincée"). Il y a toute une explication concernant les coussins de jumeaux, en U ou en W.

- **Les suites de l'allaitement après les premières semaines**, notamment les nuits (et **le partage du lit** par les bébés: avoir les 2 Bébés qui dorment ensemble permet de les synchroniser et de les calmer): un chapitre plein de bon sens
- L**es poussées de croissance**, gérer les aînés, la survie mentale: beaucoup d'astuces très pratiques à nouveau
- **Les problèmes fréquents**: le bébé qui ne prend pas le sein, les crevasses, mastites, la production insuffisante, le reflux, les grèves de tétées,…
- **Allaiter des bambins :** la diversification, le retour au travail, le sevrage de nuit, arrêter le cododo, sevrer le bambin

Finalement **ce livre écrit de manière très simple et claire** reprend toutes les situations que l'on rencontre avec un seul enfant , ainsi que les **particularités relatives aux multiples**. Les avantages des cotétées, du coussin d'allaitement de jumeaux, sont expliqués.

Chaque chapitre comporte des **témoignages de familles** de jumeaux, qui rendent l'ensemble très vivant. Ainsi qu'une fiche résumé des principales choses à retenir du chapitre pour les parents.

Je le recommande donc pour les futures mamans de jumeaux anglophones.

Rédaction par Elise Armoiry, Consultante en lactation IBCLC