

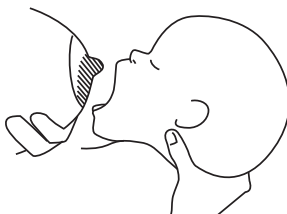
Toutes les mères devraient tenter différentes positions d'allaitement pour trouver celle qui lui est la plus confortable.

Le bébé peut téter à 360° autour du sein... mais comment faire en pratique ?

VOICI QUELQUES IDÉES POUR Y ARRIVER.

PETITS TRUCS

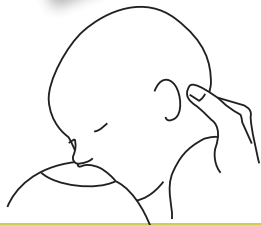
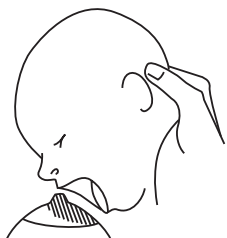
Allaiter ne fait pas mal. Former un «C» avec le pouce et l'index autour du sein. Il n'est pas nécessaire d'appuyer sur le sein pour dégager les narines (leur forme permet au bébé de respirer par les côtés). Dans toutes les positions, l'oreille, l'épaule et la hanche du bébé sont alignées.



Mise au sein, vue de profil

SIGNES D'EFFICACITÉ DE

Une grande partie de la tête du bébé (**partie hachurée**) est visible et ses lèvres sont retroussées. Le nez est parfois visible et enfoncé. Le nez est dégagé et le menton est au sein. Bébé mouille 5 couches par semaine et a plusieurs selles quotidiennes. Il grossit régulièrement.



Mise au sein, vue par maman

JUMEAUX

Il peut être parfois difficile de s'installer au début. C'est un coup de main à prendre. Un dans chaque sens, en Madone croisée ou les deux dans le même sens (dessin) ou les deux en ballon de rugby... à vous de choisir.



Dépliant sans contremarque vendu sur :
www.info-allaitement.org

ALLAITER DANS TOUS LES SENS

Différentes positions utiles pour allaiter sereinement



ASSOCIATION IPA

Information Pour l'Allaitement

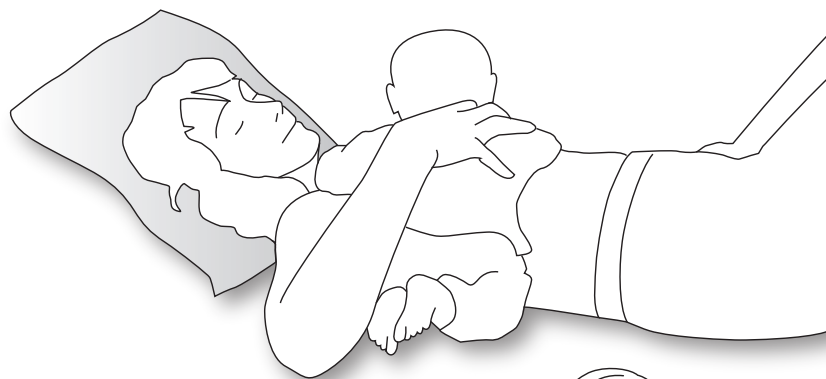
Association de professionnels de santé spécialisés dans l'allaitement maternel, implantée à Lyon depuis 1996 et reconnue d'intérêt général.

Plus d'informations sur :
www.info-allaitement.org



09 52 83 59 13 / contact@info-allaitement.org





ASSISE

Vous êtes confortablement installée dans un canapé, une chaise, par terre. Vous pouvez vous aider avec des coussins ou un marchepied pour surélever vos jambes. Si bébé est de petit poids, dormeur, malade, fatigué, prématuré, vous pouvez l'aider en soulevant votre sein pour qu'il ne soit pas trop long de son nez à la tétée. Dans ces cas-là, le bébé se sent

À Califourchon



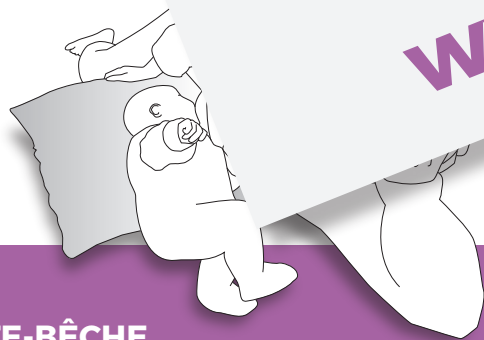
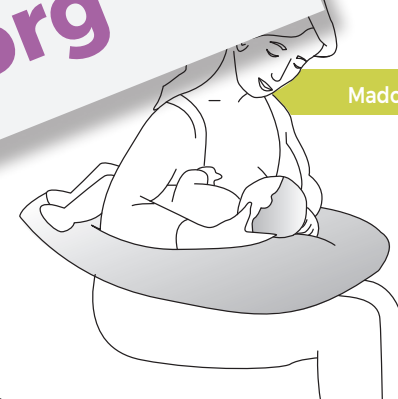
ALLONGÉE

Pour vous reposer, la nuit, le jour, si vous êtes malade, fatiguée ou césariée. Vous pouvez replier vos jambes et vous aider d'un coussin pour surélever votre tête ou la jointure des genoux.



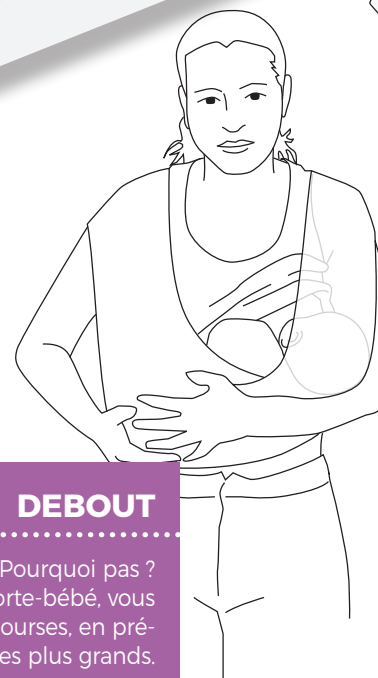
Dépliant sans contremarque vendu sur :
www.info-allaitement.org

Madone inversée



TÊTE-BÊCHE

Si vous avez une douleur aux seins : crevasse, rougeur, tension, mastite... Installez votre enfant avec le menton sur la rougeur. Évitez que la mâchoire de votre enfant frotte sur la crevasse.



DEBOUT

Pourquoi pas ? Dans un hamac, une écharpe, un porte-bébé, vous pouvez donner le sein en faisant les courses, en préparant le repas ou en promenant les plus grands.

Ballon de Rugby

