

Comportement alimentaire du bébé nourri au sein : les premiers jours

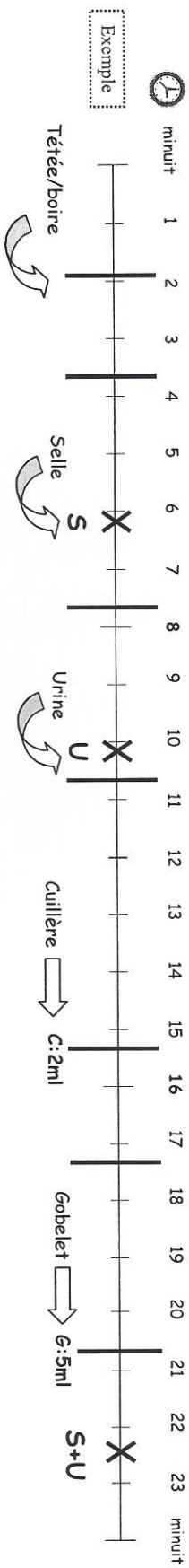
Chaque bébé est unique et a une fréquence de boire qui lui est propre. Son estomac étant très petit à la naissance, le bébé a besoin de boire de petites quantités, mais souvent. La plupart des bébés traversent 4 phases pendant leurs premiers jours. La durée de chaque phase varie d'un bébé à l'autre. Pour des raisons de santé (ex. : hypoglycémie, prématurité), certains bébés ont un rythme et des besoins différents. Le médecin, la sage-femme ou l'infirmière vous le dira si c'est le cas pour votre bébé.

Phases	Périodes	Comportement	Boires
Phase 1	Naissance à ± 4 h de vie	Généralement, les bébés sont éveillés et actifs tout de suite après la naissance. Ils aiment regarder leurs parents.	Ils vont téter 1 ou 2 fois dans les 4 à 6 premières heures de vie.
Phase 2	± 4 h à ± 18 h de vie	Pendant cette période, les bébés dorment beaucoup et profondément. Ils ont besoin de récupérer de leur naissance et les parents aussi. Profitez de ce moment pour vous reposer et faire du « peau à peau » avec votre bébé. Il est démontré scientifiquement que ce contact l'aide à récupérer après sa naissance.	Vous pourrez profiter des périodes où le bébé est en sommeil plus léger (mains qui bougent, mouvements des yeux sous les paupières, mouvements de succion) pour le stimuler et lui offrir le sein. Si votre bébé ne prend pas le sein, vous pourrez retirer un peu de colostrum et lui donner à la petite cuillère. Le bébé a des réserves de liquide pour l'aider à traverser cette période où il boit moins. Ne vous inquiétez pas.
Phase 3	± 18 h à ± 36 h de vie	Lorsqu'ils ont récupéré de la naissance (vers 18 h de vie), les bébés sont plus éveillés et demandent à téter souvent. La digestion et les gaz sont de nouvelles sensations pour eux. Quelques-uns semblent en être incommodés plus que d'autres. Votre présence et la succion semblent les apaiser et les soulager. Parfois, la mère devient fatiguée et découragée. Le conjoint ou une personne proche peut alors promener ou bercer le bébé dans la salle familiale. Après 1 ou 2 heures de sommeil, la mère verra probablement les choses d'un meilleur œil.	Le bébé peut prendre le sein toutes les 1 à 2 heures pour une période de 4 à 6 heures puis dormir de 3 à 4 heures de suite. Il peut prendre chaque sein plusieurs fois par tétée. La technique de la compression du sein aide souvent à cette période. Demandez à votre infirmière de vous l'enseigner au besoin. Ces tétées rapprochées réconfortent le bébé, l'aident à compenser pour la période de repos où il a moins bu et stimulent la montée laiteuse. Ce comportement est normal et ne signifie pas que la mère qui allaite manque de lait. Cette période est intense mais passagère.
Phase 4	Plus de 36 h de vie	Le bébé commence à s'adapter à la vie hors de l'utérus. La tétée est un moment privilégié. Le lait de maman nourrit son estomac. La chaleur et la sécurité de vos bras nourrissent son cœur.	Après la phase 3, le bébé tète généralement de 8 à 12 fois par jour (24 h), mais selon un horaire qui peut varier d'un moment à l'autre de la journée. Jusqu'à ce qu'ils reprennent leur poids de naissance (habituellement vers 2 semaines de vie), certains bébés restent somnolents, surtout ceux qui font une jaunisse. Ils oublient parfois de se réveiller pour boire. Ces bébés auront besoin d'être stimulés pour s'assurer qu'ils boivent assez, soit environ 8 fois par jour (24 h). Une fois son poids de naissance repris, vous pourrez le nourrir à sa demande et le laisser dormir plus longtemps la nuit.



Suivi de l'alimentation et de l'élimination chez le bébé nourri au sein

- Tracer une ligne verticale pour indiquer le début du boire et faire un « X » pour une selle (S) ou une urine (U).
- 1 boire = une tétée efficace pendant au moins 5 minutes.
- Au besoin, mettre la quantité buë à la cuillère (C) ou au gobelet (G) au bout de la ligne verticale.



Naissance : Jour 0
Date : _____
Heure : _____

