



Toutes les mères devraient connaître différentes positions d'allaitement et les différentes façons de tenir leur sein **AVANT** de rencontrer des difficultés.

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 mal. Soutenir légèrement le sein avec la main libre pour amener le mamelon à hauteur de la bouche du bébé.



Mise au sein, vue de profil

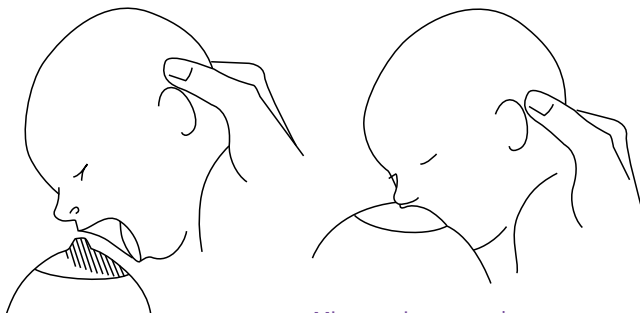
Il n'est pas nécessaire d'appuyer sur le sein pour dégager les narines (elles sont faites pour respirer par les cotés, le bébé ne va pas s'étouffer) Dans toutes les positions, l'oreille, l'épaule et la hanche du bébé sont alignés.

Signes d'efficacité de la tétée

Une grande partie de l'aréole est dans la bouche du bébé (**partie hachurée sur le dessin**).

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.

Bébé mouille 5 couches par jour au moins et a plusieurs selles quotidiennes les premières semaines. Il grossit régulièrement.



Mise au sein, vue par la 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.



Où trouver des informations ?

■ Comment ça marche ?

www.info-allaitement.org

Guide : histoire d'allaiter IPA 2004

■ Qui contacter ?

Coordonnées des associations de soutien à l'allaitement sur :

www.coordination-allaitement.org

■ Pour des jumeaux

www.allaitement-jumeaux.com

■ Les feuillets du Dr Jack Newman.

www.mamancherie.ca

Textes : Information Pour l'Allaitement (IPA)

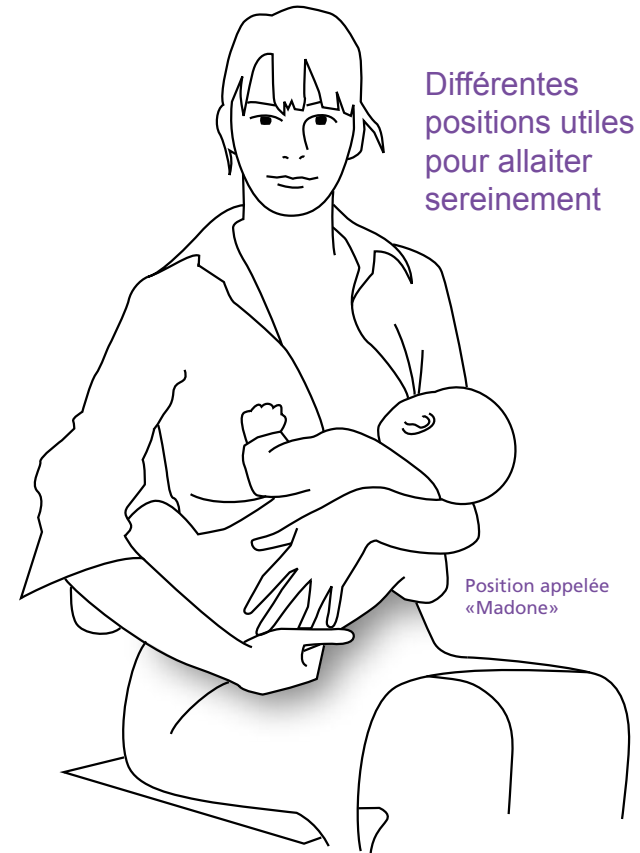
Mise en page : Patricia Motte

Retrouvez les autres publications d'IPA sur Internet

www.info-allaitement.org

Allaiter dans tous les sens

Différentes positions utiles pour allaiter sereinement



Position appelée «Madone»

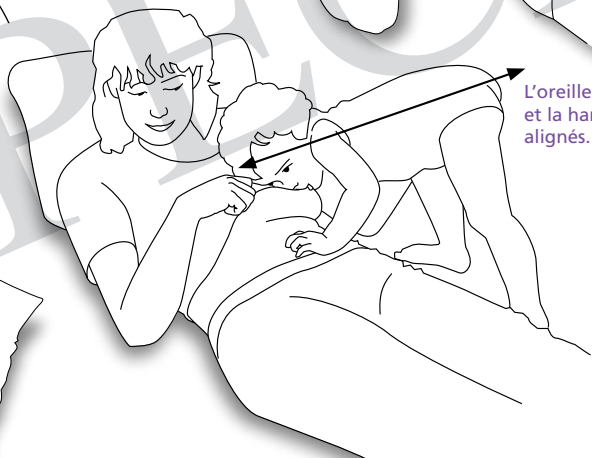
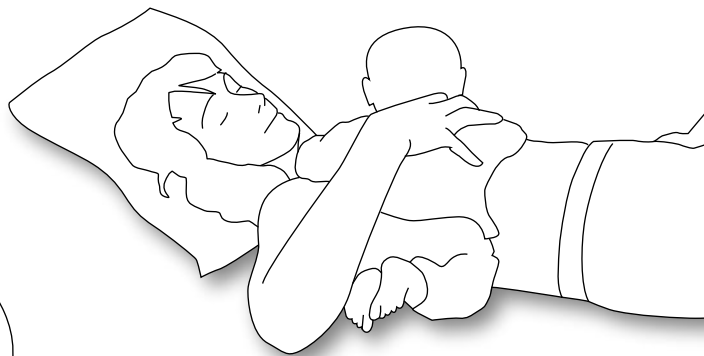
Information Pour l'Allaitement - IPA



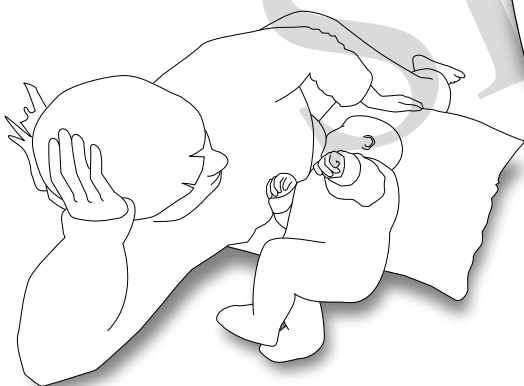


→ ALLONGÉE

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



L'oreille, l'épaule et la hanche sont alignés.



→ TÊTE-BÊCHE

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

Position appelée «à Califourchon»



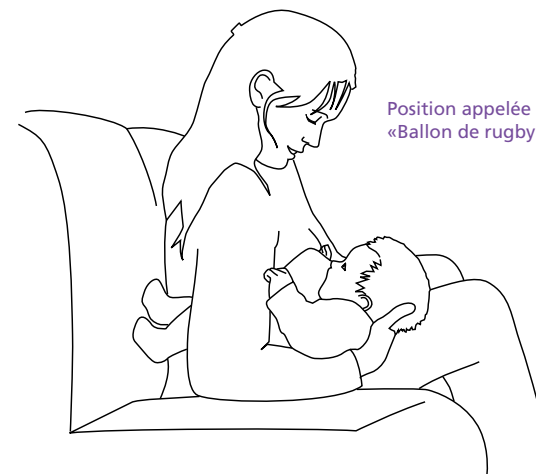
→ ASSISE

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 glisse pas le long de son menton. Dans ces cas, les positions verticales aident votre enfant à mieux téter.

Position appelée «Madone inversée»



Position appelée «Ballon de rugby»



→ 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.

