

A smiling woman with red hair is feeding a baby with a bottle. The woman is wearing a white tank top and blue overalls. The baby is wearing a blue patterned onesie. The background is a soft-focus indoor setting.

**Maternité des hôpitaux
de Grand Cognac**

L'alimentation au lait infantile

**Conseils pratiques pour réussir
l'alimentation de votre bébé
au lait artificiel**

Sommaire

01

Le choix de la préparation
pour nourrisson

02

02

Quelques précautions
à respecter

03

Quelle quantité de lait
et quand lui donner

04

04

Comment préparer
le biberon

05

Comment donner
le biberon

07

06

08 Le nettoyage du biberon

07

Conservation
et transport du lait

09

08

Et si mon bébé pleure alors
qu'il vient à peine de finir
son biberon ?

09

Qui contacter ?

12

LE CHOIX DE LA PRÉPARATION POUR NOURRISSON

Votre enfant a besoin d'une préparation pour nourrisson 1^{er} âge (ou lait infantile) qui lui est destiné jusqu'à l'âge de 6 mois. Celui-ci peut être modifié ensuite par votre médecin selon sa tolérance.

Le choix se fait à la maternité. Il sera prescrit par le pédiatre si votre enfant a besoin d'un lait spécifique.

QUELQUES PRÉCAUTIONS À RESPECTER

Hygiène :

- Avant toute manipulation, un bon lavage des mains à l'eau savonneuse est nécessaire.

Comment procéder :

- **Le choix du biberon** : les biberons en verre sont à privilégier car ils ne libèrent pas de particules de plastique.
- **Le choix de la tétine** : silicone ou caoutchouc, vous vous adapterez secondairement à votre bébé pour faire votre choix.
- Avant la toute première utilisation, nettoyez les biberons et accessoires à l'eau chaude et avec du produit vaisselle.

- La stérilisation n'est plus systématiquement recommandée, elle peut être faite selon votre choix avant la première ou au cours des utilisations ultérieures.

Choix de l'eau :

La reconstitution peut se faire :

- Avec de l'eau en bouteille portant la mention « convient pour la préparation des aliments pour nourrisson »,
- Avec de l'eau du robinet, non filtrée, non adoucie, selon la qualité de l'eau de votre commune (renseignements auprès de votre mairie).
- Ne pas utiliser l'eau de pluie ou de puits.

QUELLE QUANTITÉ DE LAIT ET QUAND LUI DONNER ?

Le bébé mange suivant ses besoins. Il convient de respecter son rythme, ses temps d'éveil, de sommeil ainsi que son appétit.

L'essentiel est le bien-être de l'enfant pendant et après le repas ainsi que sa courbe de poids.

Le nombre de biberons varie entre **7 à 10 biberons par 24 heures**. La quantité, par biberon et par jour, dépend du comportement, du moment dans la journée et de l'âge de votre bébé.

Le bébé mange suivant ses besoins.

Ce tableau est **indicatif** : votre bébé peut manger plus ou moins, selon les jours et les moments dans la journée.

Âge	Volume d'eau	Nombre de mesures de lait
À la sortie	60	2
2 ^{ème} semaine	90	3
4 ^{ème} semaine	120	4

COMMENT PRÉPARER LE BIBERON ?

Se laver les mains.

Prendre un **biberon propre**.

Mettre la quantité d'eau nécessaire, soit **30 ml d'eau par mesure rase de poudre de « lait »**.

Faire chauffer légèrement l'eau (chauffe-biberon ou bain-marie). Attention, **ne pas faire chauffer au micro-ondes** (risque de brûlures et dégradation des qualités nutritionnelles).

Mettre le nombre de mesures rases de lait dans le biberon ; bien agiter le biberon fermé entre les mains et refermer la boîte de lait.

Vérifier la température du biberon au creux de votre poignet avant de le donner.



*Donner un biberon est un moment
d'échange avec votre enfant.*

COMMENT DONNER LE BIBERON ?

Installez-vous confortablement, au calme, avec votre bébé dans les bras, veillez à changer régulièrement de côté.

Donner un biberon est un **moment d'échange** avec votre enfant.

Mettez bébé en position demi-assise, présentez à votre bébé la tétine en la posant sur la lèvre supérieure jusqu'à ce qu'il ouvre sa bouche.

Puis introduisez la tétine, biberon à l'horizontale et veillez à ce que la tétine ne soit pas complètement remplie de lait.

La bague du biberon ne doit pas être serrée pour assurer un débit correct.

Donnez le biberon en plusieurs fois, doucement pour le confort et le bien être de votre enfant.

Positionnez votre enfant verticalement sur votre épaule pour le rot.

LE NETTOYAGE DU BIBERON

Nettoyez le biberon **si possible aussitôt après l'avoir donné** : séparez la tétine de la bague, rincez le biberon, nettoyez le tout dans de l'eau chaude avec du produit vaisselle :

- L'extérieur et l'intérieur du biberon,
- Le pas de vis,
- La tétine,
- La bague,
- Le capuchon protecteur.



Laissez sécher sans essuyer dans un endroit propre.

Si vous possédez un lave-vaisselle, vous pouvez laver les biberons et tous les accessoires à 65°C, à l'exception des tétines.

CONSERVATION ET TRANSPORT DU LAIT

Il est **conseillé de ne pas préparer à l'avance le biberon** de votre bébé.

Si bébé ne finit pas son biberon, il faut jeter le reste de lait dans l'heure suivant la préparation.

Pour les laits liquides prêts à l'emploi :

- Ils se conservent 48 heures maximum après ouverture entre 0°C et 4°C, la partie la plus froide de votre réfrigérateur (à contrôler avec un thermomètre).
- Une fois chauffés, ils doivent être consommés immédiatement.

Si vous préparez un biberon à l'avance :

- Utilisez un biberon stérile,
- Conservez le biberon préparé au réfrigérateur pendant 24 heures maximum s'il n'a pas été entamé.

ET SI MON BÉBÉ PLEURE ALORS QU'IL VIENT À PEINE DE FINIR SON BIBERON ?

Les pleurs sont là pour attirer votre attention !

Un bébé a plein de raisons de pleurer, et pas seulement parce qu'il a mal au ventre ! Un inconfort, de la fatigue, un environnement trop bruyant ou stimulant, des pleurs de décharge en fin de journée...

De nombreux moyens existent pour le rassurer et le calmer : un moment de peau à peau, le portage, de la succion non nutritive (sucette ou tétine), une balade, les bras de la famille... Vous trouverez ensemble ce qui apaisera au mieux votre bébé !

Si les pleurs sont très fréquents ou s'associent à d'autres signes, parlez-en à un professionnel de santé (puéricultrice, sage-femme ou médecin).

BON RETOUR CHEZ VOUS !



QUI CONTACTER : LES PERSONNES RESSOURCES

Je désire recevoir une visite à mon domicile :

(Sage-femme libérale, protection maternelle et infantile (PMI)...)

Sage-femmes libérales : se reporter à la liste jointe

Protection maternelle et infantile (PMI)

CHARENTE

Angoulême	05.16.09.76.94
Barbezieux	05.16.09.51.20
Châteauneuf	05.16.09.51.36
Cognac	05.16.09.51.25
Jarnac	05.16.09.51.35
Rouillac	05.16.09.51.37

CHARENTE-MARITIME

Jonzac	05.46.48.90.35
Matha	05.46.48.29.56
Saintes	05.46.92.54.72
Saint-Jean	05.46.26.29.56

Centre périnatal de proximité (CPP)

CHARENTE

Barbezieux	05.45.78.78.05
------------	----------------

CHARENTE-MARITIME

Jonzac	05.46.48.75.41
St Jean d'Angely	05.46.59.50.18

J'ai besoin d'un conseil téléphonique 24h/24 et 7j/7:

Maternité de Cognac	05.45.80.13.62 ou 13.60
---------------------	-------------------------

Je prends RDV pour une consultation :

- Une sage-femme (Maternité de Cognac): 05.45.80.13.50
 - Une sage-femme libérale
 - Une puéricultrice de PMI
 - Un médecin généraliste
 - Un pédiatre
- CH de Cognac - Dr Favre, Dr Moreau-Pontallier 05.45.80.13.30
Clinique de Châteaubernard - Dr Avenel 05.45.80.10.40

Pour information

Les consultations et visites des sages-femmes et médecins libéraux sont prises en charge par les caisses d'assurance maladie (sauf praticien déconventionné).



INITIATIVE HÔPITAL
AMI DES
BÉBÉS

**Notre maternité est labellisée
Amie des Bébés depuis 2003**



**65, Avenue d'Angoulême, 16100 Châteaubernard
05 45 80 15 15**

ch-cognac.fr

