

allaitement au biberon

Le lait maternel constitue la meilleure alimentation possible pour les nourrissons.

On conseille d'allaiter uniquement au sein pendant les six premiers mois (26 semaines) de la vie de l'enfant, car l'allaitement maternel offre tous les nutriments dont les bébés ont besoin.

On conseille de sevrer les enfants à l'âge de six mois.

Lors du sevrage, continuez l'allaitement maternel (et/ou l'allaitement au biberon) après les six premiers mois.

Si vous n'êtes pas en mesure ou choisissez de ne pas suivre ces recommandations, demandez conseil à votre infirmière ou votre médecin

L'allaitement maternel est le meilleur moyen de donner un bon départ à votre bébé.

Donner du lait en poudre à un bébé allaité au sein peut rendre l'allaitement maternel plus difficile.

Si vous arrêtez d'allaiter, il est parfois difficile de reprendre. Prenez soin de vous en maintenant un régime alimentaire équilibré.

Pour de plus amples informations et conseils sur comment nourrir votre enfant, veuillez consulter votre sage-femme, infirmière ou médecin généraliste.



© Crown copyright 2004
Produced by the Department of Health

The text of this document may be reproduced without formal permission or charge for personal or in-house use.

www.breastfeeding.nhs.uk

Les informations contenues dans ce document sont destinées à vous aider à nourrir votre bébé au biberon sans risque.

Les instructions de nettoyage et de stérilisation sont valables que vous utilisiez du lait maternel tiré ou du lait en poudre.



Tous les accessoires utilisés pour nourrir votre bébé doivent être stérilisés.

En stérilisant les accessoires d'allaitement, vous réduisez les risques de maladies et de diarrhée chez votre enfant.

Comment stériliser ?

Nettoyage et rinçage

Nettoyez le biberon et la tétine dans de l'eau chaude savonneuse aussitôt que possible après l'allaitement avec un goupillon propre pour biberon.

Rincez tous les accessoires avant de les stériliser.



stérilisation à l'eau froide

Suivre les instructions du fabricant.

Changer la solution de stérilisation toutes les 24 heures.

Laisser les accessoires d'allaitement dans la solution de stérilisation pendant au moins 30 minutes.

Vérifier qu'il n'y a pas d'air emprisonné dans les biberons ou les tétines lorsque vous les placez dans la solution de stérilisation.

Conserver tous les accessoires sous la surface de la solution grâce à un couvercle flottant.



stérilisation à la vapeur

Suivre les instructions du fabricant.

Vérifier que les ouvertures des biberons et des tétines sont tournées vers le bas dans le bac de stérilisation.

Tout accessoire qui n'est pas utilisé immédiatement doit être stérilisé de nouveau avant utilisation.

préparer un biberon



Avant de préparer un biberon, nettoyez la surface que vous êtes sur le point d'utiliser.



Il est très important de se **LAVER LES MAINS**.



Si vous avez stérilisé à froid, secouez le biberon et la tétine pour bien les vider ou rincez le biberon avec de l'eau bouillie refroidie de la bouilloire.



Posez le biberon sur une surface propre.

Gardez la tétine et le bouchon sur le couvercle retourné du stérilisateur. Ne les posez pas sur la surface de travail.

lorsque vous préparez du lait en poudre

UTILISEZ DE L'EAU FROIDE DU ROBINET
POUR REMPLIR LA BOUILLOIRE.
LAISSEZ BOUILLIR PUIS LAISSEZ REFROIDIR.

COMMENCEZ TOUJOURS PAR REMPLIR LE
BIBERON D'EAU BOUILLIE ET REFROIDIE.





VERIFIEZ TOUJOURS QUE LE NIVEAU D'EAU EST APPROPRIE. SUIVEZ LES INSTRUCTIONS DU FABRICANT.



Remplissez bien la cuillère avec le lait en poudre puis égalisez sans tasser. Utilisez toujours une seule cuillère de lait en poudre pour 30 ml d'eau.



VERSEZ LE LAIT EN POUDRE DANS L'EAU. Un biberon contenant trop de poudre peut constiper votre bébé.



Tenez la tétine par le bord, et placez-la sur le biberon. Vissez la bague de retenue sur le goulot du biberon.

Couvrez la tétine avec le bouchon. Secouez le biberon jusqu'à complète dissolution de la poudre.



Si vous faites plusieurs biberons en même temps, préparez-les séparément et individuellement.

Ne pas utiliser de carafe destinée à préparer l'ensemble des biberons en même temps.



Stockez les biberons préparés dans le compartiment le plus froid de votre réfrigérateur (5 °C). Ne pas conserver plus de 24 heures.

nourrir votre bébé



Si vous désirez réchauffer le lait de votre enfant, placez le biberon dans de l'eau chaude.

Le réchauffement dans un four à micro-ondes est dangereux, car le lait continue de chauffer après en avoir été sorti.

Testez la température du biberon en laissant tomber une goutte sur l'intérieur de votre poignet.

Lorsque vous allaitez votre bébé, assurez-vous que la tétine est pleine de lait, pour éviter que votre bébé n'avale de l'air.

JETER LE LAIT QUI RESTE.

