



Le grand jour est arrivé, votre bébé rentre à la maison

- Dans les lieux publics et les transports en commun, votre bébé est exposé au risque de contamination par des personnes malades. Essayez de les éviter jusqu'à la première consultation avec le médecin.
- Les sièges autos ou les coques (cosy) ne doivent être utilisés que pour le transport et non en remplacement d'un berceau ou d'un lit.
- Si vous le souhaitez, vous pouvez recevoir des visites mais il vaut mieux protéger votre bébé des contacts et « bisous » en le laissant se reposer dans une pièce à part. Lorsque ses frères et sœurs sont malades, il est préférable qu'ils ne s'approchent pas de lui.
- L'adaptation à son nouvel environnement peut être plus longue pour un prématuré. Il est normal qu'il pleure mais si cela devient difficile à supporter ou si les pleurs surviennent de façon inhabituelle, n'hésitez pas à rechercher de l'aide ou à consulter.
- Pour savoir si la température des pièces convient à votre bébé, vous pouvez surveiller sa température pendant quelques jours (elle doit être entre 36°7 et 37°5).
- Faire dormir le bébé avec vous dans votre lit ou avec un enfant plus grand est dangereux. Le bébé dort dans un lit à barreau homologué sans tour de lit, dans une turbulette adaptée à sa taille.
- Dégagez son nez chaque jour. Pour les changes, évitez les lingettes au quotidien, vous pouvez utiliser l'eau du robinet, en le séchant bien ensuite.

Allaitement maternel

- Proposez le sein à chaque tétée et si besoin, tirez votre lait après les tétées. Des conseils personnalisés vous seront donnés par le service de néonatalogie avant la sortie.
- Votre bébé est habitué à des horaires fixes, mais progressivement vous allez pouvoir allaiter plus librement. S'il ne réclame pas, il est nécessaire, au début, de le réveiller doucement, environ 3 h après le début de la précédente tétée, y compris la nuit.
- Pour tirer le lait, continuez à respecter les mesures d'hygiène. Le lait peut être conservé 48 heures dans la partie la plus froide de votre réfrigérateur (4°C) ou 4 mois au congélateur (-18 °C).

Faites vous confiance !



Allaitement au lait artificiel

- Votre bébé est alimenté avec un lait pour prématurés (disponible uniquement en pharmacie) jusqu'à 3 kg minimum ou selon prescription du médecin.
- Si un épaississant du lait est prescrit, respectez les consignes qui vous ont été données (ordonnance ou professionnel), ne l'arrêtez pas sans avis médical.
- Quand votre bébé finira tous ses biberons vous pourrez augmenter la quantité de chaque biberon.

Suivi

- La pesée, une fois par semaine, en PMI ou à la maison, suffit en général.
- Prenez rendez-vous avec le pédiatre ou le généraliste de votre choix dès la sortie de néonatalogie, pour une visite environ un mois après.
- Si votre enfant est né avant 33 SA, le suivi dans le réseau Ecl'Aur vous sera proposé.

Il est naturel d'avoir des inquiétudes et des questions. Pensez à des personnes de confiance (professionnels ou membres de votre entourage) vers qui vous pouvez vous tourner en cas de besoin.

La PMI et des associations de parents peuvent vous soutenir ou vous permettre de partager des expériences avec d'autres parents. Vous trouverez leurs coordonnées dans le site du réseau : www.aurore-perinat.org - Rubriques Associations et Allaitement.

Nom d'une personne de confiance :
N° de tel :
Nom de la puéricultrice PMI :
N° de tel :

Cette plaquette est destinée aux parents des bébés prématurés sortant de Néonatalogie. Elle a été rédigée en 2011 par des soignants des services de Néonatalogie, de la PMI du Rhône et des associations de parents adhérentes du réseau AURORE/ECL'AUR.