












Les premiers jours de l'allaitement maternel



Signes d'une tétée efficace :

- La tétée est indolore. Le mamelon ressort sans déformation.
- Bébé a le sein bien en bouche.
- La bouche est grande ouverte et recouvre une grande partie de l'aréole.
- Les lèvres sont largement étalées sur le sein.
- La lèvre inférieure touche presque le menton.
- La partie supérieure de l'aréole est mieux visible que sa partie inférieure.
- Après la montée de lait, maman voit et entend bébé déglutir.

 Il est conseillé de favoriser le peau à peau

	1 jour	2 jours	3 jours	4 jours	5 jours
 Lait maternel	Appelé « colostrum », concentré, jaune, riche en éléments nutritifs et anticorps (1 cuillère par tétée)			Le lait devient plus liquide, abondant et sa composition varie	
 Taille de l'estomac de bébé	 Taille d'une noisette		 Taille d'une noix		
 Déroulement des tétées	Durée et intervalle variables Le bon moment, c'est bien avant que bébé pleure : bébé ouvre la bouche, suce ses mains, tourne la tête, ...				
 Attitude de bébé	Dort beaucoup Garder bébé près de soi pour lui proposer le sein	Prend goût au sein et demande à téter plus spontanément	Bébé « glouton » Tête parfois non-stop !		Bébé se fait mieux comprendre
 Nombre de tétées par 24h. Les 2 seins à chaque fois	En fonction des signes d'éveil Très peu Un peu plus Énormément				Fréquentes Irrégulières Au moins 8 tétées
 Nombre de couches mouillées par 24h	1 couche mouillée au moins	2 couches mouillées au moins	3 couches mouillées au moins	4 couches mouillées au moins	5 couches mouillées au moins
 Nombre et couleur des selles par 24h	Au moins 1 à 2 fois par jour, noires puis vertes foncées		Au moins 2 à 3 fois par jour, jaune d'or, avec des grumeaux.		
 Poids de bébé	