

## L'ALIMENTATION AU BIBERON : LAIT RECOMMANDÉ

## A LA MATERNITÉ, VOUS AVEZ RENCONTRÉ...

LE 1<sup>ER</sup> JOUR, LE DR

LORS DE VOTRE SORTIE, LE DR

## CONSULTEZ NOTRE PAGE WEB



[chuuclnamur.be/services/pediatric](https://chuuclnamur.be/services/pediatric)

## CONSEILS POUR LA PRÉPARATION DES BIBERONS

Les conseils pour la préparation des biberons vous sont donnés par le personnel de la maternité avant votre départ. Si nécessaire, vous pouvez réaliser un exercice pratique.

### Nous insistons sur quelques points :

- utiliser une eau adaptée aux nourrissons (par exemple Spa, Evian, Chaudfontaine, Cristaline, etc.) ;
- garder toujours la proportion d'une mesure rase de poudre pour 30 ml d'eau ;
- vérifier la température du lait avant de le donner à boire à votre enfant.

### Les quantités doivent rester adaptées à l'âge, au poids et aux besoins de votre bébé. En règle générale, un enfant boit environ :

- à la sortie de la maternité, +10 ml/biberon/jour pour arriver à 6 à 7 fois 60 ml/jour à la fin de la première semaine de vie ;
- 6 à 7 fois 90 ml/jour la deuxième semaine de vie ;
- 6 à 7 fois 120 ml/jour à partir de 2 à 3 semaines de vie.

En cas de problème digestif, n'hésitez pas à prendre contact avec votre pédiatre, votre médecin traitant ou l'ONE pour discuter de la nécessité de modifier son régime. Il vaut mieux éviter les changements de lait répétés.

## INFOS

### Service de Pédiatrie

#### Site de Dinant (Saint-Vincent)

Rue Saint-Jacques, 501 - 5500 Dinant  
✦ Consultation : +32 82 21 23 23  
✦ Consultation : +32 82 21 26 56

#### Site de Sainte-Elisabeth

Place Louise Godin, 15 - 5000 Namur  
✦ Consultation : +32 81 72 05 05

### Urgences pédiatriques 24/24 via le service des Urgences

[Site de Dinant \(Saint-Vincent\)](#)  
+32 82 21 26 21

[Site de Sainte-Elisabeth](#)  
+32 81 72 04 09

© CHU UCL NAMUR | E.R. : B. Libert, Direction générale | Av. Dr. G. Thérasse, 1 - 5530 Yvoir | BE 0641733885 - RPM Namur

15/05/2022 | com-014-03



[chuuclnamur.be](https://chuuclnamur.be)



CHU  
UCL  
NAMUR

[chuuclnamur.be](https://chuuclnamur.be)

Service de Pédiatrie

## VOUS RENTREZ À LA MAISON AVEC VOTRE BÉBÉ

L'alimentation au biberon : quelques conseils pour un retour serein

📍 Dinant & Sainte-Elisabeth



CHU  
UCL  
NAMUR

## LES VITAMINES

La vitamine D est importante au bon fonctionnement de l'organisme.

### En Belgique

Il est recommandé de donner un supplément de vitamine D à tous les enfants, jusqu'à l'âge de deux ans minimum (D-Cure 10 gouttes par jour - 600 unités ou 15 microgrammes de vitamine D par jour).

### En France

Il est recommandé de donner un supplément de vitamine D à tous les enfants jusqu'à l'âge de deux ans minimum (Zyma D 150, 4 gouttes par jour - 600 UI).

## LES SOINS DU CORDON

Il n'y a pas de soins spécifiques à apporter au cordon ombilical. Il doit être lavé et savonné lors du bain puis bien séché. Si la base du cordon devient rouge, purulente ou suintante, il est important de montrer votre bébé à un médecin.

## LA FIÈVRE, SIGNE D'ALERTE

Prenez la température de votre bébé de façon régulière pendant les premières semaines. La température normale mesurée en intra-rectal est située entre 36,5 et 37,5°C. Si la température est de 38°C ou plus, on parle de fièvre.

**Toute fièvre chez un enfant de moins de 3 mois peut être le signe d'une infection sévère et doit motiver une consultation en urgence chez un pédiatre.**

## MAIS IL EST ÉGALEMENT IMPORTANT DE CONSULTER RAPIDEMENT UN PÉDIATRE...

- Si votre bébé ne prend pas bien du poids (idéalement votre enfant doit prendre 150 à 200gr/semaine) ou s'il présente **une couleur anormale** (pâleur, jaunisse importante).
- Si vous observez des **anomalies durant le sommeil** (pâleur, transpiration importante, difficultés respiratoires).
- Si votre bébé présente des **difficultés d'alimentation** (refus de boire, essoufflement, vomissements répétés, sang dans les selles, etc.).

Par contre, les régurgitations juste après le biberon, éternuements, hoquets et les pleurs sont relativement banals chez les tout-petits. Pour chaque bébé, il existe des astuces pour le rassurer et le soulager.

## LA SÉCURITÉ DU SOMMEIL

Le sommeil de votre bébé est très important pour son développement. Pour lui assurer un maximum de sécurité, voici quelques conseils :

- position sur le dos pour le sommeil (jouer sur le ventre à l'éveil pour prévenir les déformations de la tête, retenez « dodo sur le dos et éveillé sur le ventre ») ;
- matelas ferme ;
- pas de coussin, d'oreiller, de doudou, de couette ou autre objet dans le lit pouvant l'empêcher de respirer librement ;
- éviter tout contact avec la fumée de cigarette ;
- température de 18 à 20°C dans la chambre.

## LE SUIVI

Les sages-femmes de la maternité viendront en visite à domicile 1 à 3 jours après votre retour. L'ONE peut assurer un suivi de votre enfant à proximité de votre domicile. N'hésitez pas à prendre contact avec la personne de référence mentionnée dans le carnet de santé qui vous a été remis à la maternité.

Une consultation pédiatrique rapide (retour précoce) peut vous être proposée dans les jours qui suivent votre retour.

La première visite chez le pédiatre est généralement prévue vers 1 mois et les premiers vaccins débutent à 2 mois.

## LES SORTIES

Il est recommandé d'aller régulièrement prendre l'air avec votre bébé quelques jours après votre retour à la maison.

Faites cependant bien attention à :

- éviter le temps humide ou venteux ;
- couvrir votre bébé de façon adéquate en fonction de la température extérieure ;
- **éviter les lieux où il y a beaucoup de monde et les contacts rapprochés avec les personnes malades ;**
- respecter le rythme et le sommeil de votre enfant ;
- éviter les situations stressantes.