

Allaitement maternel : dès la salle d'accouchement



Pour bien commencer l'allaitement, mieux vaut échanger à l'avance avec l'équipe soignante de la maternité où la naissance aura lieu, afin de mettre l'enfant au sein juste après l'accouchement.

S'informer suffisamment à l'avance

● Pour la santé des enfants, il est en général préférable d'allaiter le nouveau-né au sein dès la naissance et jusqu'à l'âge de 6 mois, plutôt que de recourir aux biberons de lait artificiel.

● C'est souvent pendant la grossesse que les femmes choisissent la manière dont elles vont nourrir leur enfant. Pour décider, il ne faut pas hésiter à poser des questions aux professionnels de santé et à parler avec des mères ayant déjà allaité.

Dès la salle d'accouchement

● La mise en route de l'allaitement est facilitée par une mise au sein rapide après l'accouchement, avec un contact précoce, peau à peau, entre le bébé et sa mère. Le réflexe de téter est particulièrement important dans les premières heures suivant la naissance. Les nouveau-nés utilisent leurs sens (notamment l'odorat) pour reconnaître le sein et déclencher le réflexe de succion.

● Le mieux est de mettre l'enfant au contact de la peau de la mère juste après sa naissance (en cas de césarienne, dès que la mère est prête), afin qu'il commence à téter dès la première demi-heure. Tous les autres soins (pesée, bain...) peuvent attendre.

● De nombreuses études ont montré qu'à la maternité, laisser l'enfant jour et nuit dans la chambre de sa mère favorise la réussite de l'allaitement sans diminuer la durée de sommeil de la mère. La suppression des pouponnières a même parfois réduit le risque de diarrhée et de certaines infections chez les nourrissons.

Des conseils et une aide au cours des premières tétées

● Une aide initiale est souvent utile, surtout quand il s'agit d'un premier allaitement. Les conseils importants à connaître concernent les positions confortables pour allaiter, la prise du sein par l'enfant et la manière de vérifier que l'enfant tète bien.

● Quand une mère commence à allaiter, il est important qu'elle bénéficie de conseils du personnel soignant au moins une fois dans les 6 heures qui suivent l'accouchement, et qu'environ trois tétées soient quotidiennement supervisées pendant les premiers jours.

● En pratique, s'informer à l'avance, notamment pendant la préparation à la naissance. Les femmes qui souhaitent allaiter peuvent échanger avec leur sage-femme ou leur obstétricien (si besoin par l'intermédiaire de leur médecin traitant) pour mettre en place dès l'accouchement les mesures qui favorisent l'allaitement.

©Prescrire – février 2015

.....
Sources :

- "Promouvoir un allaitement maternel. Aider à choisir et maintenir l'allaitement maternel" *Rev Prescrire* 2008 ; **28** (299) : 689-692.