

## Bébé tête-t-il bien ?



Pour savoir si un bébé tète bien, il suffit de l'observer attentivement pendant et après la tétée.

### Le lait maternel suffit

- Lorsqu'un bébé en bonne santé est nourri au sein, il n'a besoin d'aucun supplément : ni eau sucrée, ni eau glucosée, ni lait, ni autre.
- Les exceptions sont rares. Il s'agit par exemple de nourrissons gravement malades, ou de nourrissons qui ont un très faible poids de naissance (moins de 1 kilo), qui sont nourris au biberon, mais si possible avec le lait de leur mère, obtenu à l'aide d'un tire-lait. Une autre exception est l'administration d'une solution de réhydratation en cas de diarrhée.
- Il est normal que l'enfant perde du poids pendant plusieurs jours après la naissance, et ne retrouve son poids de naissance qu'aux environs du 10<sup>e</sup> jour de vie.

### Observer Bébé pendant et après la tétée

- Pour savoir si un bébé tète bien, il suffit de l'observer. Quand il est en bonne position pour téter, sa bouche est grande ouverte, ses lèvres sont retroussées et son menton touche le

sein. Lorsqu'il tète bien, il produit à chaque déglutition un son bref, qui ressemble à la lettre K ou à un petit claquement. Les muscles de la mâchoire du bébé (que l'on peut voir de sa bouche à son oreille) suivent le même mouvement que l'aréole du sein (le large cercle pigmenté qui entoure le mamelon) qui allaite.

- La tétée n'est pas douloureuse pour l'enfant. Après la tétée, le bébé est satisfait. Ses bras et ses mains sont relâchés, et sa bouche est humide.
- Un bébé ne tète pas bien si on entend beaucoup de claquements de lèvres, s'il avale peu, s'il n'est pas satisfait après avoir bu, si la tétée semble douloureuse.

### Être à l'écoute de ses sensations

- Un bébé a bien tété si le sein devient plus souple au cours de la tétée ; si la mère ressent de la soif et de la somnolence ; si la tétée déclenche des contractions utérines ; si du lait coule du côté opposé ; si le mamelon est allongé, mais qu'il n'est ni pincé ni blessé après la tétée. Dans la période qui suit l'accouchement, une bonne tétée peut aussi provoquer une augmentation des pertes sanguines vaginales (pendant ou peu après la tétée).

### Observer l'état général du bébé

- Habituellement, on peut s'attendre à ce qu'un bébé tète 8 à 12 fois par jour.
- Un bébé tète bien s'il mouille 6 à 8 couches en 24 heures. En général, il fait au moins une selle jaunâtre et molle par jour pendant le premier mois, mais beaucoup de nouveau-nés font une selle après chaque tétée, ou presque. Certains ont des selles bien moins fréquentes, sans que ce soit anormal.

©Prescrire – février 2015

#### Sources :

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