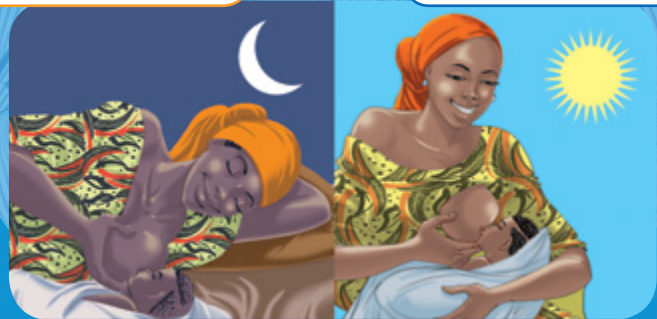


Dans l'heure qui suit la naissance



Pas d'eau



De jour comme de nuit,  
aussi souvent que possible

### PRATIQUE DE L'ALLAITEMENT MATERNELLE EXCLUSIF

→ les bonnes positions de la mère et de l'enfant



- L'enfant est face à la mère
- L'enfant et la mère sont ventre contre ventre.

→ la bonne prise de sein



- Le bébé a la bouche grande ouverte, lèvres éversées vers l'extérieur, le menton du bébé touche le sein
- La durée d'une tétée est d'au moins 20 minutes (à la demande)
- La fréquence des tétées est de 8 tétées au moins par jour.



ALLAITEMENT MATERNEL  
EXCLUSIF

# Ween Kessé

Je l'assiste à mettre  
son enfant au sein  
dans l'heure qui suit  
la naissance.



0 à 6 mois

appel gratuit

N° Vert 800 00 50 50

# ALLAITEMENT MATERNEL EXCLUSIF

## A.M.E

### DÉFINITION

L'allaitement exclusif consiste à nourrir le nourrisson uniquement de lait maternel, sans aucun ajout d'autres boissons ou aliments, pas même de l'eau. En revanche, on peut lui administrer des gouttes ou des sirops de vitamines, minéraux ou médicaments, lorsque nécessaire (OMS, 1996).

**L'allaitement maternel exclusif est recommandé pendant les six premiers mois de vie du nourrisson en raison de ses nombreux bienfaits, tant pour l'enfant que pour la mère.**



PAS DE BIBERONS



PAS D'EAU



DE 0 à 6 MOIS

### AVANTAGES DU PREMIER LAIT

- Permet d'éliminer les selles noires du bébé.
- Favorise la sortie du placenta de la mère.
- Limite les saignements de la mère.

### BIENFAITS DE L'ALLAITEMENT MATERNEL EXCLUSIF POUR LA MÈRE

- Protège contre la survenue d'une nouvelle grossesse.
- Fait gagner du temps (ne nécessite aucun besoin de préparer pour l'enfant).
- Renforce l'amour entre la mère et l'enfant.
- Semble augmenter, chez la mère, le sentiment d'estime de soi et de confiance en son potentiel et en ses capacités.
- Retarde le retour des menstruations.
- Diminue le risque de cancer du sein et des ovaires.

### BIENFAITS DE L'ALLAITEMENT MATERNEL EXCLUSIF POUR L'ENFANT

- Protège le cerveau et favorise son développement.
- Assure de manière optimale la croissance et le développement du nourrisson et du jeune enfant.
- Diminue la survenue des diarrhées et autres maladies.
- Réduit l'incidence et la gravité de plusieurs maladies infectieuses, l'infection respiratoire aigüe.
- Dispose d'un effet protecteur contre les infections digestives.
- Améliore le développement cognitif de l'enfant
- Apporte suffisamment d'eau et de nourriture à l'enfant.
- Protège contre les infections et les allergies.
- Renforce l'amour entre la mère et l'enfant.
- Donne au nourrisson les éléments nutritifs nécessaires à son âge et à son développement.
- Est bien digéré et absorbé.
- Protège contre l'anémie par carence en fer.

### CONSEILS POUR LA RÉUSSITE DE L'ALLAITEMENT MATERNEL EXCLUSIF

- Mettre au sein immédiatement l'enfant sur la table ou la natte d'accouchement.
- Donner le premier lait jaunâtre (*colostrum*).
- Donner le lait (*le sein*) à la demande de l'enfant (*au moins 10 fois en 24 heures*).
- Ne pas donner d'autres aliments ni liquides (*tisane - eau - bouillie - pâte délayée...*).
- Vider complètement le premier sein avant de donner le second.
- En cas de fatigue du bébé, vider le sein dans un gobelet et donner à l'enfant.

	PROBLÈMES	SOLUTIONS
1	Mamelons douloureux	Donner régulièrement le sein au bébé Adopter une position confortable mère - enfant Favoriser le positionnement de l'enfant de manière à ce que sa bouche prenne bien l'aréole du sein de la mère.
2	Engorgement mammaire, lymphangite	Donner régulièrement le sein et possibilité d'expression.
3	Abcès du sein	Cesser de donner ce sein à l'enfant et aller au centre de santé.
4	Manque de soutien des autres membres de la famille	Épargner la femme de certaines tâches domestiques.
5	Séparation prolongée de la mère et de l'enfant	Exprimer et conserver le lait maternel dans un gobelet avec couvercle et placé dans un endroit propre.
6	Conditions malsaines du milieu de travail de la mère	Exprimer et conserver le lait pour le bébé à la maison sous surveillance responsable.
7	Pesanteurs sociologiques contre l'A.M.E. -colostrum, tisane, eau -complément précoce -survenue d'une nouvelle grossesse	Sensibilisation des communautés.
8	Chute des seins	Counseling sur les causes 1 <sup>ères</sup> de la chute des seins. Counseling sur la fonction de la mère.
9	Fatigue des mères allaitantes	Aider, soulager les mères, conseiller une alimentation plus riche