

Le premier mois votre bébé va:

- avoir 3-4 selles jaunes (ou vertes) liquides ou grumeleuses par jour
- mouiller 4-5 couches d'urines claires
- déglutir régulièrement au cours de la tétée
- avoir repris son poids de naissance en 10/15 jours
- prendre entre 150 et 300 g par semaine
- téter en moyenne entre 8 et 12 fois par jour dont 1 à 2 fois par nuit

La semaine suivant votre retour à la maison la sensation de plénitude des seins va progressivement diminuer sans pour autant indiquer une diminution de production de lait, c'est l'œdème qui se résorbe.

Les nouveaux-nés pleurent généralement en début de nuit. Cela correspond à une période d'éveil moteur que votre bébé avait déjà dans votre ventre, il lui faudra environ 3 semaines, un mois pour changer doucement de rythme. Cela ne signifie pas que votre bébé a faim mais ce moment d'éveil peut lui permettre de multiplier les tétées afin d'augmenter la quantité de lait prise sur la journée (surtout s'il a beaucoup dormi).

Vers 3 semaines

votre bébé peut changer de comportement, pleurer plus et redemander à téter très fréquemment, cela peut durer une semaine et se nomme « jours de pointe », si le nombre de selles et de couches mouillées n'a pas changé, que votre bébé prend du poids, répondez juste à sa demande et au bout de quelques jours tout rentrera dans l'ordre (cela peut se produire également à 3 et 6 mois).

Buvez à votre soif et mangez équilibré.

Un bébé ayant un libre accès au sein et une courbe de poids satisfaisante ne nécessite pas d'apport d'eau ni d'autre liquide ou solide jusqu'à l'âge de 6 mois (en dehors des médicaments).

Vous envisagez de reprendre le travail, avant de sevrer votre bébé, parlez-en il existe des solutions pour pouvoir concilier allaitement et activité professionnelle.

Vous devriez consulter si:

- vos seins qui peuvent être sensibles les premiers jours, le restent ou deviennent douloureux avec la présence ou non de crevasses.
- vous souffrez d'un engorgement, et ne voyez aucune amélioration en 24h malgré le repos, les tétées fréquentes ou à défaut l'expression manuelle voire l'utilisation du tire-lait pour vous soulager.
- votre bébé ne prend pas suffisamment de poids (courbe de l'OMS), est jaune, dort toute la journée y compris au sein.

Référence :

« Guide clinique pour l'établissement d'un allaitement maternel exclusif »

ILCA