



# Les Semaines miracle

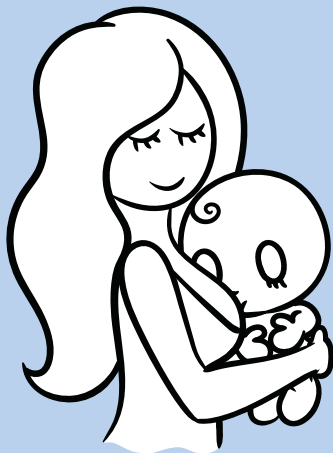
lessemainesmiracle.fr



Tout savoir sur...

# L'allaitement maternel

quoi | quand | conseils




## Pourquoi l'allaitement maternel est-il important?

Le lait maternel contient des anticorps qui rendent votre enfant plus résistant à toutes sortes de maladies. Pensez ici aux rhumes, aux otites, aux problèmes intestinaux. Il a été démontré que si vous allaitez votre bébé pendant six mois, il risque moins de développer du diabète et une inflammation chronique de la muqueuse intestinale.

Le lait maternel est adapté au stade de la grossesse dans lequel se trouve votre bébé : un bébé prématuré reçoit du lait maternel parfaitement adapté à ses besoins. C'est une des merveilles de la nature!

L'allaitement maternel affecte également le développement du cerveau. En allaitant votre bébé, le QI augmentera d'un certain nombre de points.

Pour vous aussi, en tant que mère, l'allaitement présente des avantages. Le contact physique entre le bébé et la maman est très important pour l'attachement du bébé. Lors de l'allaitement maternel, le lien s'établit plus étroitement que pour les bébés qui ne sont pas allaités.



## Une bonne préparation

Combien de fois voyez-vous une femme allaiter son bébé? Probablement pas souvent. C'est dommage parce que nous ne sommes donc pas habitués aux compétences impliquées. En voyant, écoutant et lisant des informations sur l'allaitement au sein, vous serez bien préparée.

Pendant la grossesse, vos seins se préparent déjà à leur tâche d'après l'accouchement. Vous remarquerez que vos seins deviennent plus pleins (et peuvent vous démanger), l'aréole devient plus sombre et vous pouvez perdre un peu de lait. C'est un excellent développement.

**Vous êtes enceinte et vous vous interrogez déjà sur l'alimentation à donner à votre bébé après la naissance? Il convient alors d'approfondir le sujet « allaitement » !**



## Que pouvez-vous faire pour augmenter vos chances d'un allaitement réussi?

- Apprenez à bien connaître vos propres seins : regardez et sentez comment ils changent régulièrement.
- Écoutez les histoires des autres mères et profitez de leurs conseils.
- Voyez comment d'autres femmes installent leurs bébés : si vous ne connaissez pas de femmes qui allaitent, il peut être utile de faire des recherches sur Internet et de regarder des vidéos de femmes qui allaitent.
- Lisez un bon livre sur l'allaitement maternel : votre sage-femme pourra probablement vous en conseiller un.
- Suivez un cours sur l'allaitement maternel dans votre région. La plupart des hôpitaux donnent régulièrement des ateliers sur le sujet.
- Posez à votre sage-femme vos questions sur l'allaitement.
- 

Bien sûr, vous pouvez aussi attendre et voir ce qui se passe après la naissance. Mais... l'expérience montre que vous serez très fatiguée et que vous aurez peut-être la tête comme une passoire, ce qui ne vous permettra pas d'emmagasiner correctement toutes les informations.

Et parfois, il est utile de connaître d'avance les conseils utiles pour faciliter l'allaitement. D'où cette préparation.

**Kim :** « Qu'est-ce qui est si spécial dans l'allaitement? J'ai appris à bien connaître Milan parce que les seins n'ont pas de graduation comme les biberons. En étant attentive, j'ai découvert quand il était encore affamé ou au contraire repu.

J'ai aussi remarqué qu'il aimait s'allonger contre ma peau nue, il se calmait alors vraiment. »

**Daphné :** « Quand j'ai eu mon premier bébé, ma production de lait maternel a eu du mal à démarrer et j'ai beaucoup souffert de crevasses des mamelons.

Lors de la grossesse suivante, je suis allée à un cours d'allaitement et un spécialiste de l'allaitement est venu me voir après la naissance, pendant l'allaitement. C'était une belle perspective! »

# Les Semaines miracle



L'application *Les semaines miracle* pour les bébés qui est un best-seller, est un calendrier hebdomadaire personnalisé du développement mental de votre bébé qui vous tiendra informée des bonds et des périodes d'agitation de votre bébé. Pour plus d'informations visitez [lessemainesmiracle.fr](http://lessemainesmiracle.fr)

## Les Semaines Miracle! App



PHILIPS

AVENT

Inspirés par les bébés  
Confortable pour les mamans



96%<sup>\*</sup> des  
sage-femmes  
recommandent  
le tire-lait\*

**Technologie Natural Motion.** Notre technologie la plus avancée associe la succion et la stimulation du mamelon similaire à celle d'un bébé pour un écoulement du lait plus rapide et naturel.

Info: [ilse.saenen@bomedys.be](mailto:ilse.saenen@bomedys.be)

\* Etude: utilisation du tire-lait électrique double par 50 sages-femmes Belges (08/2020)