



Alimentation au biberon

Livret de suivi - Bienvenue à la maternité

H1

01 CONTENU

Le premier rapport du bébé	4
L'alimentation au biberon, on vous aide à démarrer	6
Les premiers jours	10
Conseils pour la maison	18
Conseils pour la maman	19
Conseils pour votre bébé	21
Déclaration de naissance	32

02 Bienvenue

Pendant les premières semaines et les premiers mois de la vie de votre enfant, vous, en tant que parent, passez beaucoup de temps à le nourrir. Choisir le bon type de formule et la bonne méthode de préparation sont d'une grande importance pour la croissance et le développement optimaux de votre bébé. Cette brochure vous guidera à travers cela.

Si vous avez encore des questions après avoir lu la brochure, vous pouvez toujours contacter notre service de maternité. Nous vous souhaitons un agréable séjour et un démarrage en douceur avec votre bébé.

Au nom de toute l'équipe de l'unité de soins H1 (maternité)

03 Le premier rapport du bébé

Je m'appelle:

Ma maman s'appelle:

Je suis né(e) le:

Je pèse grammes.

Je mesure cm.

Je suis resté(e) semaines dans le ventre de ma maman pour grandir.

Mon premier lait a été

La sage-femme qui a assisté à mon accouchement.....

J'ai eu ma piqûre au talon le / / 20

Mon lait quand je suis rentré(e) chez moi:

Je suis rentré(e) à la maison le: / / 20

Je pesais grammes quand je pouvais rentrer à la maison.



Félicitations pour la naissance de votre bébé! Votre voyage de découverte peut commencer. Nous vous souhaitons un agréable séjour dans notre maternité. Dans cette brochure, vous trouverez des informations sur les préparations pour nourrissons et des conseils pour vous aider dans l'alimentation de votre nouveau-né.

Vous avez choisi le biberon. Une formule standard est toujours choisie. Si des allergies sont connues chez les parents, le pédiatre prescrira une formule différente. Si vous envisagez de changer vous-même le lait, il est préférable d'en discuter d'abord avec un pédiatre.



L'alimentation au biberon, on vous aide à démarrer

Comment savoir si mon bébé a faim ?

Votre bébé commencera à montrer des signes de faim lorsqu'il aura faim. Il va serrer les poings, tourner la tête et se lécher les lèvres. Il peut aussi commencer à porter ses mains à sa bouche. S'il a très faim ou si les signaux de faim sont perçus tardivement, il se mettra à pleurer.

Comment préparer un biberon ?

Lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon (étape 1). Il est important d'utiliser la bonne quantité de poudre. 1 mesure pour 30 ml d'eau. Utilisez le doseur correspondant à la préparation artificielle. Vous pouvez acheter le premier biberon (de la naissance à 6 mois) chez le pharmacien. Utilisez de l'eau minérale faible, non gazeuse (étape 2 et 3).

- 1 mesure de poudre pour 30 cc d'eau
- 2 mesures de poudre pour 60 cc d'eau
- 3 mesures de poudre pour 90 cc d'eau

Faites rouler le biberon de lait entre les deux mains pour éviter les grumeaux (étape 4). Vous pouvez réchauffer le biberon dans un chauffe-biberon ou au micro-ondes. Secouez le biberon et vérifiez la température du lait à l'intérieur de votre poignet (étape 5).

				
Étape 1	Étape 2	Étape 3	Étape 4	Étape 5

Comment donner le biberon ?

Installez-vous confortablement avec votre bébé. Faites-lui des câlins et parlez-lui beaucoup. Prenez votre temps. Assurez-vous d'être bien installée, avec un coussin sous le bras, afin d'être bien soutenue pendant la tétée.

Mettez votre bébé en position semi-assise contre votre bras et mettez sa tête en arrière. Passez la tétine sur sa bouche pour l'encourager à mordre et à boire. Veillez à ce que la tétine soit pleine de lait pour que votre bébé n'absorbe pas trop d'air. La tétine doit arriver jusqu'à l'épaississement de la bouche pour que l'enfant puisse boire correctement. Si la tétine a été aspirée à plat, il se peut que le capuchon soit trop serré.

Après le biberon, donnez toujours à votre bébé la possibilité de faire son rot. Pour ce faire, mettez-le en position verticale contre votre épaule pendant une dizaine de minutes.

Combien de temps mon bébé boit-il?

Une tétée dure normalement 20 minutes. Donnez à votre bébé une autre chance de faire son rot en le tenant en position verticale et attendez environ 15 minutes avant de le recoucher. Il arrive qu'il y ait un peu de lait, c'est normal.

Combien de fois mon bébé boit-il?

En moyenne, un bébé boit toutes les 3 à 4 heures. S'il ne se réveille pas tout seul, vous pouvez le prendre avec vous ou changer sa couche. S'il se réveille plus tôt, il peut aussi manger plus tôt. Un bébé a droit à environ 7 tétées par 24 heures.

Comment savoir si mon bébé est heureux?

Votre bébé est satisfait lorsqu'il est calme après son biberon. Il boit en moyenne entre 6 et 8 fois par 24 heures. Il est important qu'il prenne suffisamment de poids. Lorsque vous êtes à la maison, votre bébé doit avoir au moins 6 couches par jour.

L'alimentation au biberon en déplacement

Lorsque vous quittez votre domicile, emportez l'eau et la poudre séparément.

Est-ce que je peux réchauffer du lait en poudre?

Un biberon préparé ne doit l'être qu'au moment de la tétée et non plusieurs heures avant. Une fois que le lait a été à température ambiante pendant une heure, vous devez le verser. Le lait refroidi ne doit pas être réchauffé.

Quelle quantité de biberons puis-je donner?

En moyenne, votre bébé boit 150 ml par kg (poids corporel) ÷ par le nombre de biberons par 24 heures.

Exemple: $(150 \times 3\ 000\ \text{kg}) \div 7 = \pm 65\ \text{ml}$ par biberon.

Comment assurer une bonne hygiène?

Conservez une bouteille d'eau entamée au réfrigérateur pendant 24 heures maximum.

Ensuite, rincez bien le biberon avec du liquide vaisselle et de l'eau chaude et laissez-le s'égoutter sur une serviette propre ou dans un porte-biberon.

La stérilisation n'est nécessaire que pour les prématurés ou les bébés à résistance réduite. Il est préférable de stériliser les nouveaux biberons avant la première utilisation.

Visitez le site web www.kindengezin.be pour plus d'informations sur l'alimentation au biberon.

05 Les premiers jours

Jour 0

Dès sa naissance, votre bébé est posé sur votre ventre. Pour profiter au maximum du contact peau à peau, votre bébé y restera le plus longtemps possible. Nous aimons laisser les nouveau-nés se blottir peau contre peau contre leur maman pendant deux heures. L'heure qui suit la naissance de votre bébé est également appelée "l'heure d'or" ou "l'heure des câlins". Cette heure est essentielle pour le lien entre vous et votre bébé.

Contrôle de l'état de santé

Le matin suivant la naissance de votre bébé, le pédiatre procédera à un examen approfondi de votre bébé. À l'aide d'une série de tests, le pédiatre examine votre bébé en détail, tant sur le plan physique que neurologique. Le pédiatre effectue des visites quotidiennes pendant votre séjour dans notre hôpital.



Premier biberon

Avant la tétée, il est important de prendre son temps. Installez-vous confortablement, parlez à votre bébé et assurez-vous d'être à l'aise. Pour cela, placez un coussin sous votre bras afin d'avoir suffisamment de soutien pendant la tétée. Mettez votre bébé en position semi-assise contre votre bras et mettez sa tête en arrière.

Veillez à ce que la tétine soit pleine de lait afin que votre bébé n'absorbe pas trop d'air. Le premier biberon contient 30 ml de lait, mais il est tout à fait normal que votre bébé ne finisse pas (encore) le biberon.

Glares

Dans les premières 48 heures, votre bébé peut souffrir de glaires. Ces glaires, qui proviennent de l'utérus, peuvent entraîner une diminution de l'appétit et parfois des vomissements. Il est alors important de placer le lit du bébé en position haute.

Les premières selles de bébé

Les premières selles d'un bébé sont également appelées **méconium**. Elles sont noires et collantes. La couleur des selles change au cours du séjour. La température de votre bébé oscille entre 36,5°C et 37,5°C. Elle est mesurée trois fois par jour. Le premier jour, votre bébé peut avoir les mains et les pieds froids. C'est pourquoi il est important de lui fournir un bonnet et une couverture.

Sécurité des patients

Nous nous efforçons d'assurer la sécurité des patients à l'hôpital. Il est donc important que vous et votre bébé portiez le bracelet d'identification pendant toute la durée de votre séjour dans notre hôpital.

Jour 1

Les soins de votre bébé

Aujourd'hui, la sage-femme donnera le premier bain. La première fois, le bébé est lavé avec du savon, puis avec de l'huile de bain pour bébé. Il est conseillé de baigner les nouveau-nés avant de les nourrir.

Le poids de votre bébé

Il est normal que les nouveau-nés perdent du poids dans les premiers jours suivant la naissance. Au bout de sept jours en moyenne, il reprend son poids de naissance. Les sages-femmes surveillent également ce phénomène. Essayez de rapprocher le plus possible les heures de soins et d'alimentation. Demandez des biberons toutes les 3 heures environ pendant la journée afin d'assurer la régularité de l'horaire des repas. Augmentez le contenu du biberon de 10 cc par jour (en fonction de votre bébé). N'hésitez pas à demander de l'aide. N'oubliez pas que votre bébé peut encore souffrir de glaires. Les selles de votre bébé sont encore noires aujourd'hui. Votre bébé devrait aller à la selle au moins une fois par jour.

Faim de peau

Les bébés ont faim de peau. Ils ont besoin de contact physique, de câlins et de votre odeur. Le contact avec la peau apporte du réconfort et un sentiment de protection.



Jour 2

Les soins de votre bébé

Aujourd'hui, vous pouvez donner le bain vous-même. Si vous avez subi une césarienne ou si vous avez accouché tardivement la veille, la sage-femme vous montrera comment donner le bain à votre bébé aujourd'hui seulement. Pour éviter que votre bébé ne vomisse, il est préférable de lui donner le bain avant la tétée.

Le poids de votre bébé

Votre bébé a-t-il encore faim après l'heure de la tétée? Si c'est le cas, signalez-le à la sage-femme.

Les bébés ont souvent le hoquet, surtout après la tétée.

Une perte de poids de 7 % à 10 % maximum du poids de naissance au cours de la première semaine de vie est normale. Vous pouvez vous attendre à une prise de poids de 115 à 225 g par semaine, jusqu'à ce que le poids de naissance soit doublé.

Soins de la maman

Un test sanguin de routine est effectué aujourd'hui pour détecter une éventuelle anémie.

Jour 3

Baby blues

Il est tout à fait normal que les nouvelles mamans pleurent. Les “**baby blues**” est dû au changement d’hormones, à la fatigue et au grand changement de vie qu’entraîne la venue d’un bébé. Il s’agit d’un phénomène temporaire. Essayez de vous reposer le plus possible et acceptez de l’aide.

Le bébé voit jaune après la naissance

Pourquoi mon bébé est-il jaune?

Votre bébé peut devenir jaune parce que son foie n'est pas encore assez mature pour décomposer tous les déchets de l'organisme. La jaunisse chez les bébés peut être résolue en traitant le bébé par photothérapie. Le bébé est alors placé sur un matelas qui émet une lumière bleue.

Les globules rouges sont constamment décomposés et renouvelés dans l'organisme. L'un de ces produits de dégradation est un pigment jaune appelé bilirubine.

Avant la naissance

Dans l’utérus, le bébé a plus de globules rouges que plus tard dans la vie. Ils servent à l’apport spécifique d’oxygène puisque le bébé ne respire pas tout seul. La dégradation se produit via le placenta et l’organisme de la mère.

Après la naissance

À la naissance, un processus naturel commence, la dégradation des globules rouges dans le foie du bébé.

Votre bébé peut jaunir parce que son foie n’est pas encore assez mature pour décomposer ces déchets supplémentaires dans le corps. En conséquence, trop de déchets restent dans le sang. Les bébés «jaunes» sont aussi généralement plus paresseux.

Diagnostic

Si la sage-femme suspecte une jaunisse chez votre bébé, elle procédera à un premier examen à l'aide d'une sonde cutanée et éventuellement d'une prise de sang.

Traitement

En concertation avec le pédiatre, il est décidé si votre bébé a besoin d'une thérapie par la lumière (photothérapie).

- Votre bébé est placé sur un matelas bili.
- Ce matelas émet une lumière bleue.
- La lumière bleue transforme la bilirubine en une forme excrétable.

Pendant la photothérapie

- Votre bébé reste avec vous dans votre chambre.
- Vous pouvez continuer à le nourrir vous-même pendant la photothérapie.
- La thérapie n'est interrompue que pour la toilette et l'alimentation.

Durée de la photothérapie

Le matin suivant le traitement, le taux de bilirubine est à nouveau contrôlé. S'il a suffisamment baissé, votre bébé n'aura plus besoin de photothérapie.

Points d'attention

Chez les bébés "jaunes", certains points sont préoccupants:

- Surveillance régulière de la température corporelle.
- S'hydrater suffisamment.
- Pour favoriser l'excrétion de la bilirubine, vous devrez peut-être donner des tétées supplémentaires. Comme votre bébé est très somnolent, vous devrez bien le stimuler à cet égard. La sage-femme vous y aidera.

Rentrer à la maison

Si vous vous sentez bien, vous pouvez rentrer chez vous plus tôt. Discutez-en avec la sage-femme en temps utile.

Jour 4

Test de Guthrie

Test de contrôle consistant à prélever quelques gouttes de sang sur un nouveau-né. Cet échantillon de sang est utilisé pour détecter des maladies métaboliques rares. Vous en recevrez la preuve.

Vous ne serez informé du résultat que si une anomalie est détectée et qu'un contrôle est nécessaire. Si vous n'en entendez pas parler dans les deux semaines qui suivent la prise de sang, cela signifie que le résultat est bon.

Si vous êtes rentrée chez vous plus tôt que prévu, il est très important que ce test soit effectué à temps par votre sage-femme indépendante ou votre médecin généraliste. Renseignez-vous auprès de la sage-femme.

Jour 5

Retour à la maison

La sage-femme vous donnera encore quelques conseils pour que vous soyez prête à rentrer chez vous. Si vous avez encore des questions, n'hésitez pas à les poser.

Le gynécologue passera également vous voir et discutera avec vous des différentes méthodes de contraception. Au bout de 6 semaines, vous devez vous rendre chez votre gynécologue pour une visite de contrôle. Il vous donnera un rendez-vous avant que vous ne rentriez chez vous.

Des questions ou des problèmes?

N'hésitez pas à nous contacter. Vous pouvez toujours contacter nos sages-femmes.

Pour des questions plus spécifiques, vous pouvez également contacter le pédiatre (sur rendez-vous).

L'infirmière de 'Kind en Gezin' vous rendra également visite à domicile au cours de la première ou de la deuxième semaine. D'autres moments de suivi sont également enregistrés à ce moment-là.

Vous pouvez presque rentrer chez vous. La naissance de votre bébé va sans aucun doute changer le cours de votre vie. Nous espérons que nous vous avons donné de nombreux conseils pendant votre séjour afin que vous puissiez profiter pleinement de votre nouvelle famille à la maison. Vous trouverez ci-dessous quelques conseils supplémentaires pour vous aider à démarrer à la maison.

Après votre séjour à la maternité, vous pouvez compter sur des soins supplémentaires. Vous pouvez contacter une sage-femme indépendante qui vous suivra et vous guidera à la maison. Il est préférable de la contacter pendant votre séjour à la maternité. Neuf visites à domicile sont possibles et sont remboursées par l'assurance maladie. Par la suite, le remboursement ne peut se faire que sur prescription médicale.

Lorsque votre bébé a atteint l'âge d'un mois, nous souhaitons le revoir pour un contrôle avec le pédiatre. Si votre bébé a moins de 72 heures et que vous êtes rentrée chez vous plus tôt, le pédiatre vous verra le 7^e jour pour un contrôle supplémentaire. En cas de problème, vous pouvez bien entendu consulter le service de pédiatrie plus tôt.

07 Conseils pour la maman

Après la naissance de votre bébé, votre corps a besoin de récupérer. Votre corps doit se défaire de son état de grossesse. Cela prend environ **6 semaines**. Votre corps subit les changements suivants.

L'utérus

L'utérus devient de plus en plus petit. Les saignements peuvent encore durer environ **6 semaines**, mais ils diminuent progressivement. Les premières règles mensuelles après l'accouchement peuvent être très abondantes.

Coupure ou déchirure

Une coupure ou une déchirure a besoin de temps pour guérir. Après quelques jours, vous trouverez peut-être un fil blanc dans votre serviette hygiénique. Il s'agit d'une suture. Ne vous inquiétez donc pas.

Nous vous recommandons de prendre une douche plutôt qu'un bain. Évitez également d'utiliser des produits de bain très parfumés.

Vous pourrez à nouveau avoir des rapports sexuels lorsque vous serez prête.

Les muscles du plancher pelvien

Vous pouvez également avoir des fuites d'urine, surtout à l'effort. Les exercices du plancher pelvien renforcent vos muscles. Les exercices postnatals permettent de retrouver plus rapidement une silhouette et une fermeté normales.

Hormones

Après l'accouchement, votre équilibre hormonal se modifie. Par conséquent, il se peut que vous ayez déjà des crises de larmes inexplicables ou que vous vous sentiez déprimée. Il est important de parler de ces sentiments. Si ces sentiments se prolongent, n'hésitez pas à demander de l'aide à un professionnel.

Ces changements hormonaux peuvent également entraîner des désagréments physiques. Par exemple, la perte de cheveux n'est pas exceptionnelle pendant plusieurs semaines après l'accouchement. Mais que se passe-t-il si votre grossesse/accouchement n'est pas un nuage rose?

Pendant la grossesse et/ou l'accouchement, vous pouvez ressentir divers symptômes tels que l'anxiété, la morosité, ... Il est possible d'en parler à un psychologue.

Médicaments

En cas de douleur, n'hésitez pas à prendre un analgésique (par exemple Dafalgan 1 gr, max. 4x/jour). En cas de douleur prolongée, contactez votre gynécologue.

Repos

Évitez de vous agiter pendant les premières semaines. Essayez également de dormir pendant la journée, lorsque le bébé est endormi, afin de compenser les heures d'éveil de la nuit. Le rôle du partenaire est désormais très important. Si vous laissez votre partenaire vous aider à vous occuper de votre bébé, cela renforcera l'implication et les liens au sein de votre nouvelle famille.

08 Conseils pour votre bébé

Soins du cordon ombilical

Continuez à désinfecter le moignon du cordon ombilical à la maison avec de l'Hibitane 0,5 % dans une solution alcoolique deux fois par jour. Une fois que le moignon est tombé, vous pouvez continuer à le désinfecter pendant plusieurs jours. Continuez à le faire tant que le nombril est humide.

Le bain

Votre bébé n'a pas besoin d'un bain quotidien. **2 à 3** fois par semaine suffisent. En cas de peau sèche ou d'eczéma, il est préférable de consulter un pédiatre. Il vous aidera à choisir les produits de bain et les crèmes hydratantes appropriés.



Une attention particulière pour la zone intime

- **filles**: nettoyer avec un linge et de l'eau tiède s'il y a des selles entre les plis.
- **garçons**: le prépuce peut être déplacé (vers l'abdomen) mais ne jamais le forcer.

Vitamines

Deux jours après la naissance, votre bébé doit recevoir **6 gouttes de vitamine D par jour** et ce jusqu'à l'âge de 6 ans.

Conseils généraux

- **Ne laissez jamais votre bébé seul dans la voiture.** Si vous faites un long trajet en voiture ou s'il fait chaud, il est préférable de lui donner un biberon entre les trajets. À partir de 6 mois, vous pouvez lui donner de l'eau en plus.
- Veillez à **une bonne régularité**. Ne perturbez pas la tranquillité de votre enfant.
- Si votre bébé voit encore du jaune, mettez-le de temps en temps devant la fenêtre de la maison. La lumière du jour accélère le processus de réduction du jaunissement.
- Lors des promenades, tenez compte du temps qu'il fait et adaptez les vêtements de votre bébé si nécessaire.
- N'utilisez pas trop de lingettes humides. Elles irritent rapidement la peau de bébé. Pour nettoyer les fesses, il est préférable d'utiliser du lait de toilette et des mouchoirs en papier. Toutefois, les lingettes humides peuvent être pratiques à emporter lors d'une sortie.
- Procurez-vous à temps le bon lait maternisé chez le pharmacien ou en ligne.
- Ne secouez jamais votre bébé! Lorsque vous secouez un bébé, sa tête bouge d'avant en arrière très rapidement et avec beaucoup de force. Les veines fines du cerveau peuvent alors se rompre et provoquer des hémorragies. Cela peut entraîner des crises d'épilepsie, la surdité, la cécité, des lésions cérébrales et la mort.

Consultez immédiatement un médecin

- Si votre bébé n'a pas encore 6 mois et que sa température est supérieure à 38°C ou inférieure à 36°C, sans raison apparente.
- Si votre bébé a la diarrhée. Si les selles sont uniquement composées d'eau, c'est-à-dire qu'elles ne contiennent pas de particules solides. Si votre bébé a des difficultés à aller à la selle, vous pouvez lui faire un massage du ventre pour favoriser le transit intestinal.
- Si votre bébé vomit ou refuse de manger.
- Si votre bébé a du mal à respirer.
- Si votre bébé gémit.
- Si votre bébé est anormalement pâle, transpire beaucoup, respire bruyamment ou ronfle sans être malade.
- Le comportement de votre bébé change: il est inhabituellement calme ou excité.

Mort subite du nourrisson et mesures préventives

La mort subite du nourrisson est le décès soudain et inattendu d'un enfant sans anomalie physique, apparemment en bonne santé. La meilleure position de sommeil pour votre bébé est le décubitus dorsal, jamais le décubitus ventral ou latéral. Veillez à appliquer les mesures suivantes:

- Faites toujours dormir votre bébé **sur le dos**, sans oreiller.
- Veillez à ce que **l'environnement soit sans fumée**. Le tabac est plus susceptible de provoquer des rhumes, des bronchites, des infections de l'oreille et de l'asthme. Ne laissez jamais votre enfant dormir dans un endroit où des personnes fument ou ont fumé.
- Restez à proximité et **regardez, écoutez et sentez** régulièrement.
- Choisissez **un lit d'enfant et une literie sûrs**.
- Veillez à ce que votre enfant n'ait **pas trop chaud**.
- Veillez au **calme** et à la régularité.
- Veillez à ce que la température de la pièce soit comprise entre 18 et 20 degrés pour un bébé. À partir de huit semaines, la température est de 18 degrés.
- Aérez régulièrement la pièce.
- Ne laissez jamais votre bébé seul avec des animaux domestiques.
- Ne donnez pas de sirop contre la toux ou d'autres médicaments sans l'avis d'un médecin.
- N'utilisez pas de couverture en duvet. Une gigoteuse adaptée à la taille du bébé est recommandée.

Si vous voulez que votre bébé soit près de vous, le mieux est de glisser le lit contre le grand lit ou d'opter pour un co-sleeper ou un lit d'appoint. C'est un moyen sûr de dormir avec votre enfant.



Dormir avec votre bébé dans un lit (partage de lit) n'est pas recommandé. Le matelas mou, la couette, l'oreiller et le corps d'un adulte, ainsi que l'absence de barreaux, augmentent ces risques.

Si vous décidez d'emmener votre bébé dans votre lit, tenez compte des recommandations de sécurité suivantes:

- **Ne** laissez **pas** votre bébé **seul** dans le lit d'un adulte.
- **Ne** placez **pas** votre bébé **entre deux personnes**.
- Placez la tête de votre bébé à l'extrémité du lit pour adultes.
- Allongez votre bébé en position couchée sur un matelas ferme.
- **N'utilisez pas d'oreiller**, d'oreiller banane ou de sac gigogne pour coucher votre bébé.
- **Enlevez les oreillers** près de votre bébé.
- **Utilisez une gigoteuse** pour votre bébé ou remplacez la couette par une couverture fine et veillez à ce que la literie ne couvre pas le visage de votre bébé.
- Veillez à ce que votre bébé ait **suffisamment d'espace** et ne soit pas coincé entre le matelas et le mur, une table de chevet ou une barrière de lit.

Dans certaines situations, dormir ensemble est particulièrement dangereux pour le bébé:

- Si l'un des parents est **fumeur** ou si la mère a fumé pendant la grossesse.
- Si l'un des parents consomme de **l'alcool**, des **drogues** ou **certains médicaments** qui provoquent la somnolence.
- Lorsque l'on dort ensemble sur un **canapé** ou un **matelas d'eau**.
- Lorsque l'on dort avec **plusieurs personnes/enfants**.
- Si l'un des parents est **obèse**.
- Au cours des trois premiers mois, si le bébé est né **prématuré** ou **dysmature**.

Vaccinations

Conseils importants de nos pédiatres de l'hôpital Sint-Trudo et de Kind en Gezin.

À la naissance, un bébé bénéficie déjà d'une certaine protection contre les maladies infectieuses. Après tout, il a déjà reçu des anticorps pendant sa grossesse. Cette protection diminue et donc un bébé est vacciné à 8 semaines. Vacciner signifie administrer un germe affaibli, généralement au moyen d'un vaccin. une injection, parfois par voie orale. Le corps produit alors des anticorps contre le germe. Lorsque vous entrerez plus tard en contact avec ce germe, les anticorps feront en sorte que vous ne tombiez pas (ou moins) malade.



Le Haut Conseil de la Santé recommande l'administration des vaccins suivants à tous les enfants:

Vaccination contre	8 semaines	12 semaines	16 semaines	12 mois	15 mois (1)	5-7 ans	10-13 ans (4)	14-16 ans
Polioomyélite	gratuite	gratuite	gratuite		gratuite	gratuite		
Diphtérie (croûp)						gratuite		gratuite
Tétanos						gratuite		gratuite
Pertussis (coqueluche)	gratuite	gratuite	gratuite		gratuite	gratuite		
Haemophilus Influenzae B (méningite)	gratuite	gratuite	gratuite		gratuite			
Hépatite B (huitise)	gratuite	gratuite	gratuite		gratuite			
Pneumocoques (2) 13 serotypes	gratuite	gratuite (1)	gratuite	gratuite				
Rotavirus (3)	pas gratuite	pas gratuite	pas gratuite					
Rougeole				gratuite			gratuite	
Oreillons				gratuite				
Rubeole				gratuite			gratuite	
Méningocoques type C ou ACWY (3) (méningite)				gratuite	pas gratuite			
Papilloma-virus humain							gratuite	

gratuite
 pas gratuite
 vaccin combiné: 1 piqûre

La plupart de ces vaccins sont gratuits. Vous pouvez choisir de faire vacciner votre enfant à Kind en Gezin, chez le médecin généraliste ou chez le pédiatre. Avec un âge gestationnel inférieur à 37 semaines ou un poids de naissance inférieur à 2,5 kg, une dose supplémentaire contre les pneumocoques est administrée à 12 semaines et les vaccins sont avancés de 15 mois à 13 mois. Seul le vaccin contre le poliovirus est légalement obligatoire en Belgique, mais il est fortement recommandé de se faire administrer tous ces vaccins.

L'attestation de polio

- Conservez l'attestation jusqu'à ce que l'enfant soit complètement vacciné contre la polio.
- Après la dernière dose (**à 15 mois**), faites compléter **l'attestation** par le médecin traitant.
- Remettez cette attestation **au service de la population de votre commune** de résidence avant que l'enfant n'atteigne **l'âge de 18 mois**. En effet, la vaccination contre la polio (paralysie infantile) est obligatoire en Belgique.
- Les personnes qui ont perdu le formulaire de polio peuvent en obtenir un **nouvel exemplaire** au bureau de consultation.
- Pour plus d'informations sur la vaccination, veuillez consulter le site web de Kind en Gezin (www.kindengezin.be/gezondheid-en-vaccineren/vaccinaties).

Vaccins supplémentaires

En plus des vaccins standard, il existe un certain nombre de vaccins supplémentaires. Ces vaccins sont prescrits et doivent être achetés par les parents.

Attention: un vaccin doit toujours être conservé au frais (dans le réfrigérateur). Il y a un (petit) remboursement de la part des caisses d'assurance maladie.

Administration possible uniquement chez un médecin généraliste ou pédiatre (pas chez Kind en Gezin)

- **Bexsero**: vaccin contre le méningocoque de type B. Cette bactérie peut provoquer une méningite. Le type B est la variante de méningocoque la plus fréquente en Belgique. La maladie est très rare, mais elle peut être mortelle et elle est plus fréquente chez les nourrissons. Le vaccin peut être administré à partir de l'âge de 2 mois. 3 administrations sont nécessaires (2 administrations si le vaccin est administré après l'âge de 2 ans).
Prix : ± 86 euros/unité

- **Havrix/Vaqta:** vaccin contre l'hépatite A. Il s'agit d'une inflammation infectieuse du foie (jaunisse). La maladie est quasi inexistante en Belgique, mais elle sévit en Asie, en Afrique et en Amérique du Sud. Il est fortement recommandé aux personnes voyageant avec leurs enfants. Le vaccin peut être administré à partir de l'âge de 1 an. 2 administrations sont nécessaires.
Prix : ± 30 euros/unité
- **Varilrix/ Provarivax:** vaccin contre la varicelle. Il s'agit d'une maladie infantile fréquente qui se manifeste par une éruption cutanée (vésicules) et de la fièvre. La plupart des enfants contractent cette maladie avant l'âge de 6 ans. En général, l'évolution de la maladie est inoffensive, mais des complications telles que la pneumonie sont possibles. Les vésicules peuvent laisser de petites cicatrices. La vaccination est possible dès l'âge de 1 an. 2 administrations sont nécessaires.
Prix : ± 50 euros/pièce

Administration possible chez Kind en Gezin

- **Rotarix/ Rotateq:** vaccin contre la grippe intestinale Rota. La vaccination est fortement recommandée. Le vaccin ne protège pas à 100 %, mais il a permis une réduction spectaculaire de l'incidence de la gastro-entérite de Rota. Première administration à l'âge de 8 semaines. 2 ou 3 administrations sont nécessaires (selon la marque).
Prix : ±12 euros/pièce

- **Nimenrix:** vaccin contre les méningocoques de types A, C, W et Y. Ces bactéries peuvent provoquer des méningites. En 2018, on a constaté une augmentation des infections à méningocoques en Belgique (comme dans les pays européens voisins) dues aux sérotypes W et Y. C'est pourquoi le Conseil Supérieur de la Santé recommande la vaccination contre les méningocoques de types A, C, W et Y plutôt que seulement contre méningocoque de type C. Cependant, ce vaccin n'est pas gratuit, alors que le vaccin contre le méningocoque de type C uniquement est gratuit. Une seule administration est nécessaire à 15 mois.
Prix : ± 52 euros

09 Déclaration de naissance

Si votre enfant est né à Saint-Trond, vous êtes tenu, en tant que parent, de déclarer la naissance de votre enfant à l'état civil de Saint-Trond dans un délai de **15 jours calendaires**.

Que faut-il apporter au bureau d'enregistrement?

- Carte d'identité des parents (mère, père/co-mère ou les deux).
- Livret de mariage (si vous êtes mariés).
- Attestation de reconnaissance prénatale si vous avez reconnu votre enfant avant sa naissance (si vous n'êtes pas mariés).
- Vos coordonnées et votre numéro de téléphone portable.

Coordonnées de contact

Stadskantoor

Kazernestraat 13

3800 Sint-Truiden

tel.: 011 70 14 14

e-mail: info.burgerzaken@sint-truiden.be

Règles pratiques pour l'alimentation des nourrissons rédigées par OMS et UNICEF

- L'hôpital dispose d'une politique relative aux nourrissons sur papier qui est portée à la connaissance de l'ensemble du personnel concerné.
- Tout le personnel chargé des soins à la mère et à l'enfant acquiert les compétences nécessaires à la mise en œuvre de la politique relative aux nourrissons.
- Toutes les femmes enceintes sont informées des avantages et de la pratique de l'allaitement.
- Après la naissance, la mère et l'enfant restent en contact cutané sans perturbation pendant au moins une heure.
- Si nécessaire, une aide est proposée à cet égard afin que la mère reconnaisse les signaux de désir de tétée de son bébé.
- Les techniques correctes de préparation et d'administration individuelles du lait maternisé sont communiquées à chaque mère, même lorsque la mère et l'enfant sont séparés.
- La mère et l'enfant restent ensemble jour et nuit (rooming-in).
- À sa sortie de l'hôpital, chaque mère est informée des groupes de soutien existants.

Consultez également notre page web. Scannez le code QR ci-dessous:



Questions?

En premier lieu, contactez votre médecin généraliste. S'il vous renvoie à votre médecin traitant ou s'il n'est pas joignable, vous pouvez le contacter:

la maternité (service H1)

tél. : 011 69 98 41

secrétariat de gynécologie

tél.: 011 69 94 85

pédiatrie (service D2)

tél.: 011 69 97 90

secrétariat de pédiatrie

tél.: 011 69 96 30

- du lundi au jeudi: de 09h00 à 12h30 et de 14h00 à 17h30

- vendredi: de 09h00 à 12h30 et de 14h00 à 16h00

Kind en Gezin

tél.: 078 15 01 00



Diestersteenweg 100 • 3800 Sint-Truiden

www.sint-trudo.be

Suivez-nous sur   