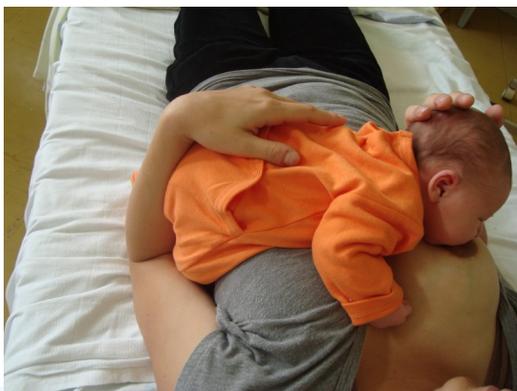


D'AUTRES POSITIONS ...



Ces positions peuvent être également utilisées si vous avez subi une césarienne. Le bébé peut téter à 360° autour de votre sein.

N'hésitez pas à demander conseil auprès de l'équipe soignante de la Maternité.

POUR LES JUMEAUX



Vous pouvez allaiter un bébé à la fois ou les deux en même temps en adoptant les positions suivantes :

- la madone croisée
- La madone
- En ballon de rugby
- Allongée (pour ml la nuit)
- BN (Biological Nurturing)

Signes indiquant une bonne prise du sein :

- le bébé tête la bouche largement ouverte,
- Son menton et son nez touchent le sein,
- Les tétées ne sont pas douloureuses.



QUELLE POSITION ADOPTER POUR REUSSIR SON ALLAITEMENT ?



Votre position et celle de votre bébé sont primordiales. Soyez détendus : l'essentiel est de vous sentir bien et d'éviter toute tension et douleur.

LA POSITION « BN » (Biological Nurturing)



C'est la position de référence. Vous êtes confortablement installée en position semi-allongée, votre bébé est posé sur vous (ventre à ventre), vous le maintenez d'une main sur les fesses, c'est lui qui va faire le travail et trouver une position confortable pour lui téter (il en est tout à fait capable). Cette position n'est pas sans rappeler celle dans laquelle vous étiez installés lors de la première tétée, juste après la naissance. En cas de difficultés à la maison n'hésitez pas à en abuser, vous pouvez même en profiter pour refaire du peau à peau.



LA POSITION DE LA « BERCEUSE » OU DE LA « MADONE »

C'est la position classique



C'est la position
de la
madone
inversée



Cette position est bien adaptée pour les premiers jours. Elle permet de bien guider la tête de votre bébé et de soutenir sa nuque d'une main (l'autre peut soutenir le sein si nécessaire).

LA POSITION « ALLONGEE »



Vous êtes allongée sur le côté, calée à l'aide d'un coussin, la jambe supérieure repliée pour ne pas basculer. Votre bébé est allongé en face de vous, sa bouche au niveau du mamelon.

LA POSITION « BALLON DE RUGBY »



Votre bébé est sur le côté, à la hauteur de votre taille, soutenu par un coussin et maintenu par votre bras. Sa nuque repose dans le creux de votre main, tandis que l'autre main soutient le sein.