

Bébes Mamans

www.bebesetmamans.com

BÉBÉ

AU JOUR LE JOUR
AVEC VOTRE
TOUT-PETIT

RHUME

QUE FAIRE ET
COMMENT L'ÉVITER

PEOPLE

LES VALEURS QU'ELLES
TRANSMETTENT
À LEURS ENFANTS

SPÉCIAL

Carnaval

DES DÉGUISEMENTS À FAIRE VOUS MÊME !



Sommaire

Février 2016



BÉBÉ

QUESTION SUR...

Tout ce que vous devez savoir sur la dysplasie de la hanche.

DÉGUISONS-NOUS !

Fabriquez un déguisement facile et rigolo pour votre enfant.

ALLAITEMENT

Combien de tétées par jour ?

PEOPLE

Quelles valeurs les stars transmettent-elles à leurs enfants ?

FICHE : LE RHUME

Des conseils pour le prévenir ou... le guérir.

CHANGER LA COUCHE

Pas toujours facile ! Suivez notre reportage photo...

LA VIE AVEC BÉBÉ

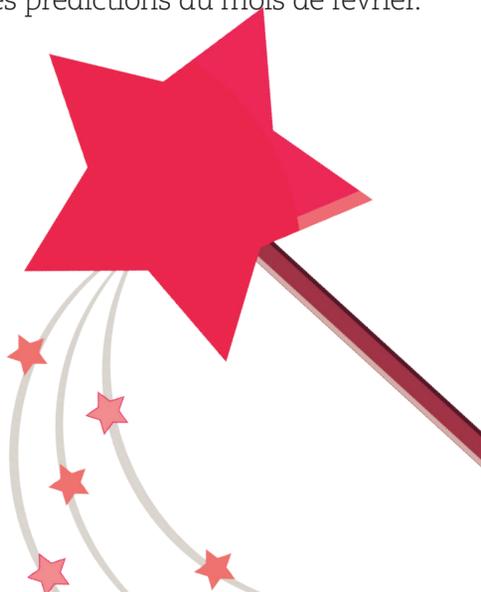
J'avais imaginé que...

PÉDIATRE

Comment faire s'il s'est évanoui ?

HOROSCOPE

Les prédictions du mois de février.



Bébé



Ce mois-ci, nous vous aidons à préparer Carnaval grâce à des déguisements faits maison. Nous vous donnons également quelques conseils pour lutter contre le rhume et pour lui changer la couche.



La dysplasie de la hanche

La dysplasie de la hanche est un trouble qui affecte environ 2% des bébés. Il est important de la corriger dès les premiers mois pour que l'enfant puisse appréhender l'étape de la marche sans problème.

1 *En quoi consiste la dysplasie de la hanche ?*
C'est une malformation congénitale du fœtus qui apparaît dès les premières semaines de la conception. Elle se produit lorsque la tête du fémur (l'os de la jambe) et l'acétabulum, sa cavité correspondante dans le bassin, ne coïncident pas exactement et tournent de façon incorrecte. Dans les cas les plus simples, on assiste à un effacement de la cavité qui loge le fémur, lequel tend alors à se déplacer. Dans les cas graves, le fémur sort de son emplacement naturel : c'est la luxation. Il faut rapidement diagnostiquer et traiter le problème pour éviter des lésions au niveau des os, une asymétrie des extrémités inférieures ou une arthrose de la hanche à l'âge adulte.

2 *Comment la diagnostique-t-on ?*
Jusqu'à il y a peu, le dépistage de la dysplasie se faisait grâce aux manœuvres d'Ortolani et Barlow : une série de mouvements consistant à fléchir et écarter délicatement les cuisses pour s'assurer que l'articulation ne fait aucun bruit anormal. Si ces manipulations indiquent une anomalie, elles ne possèdent cependant pas toute la fiabilité d'une échographie : un examen sans danger et indolore qui permet de dépister toutes les catégories de dysplasies.



3 *Comment traiter une dysplasie ?*
Le but du traitement est de maintenir la tête du fémur dans le cotyle de façon à ce que l'os de la jambe et celui du bassin puissent se développer correctement. Lorsque la dysplasie est légère, on utilise des séparateurs souples qui laissent l'enfant suffisamment libre de ses mouvements ; on conseille également à la maman de porter le plus souvent possible son enfant à cheval sur sa hanche. En cas de dysplasie « moyenne », on a recours à des harnais rigides qui empêchent de serrer ou d'étirer les jambes. Enfin, si la dysplasie est sévère, il faut bander toute la zone du bassin et de la jambe pendant quelques semaines.



C'EST NOUVEAU,
C'EST QUOI ?



Des prix réduits
sur tout, tout de suite,
sans exception,
promis !
En magasin
et sur **vertbaudet.fr**

Gigoteuse d'été
à partir de **24€95**

prix club **19€95**



Déjà client ?
Profitez des prix Club
pendant un an.

Pas encore client ?
Dès 3 articles achetés,
bénéficiez tout de suite
des prix Club !
Et hop... **c'est gratuit !**



> JE DÉCOUVRE



Carnaval : on se. *déguise.*

De la joie, de la couleur et de la créativité, voilà les trois ingrédients indispensables pour réaliser de drôles de déguisements à nos tout-petits pour Carnaval.





Pour les plus de 12 mois

LES MARIONNETTES

À un an, la plupart des enfants ne sont pas en mesure de comprendre comment une simple tenue peut les transformer en quelqu'un d'autre ; ils pourraient même s'en effrayer. Proposez-leur plutôt des choses simples, comme de déguiser les doigts de maman ou de papa en marionnettes. Pour cela, il suffit de dessiner avec des feutres non toxiques, des yeux, un nez et une bouche. Vous pouvez ajouter des chapeaux pointus que vous aurez confectionnés en découpant dans un morceau de papier un petit triangle dont vous fixerez ensemble les extrémités avec une pointe de colle pour faire un cône. Et voilà ! Le petit théâtre est prêt.

À partir de deux ans

LES CONTES ET LES MÉTIERS

À cet âge, on peut commencer à proposer aux enfants des costumes simples en tenant compte de deux choses : mettre un miroir à la disposition de l'enfant, car à 2 ans la « rencontre visuelle » compte beaucoup ; et pour que le déguisement soit encore plus drôle pour l'enfant, il faut qu'il fasse partie d'une histoire. Selon les goûts, proposez un costume de Petit Chaperon Rouge : un grand morceau de tissu rouge pour la cape, des collants blancs, un panier et un foulard sur la tête seront parfaits. On peut aussi proposer à l'enfant d'enfiler des vêtements de grands : une chemise blanche et un attaché-case donneront l'impression d'être un médecin ; des bottes de pluie, un morceau de tuyau et un chapeau imperméable le transformeront en pompier.



VOTRE BÉBÉ EST LE PLUS BEAU ? MONTREZ-LE !

Annoncez son arrivée avec un faire-part qui lui ressemble !



Profitez de **10€ OFFERTS** avec le code **BBM9** sur :

↪ WWW.PLANET-CARDS.COM ↩



Livraison est OFFERTE



Fabrication dans LA JOURNÉE



Fabriqué en FRANCE



Les enveloppes OFFERTES



+ de 5000 MODÈLES

À partir de 3 ans

FÉES ET MAGICIENS

À cet âge, les enfants adorent les costumes qui leur rappellent les contes et les récits imaginaires, les histoires de magiciens et de fées. Pour la fée, il vous suffira de collants et d'un justaucorps de même couleur ; vous pourrez ajouter un serre-tête ou une couronne à fabriquer avec une bande de papier cartonné de couleur doré ; vous pourrez aussi ajouter des ailes (à découper dans du papier cartonné puis à recouvrir d'un cellophane de couleur). Pour le costume de magicien(ne), en plus d'une paire de collants et d'une cape bleue, vous aurez besoin d'un chapeau que vous pourrez fabriquer vous-même en découpant, dans un papier cartonné, un cône dont vous fixerez les extrémités avec un peu de colle.



À partir de quatre ans

ON AIME LES ANIMAUX !

Les enfants grandissent ! En plus du costume, vous allez pouvoir travailler le maquillage. Quelques touches de couleur sur le visage avec des peintures non toxiques et vous transformerez votre enfant en tigre féroce, avec des rayures jaunes, ou en adorable petite souris au visage tout gris avec des moustaches noires. Vous pouvez aussi vous inspirer du monde végétal : utilisez du rouge pour transformer votre enfant en tomate ou du orange pour le déguiser en carotte. Un peu de maquillage et une paire de collants vous permettront d'improviser un déguisement de dernière minute.



LA BOUTIQUE EN LIGNE LA PLUS COMPLÈTE POUR BÉBÉS ET MAMANS

SHOP Bebes  Mamans
by **bebitus**

VOTRE COMMANDE CHEZ VOUS EN 48 / 72 H

shop.bebesetmamans.com

LE MEILLEUR POUR BÉBÉ AU MEILLEUR PRIX !

5€

de RÉDUCTION
sur les COUCHES
pour toujours



+ de
13.000
PRODUITS
des MEILLEURES
MARQUES



Combien de tétées ?

Il n'y a pas un nombre défini de tétées à donner à bébé : tout dépend de lui. Dans les premiers mois, l'important est d'allaiter à la demande.

L n'existe pas de règle unique et valable pour tous les enfants, établissant un nombre de tétées fixes à donner, puisque certains bébés peuvent réclamer jusqu'à 12-15 fois par jour. On conseille cependant d'allaiter un minimum de huit fois par 24 heures, au moins pendant les deux premiers mois de vie de bébé. En outre, même si la maman doit suivre le rythme naturel de son enfant et ne pas garder les yeux rivés sur l'horloge, on conseille de ne pas laisser passer plus de quatre heures entre deux tétées, même la nuit. La raison principale en est que le sein ne peut produire de lait que s'il est régulièrement stimulé ; ainsi, si les tétées sont suffisamment fréquentes, le nombre de récepteurs de prolactine dans la glande mammaire augmente. À cela ajoutons que le fait de vider parfaitement le sein permet d'éviter qu'il ne reste à l'intérieur des résidus de lait qui pourraient favoriser la production d'une protéine bloquant la lactation (FIL).





LE NOMBRE DE TÉTÉES DÉPEND DE CHAQUE BÉBÉ

Vous avez décidé d'allaiter votre bébé et l'une des premières questions que vous vous posez, et c'est bien normal, est de savoir combien de fois par jour vous devez donner le sein à bébé ?

• **Il n'y a pas de réponse standard** : tout dépend de l'enfant car, de même que pour d'autres caractéristiques constitutionnelles, tous les bébés n'ont pas le même appétit. Certains mangent beaucoup et réclament le sein continuellement tandis que d'autres sont moins avides et se sentent satisfaits avec moins de tétées. Pour être sûre de ne pas vous tromper, le mieux est de suivre le rythme de votre bébé, en lui donnant le sein chaque fois qu'il le demande. Vous créerez ainsi une parfaite adéquation entre les besoins de votre enfant et la quantité de lait produite.

Laissez bébé téter jusqu'à ce qu'il n'ait plus faim. De cette façon, il videra complètement le sein et pourra profiter de la dernière partie du lait, la plus énergétique et la plus rassasiante car elle est très riche en graisse. Rappelez-vous



BÉBÉ A FAIM, IL SAURA SE FAIRE COMPRENDRE

Une bonne compréhension entre la jeune maman et son bébé est nécessaire pour savoir de combien de tétées celui-ci a besoin.

Il est donc très important que la mère sache décrypter les signaux, les messages que son enfant lui envoie, notamment les moins évidents pour éviter d'arriver aux pleurs :

- Bébé tourne la tête sur le côté comme s'il cherchait le sein ;
- Bébé tire la langue et commence à téter ;
- Bébé fait claquer sa langue bruyamment ;
- Bébé bouge et s'agite plus que d'habitude, sans motif apparent (sa couche n'est pas mouillée et il n'a pas trop chaud par exemple).
- Bébé gazouille puis cesse brusquement.

que la tétée a également une connotation affective : parfois bébé réclame le sein juste pour sentir le contact de sa maman. Vous devez accéder à cette demande de la même façon que s'il s'agissait de nourrir votre enfant.





COMMENT SAVOIR SI BÉBÉ PREND SUFFISAMMENT ?

- Bébé est bien nourri s'il mouille au moins 5 à 6 couches par jour, que son urine est abondante et de couleur jaune pâle. Toutes ces caractéristiques montrent qu'il est bien hydraté.
- D'autre part, si bébé s'endort tranquille et serein entre deux tétées et qu'il grandit régulièrement, c'est qu'il tète suffisamment souvent. Au cours des trois premiers mois, on estime la prise de poids normale moyenne à environ 500 gr par mois ; à partir du troisième mois, on considère qu'un gain de poids de 300 gr par mois est suffisant.

Enfin, rappelez-vous qu'allaiter permet à votre bébé de se développer correctement. La nature nous a dotés d'un lait et d'un mode d'allaitement spécifiques, différents de ceux des autres mammifères. Nous sommes une espèce dite de « contact en continu », où les petits naissent sans défense et ont besoin de la présence constante de leur mère avant de parvenir à être complètement autonomes, à la fois physiquement et psychologiquement. Allaiter à la demande fait partie de ce processus et en assure la réussite.

Un lieu de rencontre pour toutes les mamans de France



Tout ce que vous devez savoir sur votre grossesse et les soins de bébé.

Une super communauté de mamans en France.

Les meilleurs spécialistes répondent à vos questions.

Rejoignez-nous!

mustela®

MATERNITÉ

PRÉSERVEZ LA BEAUTÉ DE VOTRE PEAU



7 SOINS EXPERTS



SÉCURITÉ MAMAN - BÉBÉ
GARANTIE

DÉCOUVRIR LA GAMME

People

Les valeurs qu'elles transmettent

Bien que l'école soit importante, les parents ont une influence déterminante sur le développement affectif de leurs enfants. Quelle sont les valeurs que transmettent certaines mamans célèbres à leurs enfants ?

GWYNETH PALTROW

SENS DE L'ESTHÉTIQUE ET RECHERCHE DE L'HARMONIE

L'actrice de 43 ans, maman d'une petite fille de 11 ans et d'un garçon de 9 ans, veut stimuler leur côté artistique. « Parfois, je fais faire l'école buissonnière à Apple pour l'emmener voir des expositions. J'adore partager ces moments avec elle. »

Pour élever des enfants à reconnaître la beauté et l'émotion que provoque l'art, il est intéressant d'ajouter des expériences à leur formation académique. Il suffit d'attirer l'attention de l'enfant sur un coucher de soleil pour stimuler son sens de la beauté et de l'harmonie. La beauté est également la capacité de sentir et de créer une atmosphère : marcher dans une église, écouter une musique, ou observer la nature sont aussi des formes de beauté. Les enfants en ont besoin comme une « manière de sentir ». C'est une leçon très précieuse.





ANGELINA JOLIE

UN ESPRIT OUVERT, « CITOYENS DU MONDE »

À 40 ans, l'actrice, réalisatrice, engagée dans diverses causes humanitaires et ambassadrice du HCR (Haut Commissariat des Nations Unies pour les réfugiés), a 6 enfants entre 7 et 14 ans, dont 3 sont adoptés. La « tribu » Pitt-Jolie vit dans plusieurs maisons dispersées dans le monde et voyage constamment, suivant leurs parents sur les tournages et leurs activités humanitaires.

Les changements perturbent l'évolution d'un enfant. Il est important qu'il y ait autour de lui des personnes de référence pour le dorloter et le rassurer, en plus de s'occuper de lui. Pour faire face aux changements, la sécurité affective est importante. Lorsque la famille est un noyau solide, le changement n'est jamais nuisible, mais plutôt une source de découverte, d'apprentissage et d'ouverture à la diversité. Le devoir de la maman est d'être un point de repère, un guide, et il faut aider l'enfant pour qu'il ne se sente pas étranger partout où il va.

JESSICA ALBA

UNE FORMATION SUR MESURE

L'actrice de 34 ans a deux filles, de 7 et 4 ans. Pour elle, passer du temps avec ses filles est le meilleur moyen de leur apprendre des choses, de manière plus libre et motivante qu'à l'école et elle envisage de chercher un précepteur privé.

L'éducation par les parents peut être une bonne solution, mais cela ne signifie pas qu'ils doivent devenir professeurs ; l'éducation ne se fait pas de manière traditionnelle, sur les bancs de l'école, mais dans des classes personnalisées données par un tuteur qualifié, sous la responsabilité directe des parents.

Il n'y a pas de formule unique car chaque enfant est différent. Il est cependant essentiel de l'inscrire à des activités autres, afin de favoriser sa socialisation avec d'autres enfants.





JULIA ROBERTS ET MARCIA CROSS

LA CONSCIENCE DE SOI ET D'ÊTRE UNIQUE

Julia Roberts, 48 ans, a trois enfants, dont des jumeaux de 11 ans. Marcia Cross, 53 ans, actrice de « Desperate Housewives », a deux petites filles âgées de 9 ans. Toutes deux ont décidé d'élever leurs enfants comme des « jumeaux différents », les différenciant le plus possible, depuis les vêtements jusqu'à l'éducation.

Dans l'éducation de jumeaux, la personnalisation est un aspect très important. Il ne faut pas se concentrer sur la sauvegarde de la relation particulière qui les unit car c'est un lien indéfectible. Par contre, il est très important de reconnaître la spécificité de chacun. Quand ils sont petits, il ne faut pas s'adresser à eux comme « les jumeaux », comme s'il s'agissait d'une entité indéfinie. Au fil des ans, mieux vaut séparer leurs jouets et différencier leurs vêtements. Il est également conseillé qu'ils soient dans des classes différentes pour les aider à forger des amitiés indépendantes et à affronter le monde sans reproduire la dynamique de « couple » qui existe à la maison.



COMMENT? QUOI??

PAS ENCORE MEMBRE DU
COIN DES MAMANS !?

Des milliers de mamans vous attendent!

Rejoignez le Coin des Mamans et recevez gratuitement
le magazine Bébés et Mamans!

Echangez avec d'autres mamans, c'est GRATUIT!

CLIQUEZ ICI!

Le rhume

Le rhume est une infection provoquée par différents virus. Nous allons voir dans cet article en quoi consiste exactement cette maladie, qui se transmet très facilement, et comment la traiter.



Le rhume est une infection virale qui se transmet très facilement par les gouttelettes de salive émises lorsque l'on tousse ou lorsque l'on éternue. En général, les virus (plus de 200) peuvent survivre pendant environ trois heures sur les objets que nous manipulons, et notamment les jouets dans le cas des enfants ; ils sont ensuite transmis, par les mains, aux yeux et à la bouche où ils commencent à se multiplier.

Quels sont les symptômes du rhume ?

Les symptômes du rhume sont caractéristiques et bien visibles.

- **Nez qui coule** : les mucosités, au début plutôt liquides, s'épaississent peu à peu ;
- **Irritation de la peau, sous le nez** ;
- **Température, toux, mal de gorge, voix enrouée et yeux rouges** ;
- **Nez bouché et respiration bruyante.**

La fièvre dure en général moins de trois jours ; la gorge et le nez restent enflammés environ une semaine mais la toux peut persister pendant deux à trois semaines. Chez les enfants plus âgés, ces symptômes ne durent que quelques jours, mais chez les plus petits, ils peuvent rester actifs plus longtemps.



Ce qu'il faut faire

1 La première chose à faire est de garder le nez propre. Il est important de laver soigneusement le nez pour empêcher l'accumulation de mucosités infectées et donc le développement de bactéries qui peuvent entraîner des complications telles que la sinusite.

2 Le lavage nasal doit être réalisé plusieurs fois par jour et toujours avant que l'enfant prenne son repas.

3 Il existe dans le commerce des gouttes décongestionnantes à base de différents principes actifs. Il ne faut pas en abuser : utilisez-les très occasionnellement, la nuit, et jamais plus de 2 à 3 fois par jour.

4 Humidifiez l'air de la chambre, une précaution utile en cas de toux.

5 Si l'enfant tousse beaucoup, n'hésitez pas à lui donner un sirop calmant pour le soulager au moment de s'endormir.

6 Si la fièvre augmente, vous pouvez, en suivant les indications du pédiatre, lui administrer un antipyrétique ou un analgésique. Il est également très important de le faire boire beaucoup afin de liquéfier le plus possible les mucosités.

Ce qu'il faut éviter

- N'abusez pas des gouttes décongestionnantes ni des sprays pour nez bouché.
- N'utilisez pas d'antihistaminiques, ils sont inutiles contre les virus.
- Évitez les anti-inflammatoires quand l'enfant n'a pas de fièvre, s'il n'a pas mal à la gorge ou ne souffre pas de douleurs musculaires.
- Les antibiotiques sont sans effet contre les virus ; ils ne servent qu'en cas d'infection bactérienne.
- N'administrez jamais à un enfant de compositions destinées aux adultes car elles peuvent provoquer des effets secondaires.



Comment éviter le rhume...

Durant la première année, le rhume entraîne souvent des infections bactériennes telles qu'otite, conjonctivite, sinusite ou encore pneumonie. Ces complications se produisent généralement parce que l'infection virale diminue les défenses immunitaires de l'enfant. Pour prévenir le rhume, évitez de laisser l'enfant en contact avec des adultes ou d'autres enfants contaminés, ou de fréquenter des endroits surpeuplés : garderie, école ou supermarché. Les virus du rhume se transmettent principalement par des mains souillées, il est important de se les laver fréquemment et d'éviter de les mettre en contact avec le nez ou la bouche.

Changer la couche

Voici un pas-à-pas pour vous aider à changer la couche de bébé, afin que cette tâche soit simple comme bonjour, même pour les parents les moins experts !

1 LES PRÉPARATIFS

Préparez à portée de main tout ce dont vous aurez besoin pour changer la couche. De cette manière, vous n'aurez pas à vous déplacer et ne le laisserez jamais tout seul. Enlevez-lui son body et remontez-le en haut de sa poitrine.



2 ENLEVEZ LA COUCHE SALE

Séparez les adhésifs latéraux de la couche sale puis abaissez le devant de la couche, en frottant ses fesses avec s'il a fait caca pour en enlever une partie puis laissez les fesses de bébé reposer sur la couche pliée en deux.



3 NETTOYEZ-LUI LES FESSES

Nettoyez les parties intimes et les fesses de bébé avec de l'eau et un coton ou un gant, en allant bien dans les plis, toujours d'avant en arrière pour éviter d'apporter des germes, surtout chez les petites filles. Séchez ses fesses et mettez-lui une crème.



4 PLACEZ LA COUCHE PROPRE

Soulevez bébé par les chevilles. Glissez sous ses fesses, au niveau des reins, une couche propre, bien dépliée. Les scratchs adhésifs doivent être au niveau de son nombril. Centrez parfaitement la couche sous les fesses.

5 METTEZ LA COUCHE PROPRE

Dernière étape de l'opération délicate « je change la couche ». Passez la partie avant de la couche entre les jambes de bébé. Assurez-vous que l'avant de la couche est à la même hauteur que l'arrière avant de coller les adhésifs. La couche doit être bien lisse.



Le quotidien avec un bébé

Lorsque l'on attend son premier enfant, il est parfois difficile d'imaginer ce que la vie sera avec lui. Parfois, on voit juste, et d'autres, on s'aperçoit que l'on était loin de la réalité. Voici quelques témoignages de futurs parents sur la façon dont ils imaginent le quotidien avec leur bébé, ainsi que les commentaires de nos experts à cet égard.

COMBIEN DE TÉTÉES PAR JOUR ?

« Je sais que, au début, les tétées peuvent être nombreuses... »

Hélène, enceinte de 27 semaines

Chaque enfant a son propre rythme et il est difficile de généraliser pour tous les bébés. S'adapter à la demande de bébé est très important afin de s'assurer du bon déroulement de l'allaitement. Le conseil le plus simple est d'être vigilante aux demandes du bébé et de se laisser guider par ses signaux. Si votre bébé a faim, croyez-nous, vous le comprendrez très vite !



ON ESPÈRE QU'IL VA FAIRE SES NUITS !

« Un de mes collègues n'a pas pu dormir une seule nuit entière pendant toute la première année ! Le cauchemar ! »

Sébastien, futur papa

Le rythme du sommeil du nouveau-né est différent de celui de l'adulte. La plupart des bébés se réveillent la nuit et les étapes du sommeil léger et profond ne sont pas encore bien définies. Durant ces passages d'un type de sommeil à l'autre, le bébé se

réveille plus facilement. Au début, il peut être difficile de s'adapter à ce rythme, mais, afin de récupérer un peu, il est important de trouver un rythme commun, profitant des moments où il dort pour vous reposer. Rappelons que, en tout état de cause, il ne s'agit que d'une courte étape de votre vie. D'ici quelques mois, le rythme du sommeil de votre petit sera plus régulier, ce qui permettra à papa et maman de se reposer d'avantage.



L'HEURE DE SE PROMENER !

« Lorsque mon bébé sera né, j'aimerais pouvoir aller me promener très souvent avec lui, tous les jours si je peux ! »

Aude, enceinte de 34 semaines

Faire une promenade est excellent pour le corps et l'esprit, et peut devenir une véritable « bouée de sauvetage » pour les jours où vous serez un peu déprimée, le moral dans les bottes, avec un bébé qui pleure, et qui, comble du comble, n'arrive pas à dormir. Très souvent, il suffit juste d'une promenade pour que bébé trouve le sommeil et que la jeune maman se relaxe et se détende. Le rituel de la promenade sert à casser la routine.

Il est bon d'avoir une certaine flexibilité car si votre bébé s'endort après avoir mangé, il vaut mieux reporter à plus tard la promenade et profiter de l'occasion pour vous détendre sur le canapé. Ne planifiez pas trop et ne vous mettez pas la pression, car cela peut être frustrant. Vous verrez que, parfois, vous êtes prête pour sortir et votre petit choisit ce moment précis pour avoir un renvoi, ou faire caca... et tous vos plans tombent à l'eau. Le papa peut également faire une promenade avec le bébé dans le porte-bébé ou dans la poussette. En général, lorsque le bébé se trouve à l'extérieur, il se calme, s'amuse et, bercé par le rythme des pas, finit par s'endormir.





À NOUVEAU TOUS LES DEUX

« Ma femme a eu une grossesse à risque et nous avons dû nous abstenir de rapports sexuels pour éviter tout risque. J'espère qu'après la naissance, nous retrouverons notre intimité. »

Antoine, futur papa

Dans les premières semaines qui suivent la naissance du bébé, du fait de la fatigue, des hormones qui font le yo-yo et de la

relation fusionnelle entre la maman et le bébé, le désir sexuel est mis à rude épreuve. Ceci est tout à fait normal et la plupart des couples ont besoin de temps pour retrouver leur intimité. La maman se sentira d'autant plus en confiance qu'elle saura que son conjoint l'accepte comme elle est, qu'il lui fait confiance et qu'il est là pour l'aider dans cette période merveilleuse que représente l'arrivée de bébé.

Il s'est évanoui...

Le malaise vagal, plus communément appelé évanouissement, se caractérise par une perte subite de connaissance.



Le malaise vagal peut s'exprimer par une perte de connaissance brève partielle (lipothymie) ou totale (syncope). Souvent, l'enfant est hypotonique, il transpire et ne répond pas aux stimuli ; la pression artérielle est en-dessous de la normale, le pouls est faible et les pupilles sont dilatées. Habituellement, dès qu'il reprend conscience, l'enfant récupère complètement.

- **Le malaise vagal est lié à un manque d'oxygène au cerveau** causé par des situations diverses qui sont à l'origine de la stimulation du nerf vague. S'ensuit alors un ralentissement du rythme cardiaque et une dilatation des vaisseaux sanguins, dans tout le corps, par l'action du système nerveux parasympathique. La conjonction de ces deux facteurs diminue l'apport de flux sanguin vers le cerveau, provoquant, ainsi, une perte de connaissance.

QUELLES SONT LES CAUSES DE LA SYNCOPE

Les déclencheurs du malaise vasovagal sont les mêmes qui produisent, chez les personnes sensibles, une activité accrue du système nerveux parasympathique. Les principaux facteurs sont un changement brutal de position (par exemple se lever trop rapidement), rester longtemps debout ou assis, ressentir un stress émotionnel ou une douleur violente, la vue du sang, l'exposition au soleil et à la chaleur, la faim, la foule et tous les éléments qui peuvent accélérer l'activité du système nerveux parasympathique, comme les spasmes des pleurs chez le jeune enfant ou une crise de spasmophilie (syndrome d'hyperventilation) chez l'écolier ou l'adolescent. Il peut également y avoir d'autres causes d'origine organique : métaboliques (diabète), cardiaques, neurologiques, etc., mais celles-ci s'accompagnent d'autres symptômes qui permettent de prévoir et d'anticiper le malaise.

Que faire s'il perd connaissance ?

Desserrez ses vêtements, soulevez ses jambes pour activer le flux sanguin cérébral, tournez sa tête sur un côté pour que sa langue ne bloque pas le passage de l'air, prenez son pouls et écoutez son cœur, pincez-lui la peau et passez-lui de l'eau fraîche sur le visage. Ne faites rien avaler à l'enfant tant qu'il n'a pas repris totalement connaissance ; à partir du moment où il reprend conscience, maintenez-le encore quelques minutes dans la même position.

**BÉLIER**

(21/03 au 20/04)

Il se montre changeant et passe de moments très tranquilles à d'autres d'une grande gravité. Observez-le en cachette : vous verrez qu'il réfléchit très profondément.

Pendant la première quinzaine, il laisse libre cours à son imagination et montre une attitude très amicale. Venus tempère son entêtement. Il est audacieux mais respecte les accords et les limites imposées.

**GÉMEAUX**

(21/05 au 21/06)

Il est heureux d'être à la maison et que les grands lui racontent des histoires. Saturne et Jupiter sont à l'origine de tensions avec les membres de sa famille desquels il attend plus de douceur et de reconnaissance.

Équilibré et obéissant, il est plus modéré, notamment à l'heure des repas et quand il lui faut exprimer ses émotions. Il n'est pas très disposé à faire des bisous ou des confidences.

**LION**

(23/07 au 23/08)

Son corps l'intéresse, il aime en prendre soin et se faire beau. Par son comportement, il montre qu'il joue un rôle important dans la famille. À partir du 24, il préfère être avec des amis.

S'appropriant toutes les expériences, il apprend de nouvelles expressions, des mots gentils... un véritable acteur ! Extrêmement observateur, il voit des détails que vous n'imaginez même pas.

**BALANCE**

(23/09 au 22/10)

Convaincu de tout savoir, il ne cède jamais, à moins de se trouver dos au mur. Il vous met au défi ; pour lui faire baisser la garde, faites semblant de vous avouer vaincue.

Mars le fait se révolter, ce qui peut le conduire à réagir violemment, d'un point de vue émotionnel. Heureusement, Vénus lui permet d'aborder les situations avec un certain calme.

**SAGITTAIRE**

(23/11 au 21/12)

Il marche mieux, plus droit et plus stable. Il semble cependant que quelque chose le freine quand il est sur le point d'obtenir ce qu'il veut. En quelques semaines, sa personnalité va se révéler.

Sous l'influence de diverses planètes, on le voit diriger ses petits camarades, imposer ses points de vue et essayer d'attraper des objets qui lui procureront une satisfaction immédiate. Il s'amuse beaucoup.

**VERSEAU**

(21/01 au 19/02)

Mars freine son enthousiasme : il passe en mode « économie d'énergie » et consacre du temps à dormir. À partir du 17, Mercure et Vénus entrent dans son signe, ce qui lui permet de reprendre son rythme.

Sa sensibilité est à fleur de peau : un regard sévère ou un ton de réprimande et il se met à pleurer ou à protester. Donnez-lui un doudou qu'il puisse manipuler (coussin, peluche ou une petite couverture).

**TAUREAU**

(21/04 au 20/05)

**CANCER**

(22/06 au 22/07)

**VIERGE**

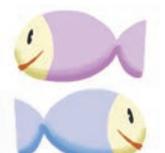
(24/08 au 22/09)

**SCORPION**

(23/10 au 22/11)

**CAPRICORNE**

(22/12 au 20/01)

**POISSON**

(20/02 au 20/03)

Bebes  et Mamans.com   

Le site et le magazine de la famille

CLIQUEZ ICI
ET DECOUVREZ LE VITE !

