

Année 3 - n° 25 - Octobre 2015

# Bébé et Mamans

[www.bebesetmamans.com](http://www.bebesetmamans.com)

## GRIPPE & CO

COMMENT FAIRE  
POUR LE PROTÉGER  
CET HIVER

## ENFANT

**4** TRAITS DE  
CARACTÈRE  
FRÉQUENTS

## DERMATITE ATOPIQUE

L'IDENTIFIER  
ET LA SOIGNER

# Guide des premiers soins

Des gestes simples pour lui sauver la vie



# Sommaire

## Octobre 2015



### BÉBÉ

#### QUESTION SUR...

Tout ce que vous devez savoir sur les enfants et les nouvelles technologies

#### FICHE

Faire la différence entre des croûtes de lait et une dermatite atopique

#### GRIPPE & CO

Guide pratique pour combattre les infections typiques des mois d'hiver

#### QUEL SACRÉ CARACTÈRE !

Comment réagir si votre enfant est timide, introverti ou têtu

#### BIBERON

Connaître les différentes caractéristiques

#### ALERTE, CORPS ÉTRANGER

Que faire s'il s'est mis un objet dans le nez, l'oreille ou la bouche ?

#### ALLAITEMENT

Conseils pour donner le sein après une césarienne

#### PÉDIATRE

Il a des végétations

#### VOTRE ACCOUCHEMENT

Prête à recommencer ? Nos mamans nous disent ce qu'elles en pensent !

#### CHIFFRE

70% des bébés travailleront dans un emploi qui n'existe pas encore

#### HOROSCOPE

Les prédictions du mois d'octobre





# Bébé



Nous vous expliquons comment renforcer les points forts de votre enfant selon son caractère, comment combattre les infections typiques de l'hiver et comment donner le sein après une césarienne.



[bebesetmamans.com](http://bebesetmamans.com)

# Les nouvelles technologies

Plus qu'interdire, il est surtout important de protéger et préparer les enfants contre les dangers et les dérives des nouvelles technologies.

## 1 *Combien de temps un enfant peut-il jouer avec une tablette ?*

Alors que les pédiatres déconseillent totalement l'usage des dispositifs électroniques avant 2 ans, et de limiter leur utilisation à 1 ou 2 h par jour à partir de cet âge, les spécialistes des nouvelles technologies se montrent eux, beaucoup moins alarmistes. Si tous sont d'accord sur le fait qu'il faut limiter le temps passé sur les écrans, ils n'y voient en revanche pas de danger immédiat. En fait, ces nouvelles technologies ennuiement profondément les plus petits : à choisir entre la plage et la tablette, il n'y a pas à hésiter, c'est la première qu'ils choisissent. Ces technologies renvoient encore malheureusement l'image de l'enfant assis pendant des heures devant un écran télé, alors qu'au contraire, elles demandent un effort de concentration et d'interaction tel que les enfants ont tendance, au bout de quelques minutes, à se lasser et à préférer d'autres activités.



parents de voir les sites que leur enfant consulte, ainsi que les messages qu'il reçoit ou qu'il envoie. Et si vous partagez le dispositif avec votre enfant, mieux vaut effacer votre historique de navigation.

## 2 *Cela signifie-t-il qu'il faut laisser libre cours à l'usage du numérique ?*

Non, au contraire, mais il ne faut pas non plus dramatiser. Par ailleurs, l'enfant doit toujours être sous la supervision d'un adulte. Il existe des programmes de contrôle parental qui permettent aux

## 3 *Et en plus de ces règles de base ?*

Il faut être cohérent et donner l'exemple. Il est inutile d'interdire l'ordinateur à un enfant si ses parents passent des heures sur leur tablette ou leur smartphone. Le numérique faisant partie de notre quotidien, pourquoi ne pas plutôt montrer à l'enfant que ces technologies servent à jouer, mais aussi à travailler, à apprendre et à nous rendre la vie plus facile ? C'est une nouvelle façon de communiquer et d'interagir avec notre environnement, mais il faut faire preuve de bon sens.



# BABYBJÖRN®



**Transat Balance Soft**  
[www.babybjorn.com](http://www.babybjorn.com)

Les lignes parallèles sont l'un des signes de l'authenticité des produits BABYBJÖRN.

# Croûte de lait ou dermatite atopique ?

Nous vous expliquons ici comment faire la différence, quels sont les traitements adaptés et quelles sont les précautions à prendre pour les soins de bébé.



**L**es premiers mois, de nombreux bébés présentent une altération de la peau : des plaques squameuses, comme des croûtes, plus ou moins épaisses, qui apparaissent sur le crâne et/ou sur certaines autres parties du corps comme dans les plis des coudes, des genoux, de l'aîne ou derrière les oreilles. S'il s'agit souvent de simples croûtes de lait (dermatite séborrhéique), ces symptômes peuvent aussi être le signe d'une dermatite atopique.

## Comment les différencier

- **La dermatite séborrhéique, plus communément appelée « croûtes de lait »**, apparaît au cours des premières semaines de vie de bébé. Ce sont des croûtes jaunes, regroupées en plaques, qui apparaissent sur le cuir chevelu et qui peuvent s'étendre sur le front, les sourcils, le menton et la zone de la couche. Elles ne piquent pas et disparaissent la plupart du temps spontanément, dès la fin du 3ème mois.
- **La dermatite atopique**, au contraire, est irritante : la peau est très sèche, rouge, exsudative avec de petites cloques ainsi que des croûtes squameuses de couleur jaune. Chez les nourrissons, les zones touchées sont le cuir chevelu, les joues, les coudes et le plis des genoux ; chez les enfants plus âgés, elle peut aussi apparaître sur le dos des mains. C'est une maladie chronique de la peau susceptible de réapparaître, même après une apparente guérison.





## Quelles sont les causes ?

### LA DERMATITE SÉBORRHÉIQUE

• Les croûtes sont dues à une surproduction de sébum par les glandes de la peau. Si les causes ne sont pas tout à fait bien définies, on sait cependant que l'allaitement, le lait en poudre et les allergies n'en sont pas à l'origine. Elles s'expliquent parfois par une immaturité des mécanismes de régulation de l'équilibre de la peau ou par des changements hormonaux.

### LA DERMATITE ATOPIQUE

• Il s'agit d'une maladie génétique bien définie. Les enfants qui en souffrent ont déjà des antécédents familiaux de maladies allergiques, asthme ou rhino-conjonctivite allergique. Dans certains cas, il peut aussi s'agir d'allergies alimentaires.

## Quel traitement

- **Dans le cas d'une dermatite séborrhéique légère**, il suffit d'éliminer délicatement les croûtes en les ramollissant avec de l'huile d'amande douce et en passant ensuite sur le crâne du bébé un peigne spécial à dents fines et souples. Dans les cas plus graves, le médecin pourra éventuellement prescrire une crème à base de cortisone.
- **S'il s'agit d'une dermatite atopique**, il faut suivre un traitement jusqu'à disparition totale des signes de la maladie. La dermatite atopique étant associée à des maladies allergiques telles que la rhinite et l'asthme, il convient de maintenir l'environnement dans lequel l'enfant évolue aussi propre et exempt de poussière que possible, afin de limiter le développement des acariens.



## Évitez...

- *De laver trop souvent les zones affectées : l'eau, combinée à des produits agressifs contenant des parfums et des colorants, risque d'endommager encore davantage la barrière protectrice de la peau.*
- *De retirer les croûtes avec vos ongles car vous augmentez ainsi le risque d'infection.*
- *Les vêtements en laine ou synthétiques qui irritent encore plus la peau.*
- *Le contact direct avec des animaux : les squames de chien ou de chat peuvent aggraver la situation.*

# Grippe & Co.

Le but est de renforcer l'organisme des petits en prévision de la saison la plus froide de l'année, pour pouvoir affronter les « inévitables » infections.



L'été est déjà loin et la rentrée nous amène, comme chaque année, son lot de rhumes, de gastro-entérites, de gripes et autres infections du même acabit. Voici quelques conseils pour renforcer les défenses immunitaires de votre enfant et faire face sereinement à la saison froide, en attendant le retour des beaux jours !

## UNE ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE, DU SPORT ET DU SOMMEIL

- Un mode de vie sain est la condition essentielle au bien-être des enfants.

Leur alimentation doit être équilibrée et riche en fruits et légumes afin d'assurer un apport adéquat en vitamines et minéraux. Si votre enfant souffre de rhumes et d'infections des oreilles à répétition, il faut savoir qu'à partir de 3-4 ans, la consommation excessive de lait peut stimuler la prolifération cellulaire et conduire à une accumulation de mucosités dans les voies respiratoires supérieures. On conseille alors souvent d'alterner la consommation d'eau et de lait végétal.

- Les enfants doivent pouvoir continuer à jouer et se dépenser à l'air libre, malgré l'arrivée du mauvais temps ; l'exposition au soleil est également essentielle car elle favorise la production de vitamine D.

- Enfin, il est fondamental que votre enfant bénéficie de suffisamment d'heures de sommeil.

Certes, ces règles n'empêcheront pas un enfant de tomber malade, surtout lors des premiers temps de la vie en communauté, mais elles permettront à son système immunitaire de faire face plus efficacement aux infections.

## LES SUPPLÉMENTS SONT-ILS EFFICACES ?

- En ce qui concerne les suppléments, plusieurs études ont démontré leur utilité pour les enfants sujets à des **infections respiratoires récurrentes**, c'est-à-dire souffrant de plus de 6 à 8 épisodes infectieux par an, ou 4 infections par an toujours localisées de la même façon, par exemple 4 otites moyennes aiguës ou 4 crises d'asthme. On notera plus précisément l'efficacité d'un supplément en vitamine D, en zinc et en lactoferrine.

- Pour le reste des suppléments, leur utilité reste très discutable, sauf cas d'une carence évidente qui sera alors détectée et traitée par le médecin. En conclusion, pour les enfants en bonne santé, c'est-à-dire qui ne souffrent pas de plus de trois épisodes infectieux par an, une alimentation équilibrée est suffisante.



## L'avantage des probiotiques

La flore bactérienne, ainsi que son rôle dans la défense des infections, intéresse beaucoup les scientifiques. Des études sont d'ailleurs en cours pour évaluer l'utilité de l'administration de certains probiotiques spécifiques.



Si on ne dispose pas encore de données permettant d'être catégorique, on sait néanmoins qu'associés à un régime alimentaire équilibré et à un mode de vie sain, les probiotiques peuvent être d'une grande aide. Il faut cependant être prudent car on trouve de tout sur le marché... Sachant qu'ils sont délivrés sans ordonnance, mieux vaut demander l'avis du pédiatre avant ! Il n'y a en revanche aucune contre-indication concernant les yaourts qui contiennent des ferments lactiques bénéfiques pour la santé.



## LE VACCIN CONTRE LA GRIPPE : POUR QUI ?

- Il est conseillé et gratuit pour les personnes présentant un risque de complication en cas d'infection (les plus de 65 ans, les enfants de plus de 6 mois souffrant de maladies chroniques et les femmes enceintes).
- Pour les enfants qui ne sont pas « à risque », le vaccin n'est pas indispensable. Il s'agirait alors simplement pour les parents d'éviter les gênes que suppose cette infection. La protection immunitaire conférée par le vaccin contre la grippe ayant une durée limitée, il faut répéter le vaccin chaque année.
- D'autres vaccins protègent également des petites infections saisonnières : celui contre le pneumocoque protège contre la méningite, la septicémie, mais aussi les otites, bronchites et pneumonies. Administré à 2, 4 et 11 mois, il n'est pas obligatoire, mais recommandé et pris en charge par l'Assurance Maladie.
- Concernant le vaccin contre le rotavirus visant à protéger les nourrissons contre les risques de gastroentérites aiguës, le Haut Conseil de la Santé Publique en a suspendu la recommandation en avril 2015.





## LES PREMIERS JOURS

Tout ce dont vous aurez  
besoin et (surtout) envie !

**vertbaudet.fr**



## DOUDOU & KITS

Jolis et pratiques !



# -25%

pour toute 1<sup>ère</sup> commande\*

&

LA LIVRAISON

OFFERTE

avec le code

**4948**

\* voir conditions sur **vertbaudet.fr**



## MEUBLES & DECO...

puéri & linge de lit  
tout mimi !



## COLLECTION PREMA

spéciale (tout) petits...



Il est timide,  
réserve ou n'a  
pas l'esprit de  
compétition... des  
traits de caractère  
qui ont tendance  
à préoccuper les  
parents alors qu'il  
s'agit de craintes  
bien injustifiées.  
Voici pourquoi.

# Quel caractère !





**L**es premières manifestations d'un comportement social et émotionnel extraverti ou, au contraire, introverti sont presque toujours d'abord l'expression de notre caractère, de notre nature, de notre tempérament. Ce sont des caractéristiques intrinsèques à l'individu et qui ne sont pas liées à l'éducation que l'enfant reçoit. Leur origine étant presque exclusivement génétique, on retrouve bien souvent ces mêmes traits de caractère chez les parents et les grands-parents. Aimer les changements ou être casanier, être optimiste ou plutôt mélancolique, être dans l'action ou dans la réflexion sont des traits de caractère et des styles de comportement que nous possédons dès la naissance et qui ne changeront probablement pas à l'âge adulte.

## ATTENTION AUX ÉTIQUETTES !

« Il a un sacré caractère ! » Voilà une phrase qui décrit des réalités bien différentes.

• **L'enfant peut tout simplement être dans la phase du « non »**, une étape par laquelle tous les enfants passent aux alentours des 18 mois, pour affirmer leur personnalité. Même si, bien sûr, ce peut aussi être son véritable caractère... Dans le doute et ne s'agissant que d'une impression de l'adulte, il faut veiller à ne pas trop insister sur ce trait de caractère car il pourrait avoir des conséquences non négligeables sur la manière d'être de l'enfant.

L'adulte doit au contraire accompagner son développement en mettant en valeur ses points forts et en l'aidant à considérer ses faiblesses comme des ressources réelles. Il est essentiel de ne pas essayer de changer le caractère de l'enfant ; mieux vaut moduler l'environnement en fonction de sa personnalité. Ceci étant dit, voyons comment agir si l'enfant présente des traits de caractère souvent considérés socialement ou professionnellement comme un handicap.



## IL EST TIMIDE

On reconnaît souvent de multiples qualités à un enfant timide. Son empathie et sa sensibilité en font une personne qui sait écouter et comprendre les autres. Il observe avant d'agir et sait décider en connaissance de cause. En outre, un enfant timide est généralement plus prudent et cause moins de soucis. Compte tenu de ses difficultés à communiquer avec les autres, il est indispensable de le rassurer et de lui donner confiance. En plus de mettre en valeur ses capacités, il faut respecter ses limites, et ne pas exagérer, ni dans les louanges, ni dans la critique.



## AUCUN ESPRIT DE COMPÉTITION

Il n'aime pas se battre ni affronter les autres, non parce qu'il a peur, mais parce qu'il n'en a pas envie. Adulte, ce sera un compagnon idéal, respectueux et correct, quelqu'un de confiance avec ses propres opinions. Il faut accepter cette forme de caractère : c'est une forme de sa personnalité et non une marque de lâcheté. Les parents devront l'aider à considérer objectivement ses forces et ses faiblesses, sans le forcer à faire ce qu'il n'aime pas, mais en lui faisant comprendre que, dans la vie, il devra faire face à un minimum de confrontation.



# 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





## IL EST INTROVERTI

Une autre façon de se fermer au monde extérieur est l'introversion, un comportement qui peut, dans les premières années, être confondu avec la timidité. Si un enfant timide est contraint, par sa nature, à se replier sur lui-même et en souffre, un enfant introverti le fait avec plaisir. Il présente une grande richesse intérieure et aime le raisonnement et l'abstraction. Il se montre réfléchi et sûr de ses opinions, au point de paraître un peu têtù. Adulte, il réussira, grâce à ses propres compétences, tant qu'il évoluera dans un environnement capable de reconnaître ses mérites.



## IL EST TENACE OU TÊTU

Ces enfants ont peine à dire oui et à obéir. Ceux qui s'entêtent pour atteindre leur objectif auront un avantage indéniable à l'âge adulte. Par ailleurs, une personne obstinée peut également être sensible et empathique, et révéler des compétences de leadership. Mais attention, la ténacité ne doit pas tourner à l'entêtement et au manque de considération de l'opinion des autres. Il faut aider l'enfant à développer sa capacité d'autocritique, à reconnaître qu'il ne peut pas tout faire, qu'il n'a pas toujours raison et qu'il existe d'autres opinions que la sienne.



## Les sucettes évoluent en même temps que bébé!



La partie à sucer est en silicone transparente et douce

Favorise le bon développement de la forme des mâchoires et de la bouche

Comble les besoins de succion de votre bébé

La collerette en forme de papillon libère le nez

La tétine tranquillise, calme et détend l'enfant



Avec sa forme rappelant celle du mamelon, la tétine **natural** est aisément acceptée par le nourrisson.

La tétine **dental** favorise le développement de la gencive et du palais





PUÉRICULTURE

# C'est l'heure du bib !

En plastique ou en verre, ergonomique ou anti-coliques... voici tout ce que vous devez savoir sur les biberons et comment choisir le plus adapté à votre bébé.

## LE MATÉRIAU

Les biberons pour nourrissons sont soit en verre thermorésistant, soit en plastique incassable.

Pendant les premiers mois de l'allaitement, les jeunes mamans préfèrent souvent utiliser du verre, plus facile à nettoyer et donc de meilleure hygiène. À partir de 4 ou 6 mois, le biberon en plastique est plus léger d'utilisation. Les deux résistent aux changements de température et peuvent être chauffés et stérilisés. Les biberons en verre n'absorbent pas les odeurs ; le plastique, quant à lui est incassable.



bebesetmamans.com



Le 1er juin 2011, l'Union Européenne a interdit l'importation et la commercialisation de biberons à base de bisphénol A, une substance entrant dans la fabrication des plastiques à usage alimentaire comme le polycarbonate.

## Conseils d'utilisation

**1** Lavez à l'eau et au savon les différentes parties du biberon, après chaque usage et avant stérilisation.

**2** Contrôlez régulièrement l'état de la tétine et changez-la au moindre signe de détérioration ou de fragilité.

**3** Vérifiez toujours la température du lait avant de donner le biberon à votre bébé.

**4** L'usage du biberon de manière continue et prolongée peut entraîner des troubles comme des caries.

**5** Le biberon doit être personnel et individuel : chaque enfant doit avoir le sien propre.

**6** Ne laissez pas l'enfant utiliser la tétine comme une sucette.

Photo: Suavinex

## LA TÉTINE

Dans sa forme comme dans sa texture, elle doit donner la sensation du mamelon du sein maternel ; elle peut être en caoutchouc, en latex ou en silicone. Ces dernières sont transparentes, souples, et durent plus longtemps ; elles ne sont pas poreuses, n'absorbent pas les odeurs, ne retiennent pas le goût et ne se déforment pas. La tétine peut être anatomique (arrondie) ou physiologique, c'est-à-dire asymétrique avec une partie arrondie s'adaptant parfaitement au palais de l'enfant et une autre partie plate en contact avec la langue. Elle peut aussi être munie d'un seul ou de plusieurs orifices permettant ainsi de réguler la vitesse de débit.

### Ce qu'il faut savoir

- ① Le couvercle doit être parfaitement hermétique pour pouvoir transporter le biberon en toute sécurité.
- ② La tétine doit être en caoutchouc ou en silicone, anatomique ou physiologique.
- ③ La valve anti-colique peut être placée à la base de la tétine ou dans le fond du biberon.
- ④ Certains modèles possèdent un disque d'étanchéité pour garder le biberon plus hermétique.
- ⑤ Certains biberons ont une ouverture plus large pour en faciliter le remplissage.
- ⑥ De nombreux modèles ont une forme ergonomique qui permet de mieux saisir le biberon.
- ⑦ Pour faciliter le nettoyage du biberon, il existe des modèles avec un fond extractible en demi-lune.



Photo: NUK



# SOS CORPS ÉTRANGER

Les enfants sont toujours très attirés par les petits objets qu'ils mettent parfois dans leur bouche, leur nez ou leurs oreilles. Nous vous expliquons ici ce qu'il convient de faire si cela vous arrive.





**V**otre enfant commence tout juste à marcher et s'émerveille de tout ce qui l'entoure. À ce stade du développement, il est très important que les parents surveillent très attentivement les gestes de leur enfant qui apprécie tout particulièrement de mettre les objets qu'il découvre dans sa bouche, dans son nez ou dans ses oreilles. Si vous vous trouvez dans une telle situation, il faut intervenir très rapidement.

## MON ENFANT A INTRODUIT UN OBJET... ... DANS SON NEZ

Il n'est pas toujours facile de s'apercevoir que bébé a introduit quelque chose dans son nez, surtout si vous ne l'avez pas vu faire. Il continue à respirer normalement par l'autre narine laissée libre. Cependant, des mucosités jaunâtres (preuve d'une légère infection) s'écoulant du nez peuvent vous le faire suspecter.

### ✓ CE QU'IL FAUT FAIRE

- **Le plus simple** est bien évidemment d'éviter que l'enfant ne joue avec de très petits objets.
- **Si le mal est fait**, emmenez immédiatement l'enfant aux urgences pour que les médecins puissent intervenir le plus tôt possible.

### ✗ CE QU'IL NE FAUT PAS FAIRE

- **Extraire un corps étranger du nez** peut s'avérer plus compliqué qu'il n'y paraît et vous risquez de l'enfoncer encore plus profondément. L'objet peut alors passer directement dans les bronches et entraîner des dommages tels qu'une pneumonie d'aspiration et une infection des bronches. Plutôt que de tenter d'extirper l'objet, conduisez l'enfant aux urgences où les médecins disposent d'instruments spécifiques.

### Astuce sécurité

Voici un test simple que les fabricants de jouets utilisent et qui vous permettra de vous assurer que les jouets de votre enfant ne présentent aucun danger. Construisez un cylindre en carton de 3,2 cm de diamètre. Tous les objets qui, d'une manière ou d'une autre, peuvent entrer dans le tube, ne sont pas adaptés à des enfants de moins de trois ans.



## ... DANS SA GORGE

Une étude réalisée par des médecins urgentistes a révélé que les plus petits sont particulièrement attirés par les petites pièces de monnaie.

### ✓ CE QU'IL FAUT FAIRE

- Si le corps étranger n'obstrue pas totalement les voies respiratoires et que l'enfant peut pleurer, tousser et parler, nul besoin de procéder à une quelconque manœuvre de dégagement qui pourrait aggraver la situation. Rassurez l'enfant et encouragez-le à tousser. Parfois, l'objet se trouve juste à l'entrée de la gorge et on peut facilement l'extraire avec le doigt. En revanche, s'il est bloqué, conduisez directement l'enfant aux urgences.
- Si le corps étranger obstrue complètement les voies respiratoires, ne

permettant plus le passage de l'air (l'enfant devient rouge et montre des signes de suffocation) il faut réaliser une manœuvre spécifique qui, en augmentant la pression à l'intérieur du thorax, provoque une toux artificielle permettant l'expulsion du corps étranger.

- Si l'enfant a moins de deux ans : asseyez-vous, placez-le sur votre avant-bras, la tête légèrement vers le bas et maintenue par votre main. Puis donnez-lui 1 à 5 tapes dans le dos, entre les omoplates avec la main ouverte. Si ce n'est pas suffisant, mettez l'enfant

sur le dos et effectuez 5 compressions sternales en posant deux doigts sur la moitié inférieure du sternum, jusqu'à ce que le corps étranger soit expulsé.

- Si l'enfant a plus de deux ans : installez-le sur vos genoux, sur le ventre, puis donnez-lui 5 tapes dans le dos, entre les omoplates. Si le corps étranger n'a pas été expulsé, vous pouvez utiliser la manœuvre de Heimlich : placez-vous derrière l'enfant, passez vos bras sous ses aisselles puis enserrez-le à la taille, entre la poitrine et le ventre. Appuyez une main (poing ouvert ou fermé) au-dessus du nombril, au niveau de l'ouverture de l'estomac, et l'autre au-dessus de la première. Donnez ensuite un coup sec vers l'intérieur et vers le haut. Répétez la manœuvre 5 fois de façon déterminée, jusqu'à ce que l'objet soit délogé.

### ✗ CE QU'IL NE FAUT PAS FAIRE

- La manœuvre de Heimlich ne doit pas être réalisée sur un enfant de moins de 2 ans.
- Évitez d'introduire un doigt aveuglément dans sa bouche : si l'objet n'est pas totalement visible, vous pourriez provoquer encore plus de dommages.





mustela®

MATERNITÉ

# PRÉSERVEZ LA BEAUTÉ DE VOTRE PEAU



## 7 SOINS EXPERTS



**SÉCURITÉ** MAMAN - BÉBÉ  
GARANTIE

DÉCOUVRIR LA GAMME

## ... DANS SON OREILLE

Là encore, il est difficile de savoir quand un enfant a introduit un objet dans son oreille. Il risque surtout de commencer à entendre de moins en moins bien d'une oreille et, graduellement, sans s'en rendre compte, de s'y habituer.

### ✓ CE QU'IL FAUT FAIRE

- Si l'objet inséré est petit, vous pouvez essayer de le faire sortir par un lavage auditif. Tournez la tête de l'enfant de telle sorte que l'oreille restée

#### Objectif : la prévention

- **Ne pas donner aux enfants de moins de 2 ans** des aliments de petite taille (fruits secs par exemple), contenant un noyau (comme les olives) ou pouvant se fragmenter en gros morceaux durs (sucette).
- **Surveillez toujours votre enfant** lorsqu'il mange.
- Choisissez des jouets portant l'indication CE ainsi que l'âge recommandé pour leur utilisation.
- **N'offrez pas à votre enfant des jouets comportant des petites pièces** (inférieures à trois centimètres).



libre se situe vers le bas ; puis versez lentement une solution saline dans l'oreille contenant le corps étranger. Tournez ensuite de nouveau la tête de l'enfant pour vérifier si l'objet est sorti. Pendant toute l'opération, l'enfant doit garder la bouche ouverte afin d'équilibrer la pression créée dans l'oreille.

- **Lorsque l'intrus est un insecte**, l'enfant souffre d'acouphènes, c'est-à-dire qu'il entend en permanence un sifflement intense et insupportable. La première chose à faire est d'instiller dans l'oreille quelques gouttes d'alcool à faible graduation, puis d'essayer d'enlever l'insecte. Si l'enfant est trop agité pour réaliser cette opération, mieux vaut le

conduire aux urgences dès que possible.

- **L'otorhinolaryngologiste (ORL)** examinera l'oreille avec un otoscope afin de bien localiser l'objet, puis il le retirera à l'aide de pinces spéciales pour ne pas endommager le tympan.

### ✗ CE QU'IL NE FAUT PAS FAIRE

- Si, après quelques essais, vous ne parvenez pas à extraire l'objet qui est entré dans l'oreille, n'hésitez pas à consulter un médecin : vous éviterez ainsi d'endommager gravement le tympan.
- **N'introduisez pas de médicaments sous forme de gouttes dans l'oreille** : en effet, si le tympan est endommagé, le médicament pourrait encore aggraver la situation.



## Le système d'assise tout-en-un dès la naissance.

Stokke® dévoile sa nouveauté: la Stokke® Steps™. À l'image de la relation du parent avec son enfant, chaque élément du siège Stokke® Steps™ a été conçu l'un pour l'autre. Ingénieux, Stokke® Steps™ allie avec succès confort, sécurité et liberté de mouvement dès la naissance du bébé. À la fois design et pratique, elle séduit les petits et les grands!



### Transat Stokke® Steps™

Le transat équipé d'un mouvement de berceement intégré.

- S'intègre parfaitement à la chaise Stokke® Steps™.
- Différentes positions possibles.
- Soutien ergonomique confortable pour nouveau-né.



### Chaise Stokke® Steps™

La chaise d'enfants transformable.

- S'intègre parfaitement au transat Stokke® Steps™.
- Baby Set réglable et plateau facultatif.

La combinaison transat et chaise haute – faits l'un pour l'autre.



Dès la naissance

Dès 6 mois

Dès 3 ans

# Allaitement après une césarienne

Même dans le cas d'un accouchement non vaginal, bébé doit être mis au sein immédiatement.

**I**l est tout à fait possible d'allaiter juste après une césarienne : il n'y a pas de différence avec un accouchement par voies naturelles. Néanmoins, le succès de l'allaitement dépend dans une large mesure de la qualité des soins offerts à la maternité. Une maman qui a subi une intervention chirurgicale a besoin de plus d'attention, et ne doit pas être séparée de son bébé.







## TOUTES LES MAMANS ONT DU LAIT

- Physiologiquement, il n'y a pas de différence entre un accouchement par voie basse et une césarienne, dans la mesure où le processus de montée de lait est identique : après la naissance de l'enfant et l'expulsion du placenta, les hormones de la grossesse diminuent de façon drastique et la prolactine augmente. Dans ce cas, pourquoi beaucoup des mamans qui ont eu une césarienne ont-elles des difficultés pour allaiter ? Simplement parce qu'elles n'ont personne près d'elles pour les conseiller et qu'elles renoncent à réclamer de l'aide.
- Certaines maternités préfèrent aussi garder le nouveau-né en couveuse plutôt que de le laisser dans la chambre avec sa maman. On les prive alors tous les deux du contact peau à peau et de l'allaitement à la demande, très importants dans les premières heures.



## CHOISIR LA BONNE MATERNITÉ

- Assurez-vous, quand vous choisissez l'hôpital ou la clinique où vous aller accoucher, que les règles sont les mêmes pour toutes les mamans, notamment la possibilité de garder bébé avec vous 24/24h. Cette pratique est d'autant plus importante dans le cas d'une césarienne, car non seulement elle permet de ne pas sauter de tétées, mais aussi parce qu'elle rétablit le lien brusquement rompu entre la mère et l'enfant.
- **Le personnel médical doit soutenir de la même manière toutes les mamans**, d'autant plus qu'on réalise aujourd'hui la césarienne avec des techniques qui permettent à la jeune maman d'être sur pied très rapidement. Il s'agit simplement, au moins pendant les 12 premières heures, qu'une personne aide la jeune accouchée à prendre son bébé ou à s'installer confortablement pour allaiter.



## UNE BONNE POSITION POUR ALLAITER

- Pendant les 24-48 premières heures, les perfusions d'analgésique pouvant représenter une gêne pour l'allaitement, on les place souvent sur le bras gauche pour faciliter la liberté de mouvements. Donner le sein en étant couchée n'est pas forcément très commode, mais ce n'est pas impossible. On peut placer bébé en travers de la poitrine, de façon à ce que ses pieds ne touchent pas la plaie ; ou le tourner légèrement sur le côté appuyé sur un coussin que la maman retiendra à l'intérieur de son bras sans perfusion.
- Une mauvaise position de bébé pouvant parfois augmenter le risque de crevasses, il est important de toujours s'assurer que bébé prend correctement le mamelon et de corriger immédiatement la position. Et n'oubliez pas : plus on allaite, plus on produit de lait !

# Il a des végétations

Beaucoup de mamans s'inquiètent lorsque le médecin diagnostique ce trouble à leur bébé. De quoi s'agit-il exactement et quand faut-il les enlever ?



deux côtés de la gorge, on peut voir les amygdales palatines (lorsqu'elles sont infectées, on parle d'angine) ; à l'arrière du pharynx se trouvent les amygdales adénoïdes (les végétations) qui ne sont pas visibles car elles sont cachées par le palais.

• **En d'autres termes, «avoir des végétations» est normal.** Leur absence serait pathologique. Avoir les végétations infectées est une chose, et avoir des végétations de grande taille en est une autre. La plupart des enfants ont de grosses amygdales, ce qui est physiologique jusqu'à huit ans et ce n'est pas une raison pour les enlever.

**A**u fond de la bouche, des structures de tissu lymphatique forment un anneau défensif à la porte de l'appareil respiratoire qui s'appelle anneau de Waldeyer et se compose des structures suivantes : sur l'arrière de la langue, on peut voir une série de «petites lentilles», les amygdales linguales ; des

## QUAND FAUT-IL LES ENLEVER ?

• **Parfois, en raison de la proximité des végétations avec les trompes d'Eustache, l'enfant souffre d'otites moyennes récurrentes.** Si la tendance à développer ce type d'infection, ou une évolution chronique, coïncide avec une taille exagérée des végétations, leur suppression est indiquée car elles pourraient en être la cause. Il en va de même si on les considère responsables d'infections récidivantes ou chroniques des fosses nasales ou des sinus paranasaux.

• **Une autre indication pour l'enlèvement des végétations est l'obstruction mécanique** provoquée par une augmentation exagérée de leur taille, obligeant à respirer par la bouche en permanence, avec ronflements et crises d'apnée la nuit.

• **À quel âge faut-il opérer ?** Beaucoup d'ORL sont d'avis que, à partir de sept ou huit mois, l'intervention apporte des garanties suffisantes.

## PEUVENT-ELLES REVENIR ?

L'élimination totale est pratiquement impossible : les végétations sont fixées à la muqueuse du pharynx, de sorte qu'il y a presque toujours des restes qui peuvent se régénérer avec le temps. Ce qui n'est pas un obstacle à leur élimination, le cas échéant, en particulier chez les enfants de moins de 18 mois chez qui l'opération vise à résoudre un problème temporaire qui ne peut être résolu autrement.



# On remet ça ?

Certaines affirment qu'elles sont prêtes à accoucher de nouveau de la même façon, tandis que d'autres ne veulent même pas en entendre parler. Et vous ? Seriez-vous prête à recommencer ?



## Oui car...

... Mes accouchements ont été très rapides : le premier a duré un peu plus d'une heure et demie et j'ai vraiment eu mal pendant une demi-heure ; quant au second, il n'a duré que 50 min et je n'ai ressenti qu'un peu d'inconfort.

**Hélène**

... Le travail a duré 10 heures, dont 5 heures avec la péridurale. Les médecins voulaient utiliser les ventouses, mais cela n'a pas été nécessaire puisque bébé est sorti en 2 min avec la poussée. Si je devais avoir un autre bébé, ce serait sans péridurale ; je l'ai demandée parce que je me sentais épuisée, mais ça ne vaut pas la peine.

**Néréa**

... Mon premier accouchement a été merveilleux : rapide, sans douleur, absolument magnifique .

**Marie-Jeane**

... Ça a été fantastique. Les médecins me l'ont provoqué à 38 sem parce que je perdais du poids. Un infirmier m'a aidée à pousser car bébé ne voulait pas sortir, mais tout s'est très bien passé.

**Andrea**

## Non car...

... Pour mon deuxième enfant, j'ai accouché par voies naturelles. La douleur fut très intense, je pensais que j'allais mourir, d'ailleurs, j'étais sur le point de m'évanouir : je poussais, mais mon bébé ne voulait pas sortir. Ce fut vraiment très difficile et j'étais épuisée. Je ne le referai sous aucun prétexte.

**Valérie**

... Mon accouchement a été très long (24 heures) et très douloureux. Après m'avoir fait une péridurale et posé une perfusion, les médecins ont finalement pris la décision de procéder à une césarienne. Je n'ai vu mon enfant qu'au bout de trois heures et les premières semaines du post-partum ont été pour moi épouvantables.

**Mathilde**

... Mon accouchement a été horrible . Le travail a duré 12 heures et les médecins ont dû avoir recours aux forceps. L'expulsion a été très douloureuse malgré la péridurale. Heureusement, mon bébé est né en parfaite santé.

**Mel**

TE

CH

NO

70%

des bébés d'aujourd'hui travailleront dans des emplois qui n'existent pas encore

**E**xpert en simplicité, designer de prothèses 3D ou encore téléchirurgien : voilà quelques-unes des professions auxquelles nous n'aurions jamais pensé et qui seront pourtant, dans quelques années, une réalité.

L'avancée inexorable de la technologie nous laisse entrevoir de nouveaux profils professionnels rendant indispensables de **nouveaux modèles de formations**. Selon certains professionnels, 7 enfants sur 10 qui entrent aujourd'hui à l'école maternelle exerceront, à l'âge adulte, un travail qui n'existe pas encore. Il est donc indispensable d'analyser et de proposer un nouveau modèle éducatif visant à former des professionnels

ayant des connaissances, des aptitudes et des attitudes spécifiques pour les nouveaux emplois qui seront exigés dans le secteur numérique.

**Il faut pour cela que nous changions notre façon de penser et consacrons des ressources à la réorganisation de notre système éducatif** en facilitant la transition vers l'apprentissage numérique pour préparer aujourd'hui nos enfants au numérique de demain. Le monde sera totalement interconnecté et les entreprises, quel que soit leur secteur d'activité, faisant partie intégrante de ce système, auront besoin de profils professionnels différents de ceux dont elles disposent aujourd'hui.





## BÉLIER

(21/03 au 20/04)



## GÉMEAUX

(21/05 au 21/06)



## LION

(23/07 au 23/08)



## BALANCE

(23/09 au 22/10)



## SAGITTAIRE

(23/11 au 21/12)



## VERSEAU

(21/01 au 19/02)

Il veut participer aux activités quotidiennes pour qu'on le félicite. Les histoires un peu élaborées piquent son imagination et il vous en redemande encore et encore !

Il est heureux, tranquille et actif. Il trouve plein de choses agréables à faire et à commenter. Apprenez-lui à faire confiance à ses amis proches. Sûr de lui, il s'agite facilement.

Mercure stimule son intelligence. Toutes les occasions sont bonnes pour prononcer de nouveaux mots et faire de nouvelles découvertes. Avec Vénus et Mars contre lui, il cherche la chaleur humaine.

Sous l'influence de la Lune, il donne le meilleur de lui-même, respirant amour et sérénité. Il fait de très gros progrès en matière de relations sociales. Avidé d'apprendre, il observe tout avec grand intérêt.

Saturne favorise la solidité de ses relations. Il se sent à l'aise avec les enfants plus âgés que lui, avec les adultes en général, et ses grands-parents en particulier. Il aime ressentir leur affection protectrice.

C'est un mois fantastique. Sous l'influence des planètes, il respire la joie et fait de très belles choses. Il élargit ses centres d'intérêt, goûte de lui-même de nouveaux aliments et s'habille même avec « élégance » !

Mercure en Saturne lui est favorable : il marche avec détermination, est bien disposé envers ses amis, et peut même être un exemple pour ses frères et sœurs.

La position de Mars le rend plus dynamique et favorise son désir d'autonomie. Il exprime mieux ses émotions et montre un intérêt pour la communication. Il se montre plus courageux, sûr de lui.

Il recherche les émotions fortes : monter sur un manège qui tourne vite, aller au marché ou encore relever des défis pour recevoir récompenses et applaudissements.

Mars renforce son tonus musculaire, Jupiter sa vision et Vénus aiguise son sens de l'esthétique. Les beaux objets l'attirent et il exprime clairement ses préférences.

Il élargit sa perspective, en vous demandant de le prendre dans vos bras lorsque vous êtes debout. Selon son âge, il intervient dans des conversations sérieuses et discute de thèmes qui le touchent.

Organisez son temps car certaines planètes aiguissent son entêtement : pris dans une activité, il peut devenir difficile de l'arrêter. L'amour le rend raisonnable.



## 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 !

