

Bébé Mamans

Le magazine de la famille

www.bebesetmamans.com

**URGENCES
OU PAS ?**

QUAND FAUT-IL
L'EMMENER AUX
URGENCES ?

OUI/NON

ÇA SE PASSE
COMMENT AVEC
BELLE-MAMAN ?

**PEAU ATOPIQUE
OU CROÛTES
DE LAIT ?**

Développement

Aidez-le à grandir sereinement !



Sommaire

Octobre 2016



BÉBÉ

QUESTION SUR...

Tout ce que vous devez savoir sur la toux chez l'enfant.

URGENCES, PAS URGENCES ?

Dans quelles situations faut-il l'emmener aux urgences ?

FICHE

Croûtes de lait ou dermatite atopique ? Apprenez à faire la différence.

VIVE L'AUTOMNE !

Découvrez des activités manuelles à faire avec les trésors de l'automne.

DENTS DE LAIT

Comment en prendre soin afin que bébé ait un sourire à craquer toute sa vie ?

ALLAITEMENT

Mythes et réalités.



PÉDIATRE

Qu'est-ce qu'un phimosis ?

DÉVELOPPEMENT

Aidez-le à grandir sereinement.

OUI/NON

Ça marche avec votre belle-mère ?

HOROSCOPE

Les prédictions du mois d'octobre.



Bébé



Ce mois-ci, nous vous expliquons comment aider votre enfant à grandir sereinement, nous vous parlons des dents de lait et nous vous aidons à savoir s'il faut l'emmener aux urgences ou non.



La toux de l'enfant

Il s'agit d'un symptôme très pénible qui peut avoir de multiples causes. Nous vous expliquons quels sont les remèdes les plus efficaces et dans quels cas il est nécessaire d'aller chez le pédiatre.

1 À quoi sert la toux et quels facteurs peuvent la provoquer ?

La toux n'est pas une maladie mais un important mécanisme que le corps met en place pour expulser les sécrétions qui se forment du fait d'infections causées par des virus et des bactéries. De la même façon que la fièvre, la toux est un symptôme et l'éliminer complètement peut être une erreur. C'est précisément grâce à la toux que le corps rejette les germes avec l'air expulsé. Par conséquent, il est préférable d'essayer de la limiter, plutôt que de l'éliminer complètement.

Les causes de la toux sont multiples : rhume, autres maladies virales respiratoires, inflammation du larynx, des bronches, des poumons ou encore un symptôme asthmatique.



3 Quand est-il conseillé d'amener votre enfant chez le pédiatre ?

Vous devez aller chez le pédiatre si votre enfant a des difficultés à respirer, se montre apathique et léthargique ou présente une couleur bleue autour de la bouche ou des ongles : ceci signifie que votre petit n'arrive pas à absorber tout l'oxygène dont ses poumons ont besoin.

2 Que peut-on faire pour traiter la toux chez les plus petits ?

Lorsqu'on parle de traiter la toux, cela signifie la rendre supportable, pas l'éliminer. Si la toux est particulièrement gênante, vous pouvez prendre ces mesures : nettoyer le nez de bébé en

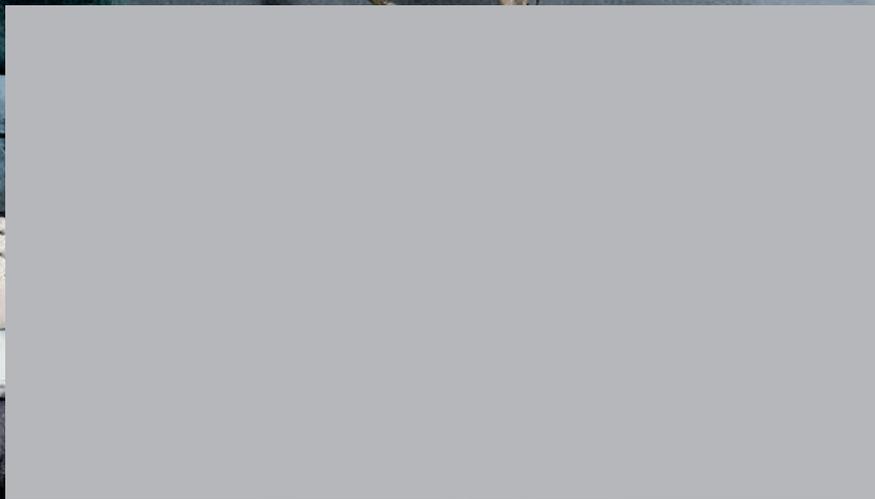
utilisant une solution saline ou de l'eau de mer stérilisée ; humidifier sa chambre et compléter son alimentation avec beaucoup de liquides pour que ses muqueuses ne se dessèchent pas ; et ne pas fumer à l'intérieur de la maison !

BABYBJÖRN®

The

WOODS

COLLECTION



Transat Balance Soft
www.babybjorn.com

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

Urgences pas urgences ?

Votre enfant est malade ? Comment savoir s'il s'agit d'une urgence ? Voici quelques indications.

VOMISSEMENTS ET DIARRHÉES

- Ces troubles sont en général concomitants et sont le signe d'une infection gastro-intestinale souvent d'origine virale.
- La conséquence la plus à craindre est la **déshydratation**, d'autant plus grave que les épisodes de vomissements ou de diarrhée sont fréquents et que l'enfant est jeune. Il faut consulter un médecin en urgence si un nouveau-né vomit et a plusieurs fois la diarrhée en l'espace de quelques heures ou présente des symptômes évidents de déshydratation : il est prostré, sans réaction, sa peau et ses lèvres sont sèches, il urine peu et pleure sans verser de larmes.
- **Antiémétiques et anti-diarrhéiques peuvent être contre-indiqués chez les enfants.** Il suffit de leur donner souvent de l'eau ou une solution à base de sels minéraux. On peut aussi leur donner à manger, mais sans jamais les forcer.

1

FIÈVRE ÉLEVÉE

- La fièvre est une réaction du système immunitaire à une infection en cours. Ce n'est pas, en soi, une maladie, mais plutôt une fonction défensive et il ne faut pas essayer de l'éliminer complètement : il suffit de la faire baisser un peu pour soulager l'enfant.
- **Il n'y a pas à s'inquiéter** (pour causer des dommages neurologiques, la fièvre doit dépasser 42°C, ce qui n'arrive pas dans les infections courantes). Il faut administrer à l'enfant un antipyrétique, le réhydrater en lui faisant boire et le couvrir s'il a froid, ou le découvrir s'il transpire ou a trop chaud.

2

A close-up photograph of a baby with light skin and bright blue eyes, wearing a teal-colored short-sleeved shirt. The baby is lying on a white, textured blanket. In the background, there is a yellow fabric with a purple and green toy. The baby's expression is neutral, looking slightly to the right.

Comment savoir s'il faut l'emmener aux urgences ?

Pour savoir si l'enfant est vraiment malade et a besoin d'une assistance médicale immédiate, la première règle est d'observer et d'évaluer, indépendamment des symptômes, son état de santé général. Si l'enfant a de la toux, de la diarrhée ou même de la fièvre, mais fait preuve de vitalité, réagit normalement aux stimuli, mange, boit, a bonne mine, et semble globalement plutôt bien, en général il n'y a pas urgence. Néanmoins, au moindre doute, il vaut mieux pécher par excès de prudence et emmener l'enfant aux urgences.





ASTHME

- L'asthme se traduit par une toux persistante, un essoufflement et une respiration sifflante. Il peut être dû à des allergies ou à une infection des voies respiratoires.
- Lors de la première crise, consultez le pédiatre ou emmenez votre enfant aux urgences. Dès l'apparition des premiers symptômes, on administre à l'enfant des bronchodilatateurs à inhaler. Dans les cas les plus graves, le médecin peut prescrire un traitement à base de cortisone à prendre par voie orale.

APNÉES NOCTURNES

- Les enfants, bébés ou plus grands, peuvent avoir de brèves interruptions de la respiration pendant leur sommeil, que l'on appelle « apnées du sommeil » et qui durent environ 2 ou 3 secondes.
- Il s'agit de troubles physiologiques mineurs, qui ne nécessitent aucune intervention. Les ronflements chez les tout-petits sont sans gravité : ils s'expliquent par l'accumulation, dans le nez, de mucosités que l'on peut facilement retirer avec du sérum physiologique. En revanche, en cas d'apnées prolongées (7 secondes ou plus) il faut sans attendre appeler le médecin.

PLEURS INCONSOLABLES

- Ils sont souvent dus aux coliques du nourrisson. L'enfant pleure désespérément, replie ses jambes sur lui-même et a le ventre un peu gonflé. On ignore la cause exacte de ce trouble qui apparaît en général en fin d'après-midi ou le soir et dure jusqu'à l'âge de 3 ou 4 mois, avant de disparaître spontanément.
- Ces pleurs ne signifient pas obligatoirement qu'il souffre de coliques. Il peut s'agir d'une otite, d'un mal de tête ou d'une douleur intestinale. En cas de doute, mieux vaut appeler les urgences.

Faites qu'il ne sente que
votre amour à chaque instant.



Partenaire de
sos **préma**
& bébés hospitalisés

Nouvelles couches Pampers® Premium Protection New Baby

Les premiers mois de votre bébé passent très vite et sont une aventure pleine de premières fois. Pour chacun de ces moments, assurez-vous que votre bébé ne ressent que votre amour, avec les nouvelles couches Pampers Premium Protection New Baby. Elles sont douces comme de la soie et offrent à votre bébé notre meilleure absorption.

*Source : Rivadis, distribution statistique en maternités, février 2015.

Pampers
aimerdormir&jouer



TRAUMATISME CRÂNIEN

• Les enfants ne sont pas, comme on le dit, en « caoutchouc » et il est faux d'affirmer qu'ils ne se font pas mal en tombant. Si le traumatisme est violent ou la chute importante, il faut sans hésiter emmener l'enfant aux urgences. Si, en revanche, le coup est léger, il suffira d'appliquer un peu de glace pour éviter un hématome, et surveiller l'enfant pendant quelques temps, les six premières heures étant déterminantes.

• Il ne s'agit pas d'empêcher l'enfant de dormir ou de jouer, mais de l'observer pour voir s'il a un comportement étrange : somnolence excessive, manque d'énergie, irritabilité, difficulté à marcher et vomissements répétés. En cas de doute, il est préférable de se rendre aux urgences.

INTOXICATIONS

• Les intoxications représentent l'un des principaux motifs de consultation dans les services d'urgences pédiatriques. Vient en premier lieu l'ingestion de médicaments, suivie de l'ingestion de détergents et autres produits de nettoyage et substances caustiques, et enfin les cigarettes, les plantes ou champignons vénéneux, les pesticides et les produits de jardinage.

Voici quelques règles de sécurité à respecter pour éviter de tels accidents :

- Ne retirez pas les étiquettes des produits et médicaments potentiellement dangereux.
- Gardez les médicaments et produits toxiques hors de portée des enfants.
- Ne rangez pas de produits toxiques ou caustiques dans des bouteilles autres que les originaux.
- Ne le faites pas vomir s'il a ingéré une substance toxique.
- Si vous emmenez l'enfant aux urgences, prenez également un échantillon de la substance ingérée.
- Ne donnez pas à manger à un enfant qui a ingéré une substance dangereuse.





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

Croûte de lait ou dermatite atopique ?

Nous vous expliquons la différence, les traitements et les précautions à prendre.



Les 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 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.



Eco Art

Laissez-vous envahir par les émotions des couleurs que nous offrent les arbres à cette époque de l'année. Partez à la découverte des feuilles, des baies, des brindilles et des pommes de pin et transformez-les en pièces d'« Eco-Art ».



LE PETIT COCHON

Dans la forêt, ramassez de la mousse, des brindilles, quelques baies et des petites pommes de pin. Gardez les « plus dodues » pour le corps du cochon. À l'emplacement de la tête, introduisez deux graines de citrouille pour faire les oreilles. Sur le bout, collez une petite baie pour faire le museau et, à l'autre extrémité, mettez une brindille en l'enroulant comme la queue d'un cochon. Enfin, sur la base, collez quatre petits bâtons pour faire les jambes. Mettez le cochon sur de la mousse et complétez votre œuvre d'art avec un champignon en papier mâché.



LE COLLIER

Ramassez des grappes de baies, séparez les baies et enfiler-les doucement avec une aiguille et du fil à la hauteur du pétiole, afin d'éviter de rompre les baies. Serrez les baies et laissez un morceau de fil sur les deux côtés pour attacher le collier.

LE PANIER

Il vous faut une quinzaine de grandes feuilles entières. Superposez-en une douzaine et repliez-les pour créer les bords du panier. Fermez les côtés à l'aide de petites branches de moins de 1 cm que vous introduirez entre les feuilles à des points stratégiques. Pour faire le fond, entrelacez des feuilles de la même manière et fixez-les aux bords avec des brindilles.

Attention, faites attention à votre enfant et à la toxicité éventuelle des baies.





LES MASQUES

Ramassez des feuilles de différentes formes et différentes couleurs et, avec l'aide de votre enfant, collez des graines, des baies et des tiges sur leur surface pour simuler les yeux, le nez et la bouche de ces drôles de masques.



LA FERME

Ramassez des marrons, des glands, des baies, des brindilles, des pommes de pin et des graines. À l'aide d'un poinçon, faites des petits trous dans le corps des fruits où, avec un peu de colle, vous pouvez mettre les pattes, le museau et la queue. Au lieu de brindilles, vous pouvez utiliser les queues de fruits ou des cure-dents. Avec les graines, les baies et un feutre, vous pouvez dessiner le museau des animaux de cette ferme originale.





ALBUM DOUDOU

*Les photos des êtres
chers de votre bébé,
dans un livre tout doux*

-20%

Avec le code : **BMLIV20**
photobox.fr/bm-album



LIVRE PRESTIGE

*Immortalisez les meilleurs
moments avec votre bébé*

* Offre valable une seule fois par foyer (même nom, même adresse postale) sur votre Album doudou à partir de 4 pages et/ou votre Livre Photo Prestige à partir de 26 pages. Les options éventuelles et frais d'envoi seront facturés au tarif en vigueur. Offre non cumulable avec d'autres offres promotionnelles. Vous recevrez votre code promo après inscription sur la page www.photobox.fr/bm-album.

Ses premières dents

PRENEZ-EN SOIN !

La dentition est une étape importante dans le développement de l'enfant. Nous vous expliquons quand les dents commencent à sortir et quelles sont les précautions à prendre pour les garder en bonne santé.

Quand sortent les premières dents ?

- Les dents commencent à apparaître vers six mois. Les premières à sortir sont les incisives, supérieures et inférieures.
- Normalement, les dents sortent par paires, au rythme de deux par mois.
- Au total, il y a 20 dents de lait, 10 par arcade dentaire, et la dentition est complète vers l'âge de deux ans.

Faut-il laver la bouche de l'enfant avant l'apparition des dents et pendant qu'elles poussent ?

- Avant que les dents ne sortent, vous pouvez passer sur les gencives de votre bébé une gaze humidifiée avec de l'eau et du bicarbonate. Cette mesure sert à empêcher le muguet, une infection des muqueuses de la bouche relativement commune chez les tout petits, due à la prolifération d'un champignon, le *Candida albicans*. La même technique est utile pour laver les premières dents, encore dans leur phase de croissance.





Pourquoi, chez certains enfants, elles sortent avant, et chez d'autres plusieurs mois après ?

- Il n'existe pas de règle précise concernant l'âge de la dentition. L'âge moyen de la sortie de la première dent est six mois, mais cet âge peut être avancé ou retardé.
- L'âge auquel les dents sortent est déterminé génétiquement, ce qui fait que, en principe, il n'y a pas de raison de s'inquiéter si le bébé ne suit pas la norme habituelle.
- On ne peut rien faire pour accélérer la croissance des dents de lait. Si elles tardent à sortir, le seul remède est la patience et le calme. Elles sortiront, tôt ou tard. En général, quand les premières dents se sont fait attendre, les autres rattrapent le temps perdu en sortant toutes en même temps ou dans un laps de temps très court.

Des dents de lait aux dents définitives

- Le développement des bourgeons qui se transformeront en dents de lait a lieu entre les semaines 6 et 8 de grossesse. Les bourgeons des dents permanentes, situées en-dessous des dents de lait, se développent vers la 20ème semaine.
- Les dents de lait ont une racine, mais les dents permanentes les détruisent quand elles poussent, provoquant par là la chute des premières dents.
- Les dents de lait sont plus petites et sont revêtues d'une couche d'émail plus fine. Normalement, les premières à sortir sont les incisives, suivies par les deux premières paires de molaires, les canines et les deux dernières paires de molaires.

Que faire pour soulager l'inconfort de l'enfant ?

- À la pharmacie, vous pouvez trouver des pommades d'action légèrement anesthésique à appliquer sur les gencives. Il existe également des anneaux de dentition en plastique, avec des textures particulières qui servent à masser les gencives. L'enfant peut les mordre pour soulager sa douleur.



Faut-il donner du fluor au bébé pour éviter la carie dentaire ?

- L'utilité de l'administration d'un supplément de fluor doit être évaluée au cas par cas, en tenant compte de l'alimentation de l'enfant et de la concentration de fluor de l'eau dans la région où vous habitez.
- De 3 à 6 ans, il faut brosser les dents avec une petite quantité de dentifrice au fluor spécial enfants. À partir de six ans, un dentifrice au fluor comme celui des adultes est recommandé.

Si les dents de lait poussent de travers, les définitives le seront-elles aussi ?

- Souvent, les dents de lait sortent de travers et, plus tard, se redressent toutes seules. Dans tous les cas, même si elles restent tordues, il n'y a pas de raison de s'inquiéter, elles n'ont aucun rapport avec les dents définitives.





babyhome®



Poussette Babyhome Emotion La poussette légère la plus stylée du marché



Légère et manoeuvrable



Poids 6 kg



De 6 mois à 25 kg



2 positions repose-pieds



Panier à provisions large et spacieux



Siège confortable avec différentes inclinaisons



Pliage compact



Compatible avec le groupe 0+



Mythes & réalités

Voici un guide complet pour vous préparer à allaiter dans les meilleures conditions, pour clarifier vos doutes et en finir avec certaines idées reçues.

Vous attendez un bébé et envisagez d'allaiter ? Votre bébé est là et vous commencez les premières tétées ? L'allaitement maternel est une partie importante des soins prodigués à bébé et de la relation entre la maman et son petit ; des conseils spécifiques peuvent alors être les bienvenus pour lever les doutes qui surviennent dans les premiers jours.





Pour donner le sein, il faut se préparer pendant la grossesse

✓✗ Il est nécessaire de vous informer si vous souhaitez allaiter votre bébé. Si la maman sait comment fonctionne la production de lait, il lui sera plus facile de commencer sur un bon pied. Par ailleurs, connaître à l'avance les difficultés les plus courantes, telles que les crevasses, les obstructions mammaires et les difficultés pour que le bébé prenne le sein permet de les éviter ou, à tout le moins, les surmonter rapidement. Par contre, il n'est pas vrai qu'il faille préparer la poitrine pour l'allaitement, ni qu'il faille avoir recours à des crèmes, gels ou pommades. La poitrine n'a pas besoin de préparation pour mener à bien sa fonction physiologique.



La première tétée doit se faire dès la naissance

✓ Dès la naissance, si on laisse le bébé contre sa mère, il est capable de trouver le mamelon et de téter sans aide. En outre, la situation hormonale post-partum favorise le début de l'allaitement et l'établissement du lien entre la mère et son petit. Pour cette raison, il est préférable que le personnel médical n'intervienne pas dans ces premiers moments. S'il n'y a pas de problème, la visite chez le pédiatre peut attendre. Si la maman n'a pas pu mettre son bébé au sein dans les premières heures, ce n'est pas grave, l'important est de commencer le plus tôt possible et de continuer à allaiter exclusivement et à la demande.



En cas de césarienne, les débuts sont plus difficiles

✓✗ Après un accouchement par voie vaginale ou par césarienne, c'est l'expulsion du placenta qui donne au corps le signal que l'enfant ne reçoit plus de nourriture et qu'il faut l'alimenter autrement. Le type d'accouchement n'est donc pas, en soi, une raison qui peut entraver l'allaitement. La montée de lait peut être plus lente si la maman ne reçoit pas d'aide et ne met pas le bébé au sein avec une fréquence suffisante. Après une césarienne, la maman a besoin d'un peu plus d'attentions. Dans les premiers jours, il faut qu'elle puisse compter sur quelqu'un qui l'aide à prendre le bébé et à le mettre au sein.



Lorsque la montée de lait a lieu, la poitrine est gonflée et douloureuse

✓✗ C'est parfois le cas, mais pas toujours.

Si la maman peut donner le sein à la demande, il se peut que le lait arrive sans qu'elle s'en rende compte car la poitrine, en étant bien drainée, ne s'obstrue pas. Une poitrine gonflée ne signifie pas qu'il y a plus de lait, au contraire, cela peut être un signe que le bébé n'arrive pas à attraper l'aréole correctement. Dans ce cas, il faut lui donner le sein plus souvent et, avant la tétée, appliquer une compresse imbibée d'eau chaude et masser doucement. Vous pouvez également vous vider les seins afin de soulager la tension et aider ainsi bébé à téter.

Une bonne tétée doit durer environ vingt minutes

✗ Il est impossible de définir la durée de chaque tétée à l'avance.

Au début de la tétée, le bébé reçoit un lait plus riche en lactose, idéal pour étancher la soif, tandis que la deuxième partie apporte un lait plus riche et nourrissant, contenant graisses et calories dont il a besoin pour grandir. En outre, tous les enfants ne sont pas pareils. Certains tètent voracement et d'autres ont besoin de plus de temps pour obtenir la quantité de lait adaptée à leurs besoins. Quand le bébé est rassasié, il se sépare du sein spontanément, ou bien il s'endort satisfait dans les bras de sa maman.

L'allaitement maternel doit toujours être à la demande

✓ Pour savoir quand il faut donner le sein, la maman doit observer les signes que son bébé lui envoie et le mettre au sein à chaque fois qu'il semble « intéressé » : quand il ouvre la bouche et tourne la tête « en mode recherche », met ses mains à la bouche ou se montre agité. Les pleurs sont un signe tardif de la faim et, d'ailleurs, peuvent interférer négativement dans la tétée, puisque le bébé, nerveux, peut avoir plus de difficultés à prendre le sein. L'allaitement à la demande simplifie la gestion des tétées, pas besoin de regarder la montre, il suffit d'observer le bébé et de lui faire confiance.



Dans les premiers jours, il est normal d'avoir mal

✗ C'est une croyance à laquelle il faut mettre fin. Si la maman se sent mal, cela signifie qu'il y a quelque chose qui cloche. Les premiers jours, surtout si c'est votre premier enfant, vous pouvez sentir un léger inconfort. Mais si cette sensation ne disparaît pas rapidement, ou si des crevasses apparaissent, il faut rechercher la cause du problème. Négliger les signaux du corps et continuer les tétées en dépit de la douleur est contre-productif. Bien souvent, il suffit de corriger la manière de téter ou la position du bébé pendant la tétée. Si, malgré tout, l'allaitement est encore douloureux, il faut consulter un spécialiste.



La double pesée de bébé n'est pas recommandée

✓ Peser le bébé avant et après la tétée pour vérifier combien il a mangé est déconseillé. Tout simplement parce que la composition du lait varie tout au long de la journée. Lors d'une tétée, le bébé peut ne recevoir que quelques grammes d'un lait très gras et nutritif. D'autres fois, le bébé peut avoir pris 100 grammes d'un lait plus léger, qu'il digère en une demi-heure. Comment savoir si bébé a pris assez de lait ? En vérifiant qu'il mouille 6 à 7 couches par jour et qu'il fait caca régulièrement. On vérifie la prise de poids toute les semaines qui, au cours des premiers mois, est de 150-170 grammes par semaine.



Au début, mieux vaut ne pas donner le biberon ou la tétine

✓ Les 4 à 6 premières semaines, la poitrine « apprend » la quantité de lait à produire et bébé s'habitue à téter. L'allaitement maternel se base sur un mécanisme de l'offre et la demande : plus l'enfant tète, plus le sein produit du lait. Mais pour bien fonctionner, il est important que l'allaitement soit exclusif et à la demande. Si bébé espace les tétées parce qu'il a reçu d'autres liquides, ou s'il se console avec la tétine, il se peut qu'à la fin de la journée il n'ait pas pris assez de lait. De plus, la succion de la tétine et du sein est différente, ce qui peut confondre le bébé et l'empêcher de téter correctement.

Le phimosis

Le phimosis est un trouble qui génère incertitude et inquiétude chez les parents. De quoi s'agit-il exactement et quels traitements existe-t-il pour le résoudre ?



Il n'est pas rare que les parents consultent leur pédiatre car ils craignent que leur petit garçon ait un phimosis. Bien souvent, ils le font dès la première consultation pédiatrique, quand bébé a deux semaines, parce qu'ils ont discuté avec des amis qui leur ont parlé du phimosis. Il est important, face à un doute, de consulter votre pédiatre qui vous indiquera ce qu'il faut faire dans chaque cas.

Quels soins apporter à bébé ?

Il est indispensable de maintenir une bonne hygiène du gland, en tirant la peau vers le bas, **sans forcer**, et en nettoyant soigneusement la zone pour éliminer les adhérences. Si vous forcez, vous risquez de provoquer un paraphimosis, un trouble qui se produit lorsque le prépuce a été tiré complètement vers le bas, sans doute de manière fort douloureuse, et qu'il lui est ensuite impossible de revenir à sa position initiale ; il y a alors risque d'étranglement et de lésions du gland.

CARACTÉRISTIQUES DU PHIMOSIS

- Comme le reste du corps, le pénis est protégé par la peau, une peau qui recouvre complètement le gland. On peut tirer en arrière cette peau, appelée prépuce, pour découvrir le gland. Lorsque ce n'est pas possible, on dit que l'enfant a un phimosis. La plupart des nouveau-nés présentent cette difficulté, qui disparaît généralement spontanément.
- On ne propose un traitement qu'aux enfants pour qui cette difficulté à décalotter ne s'est pas résorbée d'elle-même, que ce soit par l'application d'une crème spéciale pendant six semaines ou par une intervention chirurgicale. L'intervention, appelée circoncision, vise à éliminer cette difficulté à retirer le prépuce. Il existe différentes techniques ; la plus courante consiste à enlever la peau pour laisser le gland, ou une partie du gland, découvert(e) en permanence.
- Il existe différents degrés de phimosis, depuis l'impossibilité totale de décalotter, jusqu'à un frein trop court rendant difficile la baisse du prépuce. Ce phénomène est souvent accompagné d'adhérences balano-préputiales et, même si on peut retirer la peau, il arrive un moment où elle reste collée au gland. En effet, la superficie du gland et à la partie intérieure du prépuce se desquament en permanence. Ceci, combiné à l'humidité de la zone, en vient à former une sorte de pâte très collante qui peut rendre impossible le glissement du prépuce, même s'il n'y a pas de phimosis à proprement parler.

mustela®

MATERNITÉ

PRÉSERVEZ LA BEAUTÉ DE VOTRE PEAU



7 SOINS EXPERTS



SÉCURITÉ MAMAN - BÉBÉ
GARANTIE

DÉCOUVRIR LA GAMME

Aidez-le



à grandir

Parler souvent avec lui, lui raconter des histoires, le féliciter quand il se comporte bien, lui poser des règles, peu, mais qu'elles soient claires... Voici ce qu'il faut faire pour que votre enfant se sente bien et grandisse en sereinement.



Dès la naissance, les enfants sont prêts à interagir avec nous. Dès les premières heures, les nouveau-nés montrent une attirance pour les visages humains et les voix. Ils sont déjà programmés pour communiquer, une activité qui, dans les premiers mois, consiste principalement à écouter et à rechercher le regard de l'autre, mais qui remplit déjà différentes fonctions. D'abord, elle favorise la création des sy-

napses, les connexions entre les cellules nerveuses qui se produisent lorsque nous vivons une expérience significative. Ensuite, elle permet d'éliminer l'excès de neurones dont nous disposons à la naissance, « remodelant » ainsi le cerveau et son potentiel cognitif. Enfin, la communication facilite le développement de la capacité d'autorégulation, l'empathie et le langage... Nous vous présentons ici les premiers stimuli qui favorisent le développement des enfants.



PARLEZ-LUI

Commencez très tôt, dès les premiers jours.

QUE DISENT LES ÉTUDES ?

Les différences dans l'apprentissage apparaissent dès la petite enfance. Une étude menée par l'Université de Stanford a comparé un groupe d'enfants en conditions d'exclusion sociale (recevant 670 mots/j) avec un groupe recevant 12.000 mots/j. Ceux qui entendent un grand nombre de mots différents dans leurs premières années savent plus rapidement les identifier, acquièrent un vocabulaire plus riche et apprennent à lire et à écrire plus facilement.



Que faut-il faire ?

Stimuler le langage ne coûte rien. Il suffit de parler ! En utilisant, dans un premier temps, le langage du bébé, cette façon de parler qu'on adopte instinctivement pour communiquer avec des nouveau-nés et qui met l'accent sur les phonèmes vocaliques et les expressions du visage. Cette méthode facilite la compréhension des mots, mais aussi la tonalité affective et émotionnelle. Entre 9 et 12 mois, après avoir communiqué exclusivement en « face à face », l'enfant s'ouvre au monde : il montre du doigt un objet et sa maman le nomme. À 12 mois, il est capable de comprendre environ 50 mots, qu'il saura utiliser autour d'un an et demi, précisément parce que la compréhension précède la production.



LISEZ-LUI BEAUCOUP D'HISTOIRES

À partir de 6 mois, on peut proposer à bébé ses premiers livres avec des bords arrondis et des dessins très simples.

QUE DISENT LES ÉTUDES ?

Un autre élément ressort de l'étude menée par l'Université de Stanford sur les différences dans l'apprentissage : lire des histoires à haute voix et réciter des poèmes est bénéfique pour l'enfant car cela favorise la connaissance, le langage, et l'apprentissage scolaire.

Répéter les histoires l'aide à se souvenir des mots, de leur sémantique et de leur relation grammaticale. La structure des histoires, même simples, lui apprend à construire des liens de causalité et des liens temporels.

Que faut-il faire ?

Les premiers livres doivent être faciles à manipuler, d'un grand format et suffisamment illustrés pour pouvoir suivre l'histoire que maman raconte. Laissez-le aller à son rythme et découvrir ce qui l'intéresse.

Je prépare la naissance de
MON BÉBÉ



J'ouvre mon livret
BÉBÉ *gratuitement*

Ouvrez un livret "**Maternité & Bébé**"
dans votre magasin Kiabi et
RECEVEZ 10% DU TOTAL DE VOS ACHATS*
qui vous seront offerts sous forme de chèque
cadeau au premier anniversaire de votre bébé.



*dans les rayons maternité & bébé 0-18 mois.

 KIABI EUROPE SAS RCS Lille Métropole B 344 103 270.

KIABI
la mode à petits prix

ÉCOUTEZ-LE

Il ne parle pas encore, mais il est capable de communiquer ses besoins. Observez votre bébé pour apprendre à déchiffrer ses messages et le consoler s'il est triste, l'encourager quand il se sent frustré, et partager ses petites joies.

QUE DISENT LES ÉTUDES ?

Selon une étude du Département de Psychologie de l'Université de Milan Bicocca dès qu'on devient parents, on développe spontanément une faculté exceptionnelle qui permet d'interpréter les pleurs et les expressions du visage des nouveau-nés. On serait même capable de détecter les émotions d'un bébé sur une photo et d'identifier ses différents degrés d'inconfort et de souffrance.

Que faut-il faire ?

Écouter un bébé, c'est faire attention à ses gazouillis, aux expressions de son visage, à sa façon de pleurer et de bouger. À partir de 10-12 mois, il n'est pas nécessaire de répondre immédiatement ; on peut guider l'enfant par la voix : « Je suis ici ; la purée est presque prête... ». Vous lui apprenez ainsi à patienter.



RECEVEZ DES AMIS

Il est important que l'enfant ne soit pas confiné à un environnement composé uniquement de ses parents.

QUE DISENT LES ÉTUDES ?

Selon une étude récente, vivre

avec d'autres personnes dans un environnement structuré stimule les zones du cerveau (les amygdales et certaines parties du cortex cérébral en relation avec elle) chargées des mécanismes de relation avec les autres.

Que faut-il faire ?

Transmettez à votre enfant le message selon lequel il est entouré d'amis à connaître, et non d'ennemis de qui se défendre. Encouragez les relations sociales et favorisez la crèche. Les parents peuvent s'organiser entre eux pour aller chercher leurs enfants et ainsi les habituer à être en présence d'autres adultes n'appartenant pas à la famille. Accueillez non seulement les petits camarades de vos enfants pour célébrer des anniversaires, mais aussi les adultes. Il est bon pour l'enfant de grandir dans un environnement ouvert et accueillant, sans *a priori*. Ce n'est que de cette façon qu'il deviendra un adulte capable d'interagir avec un monde chaque fois plus complexe, multiforme et multiculturel. Les amis de ses parents forment une petite communauté d'adultes de référence sur lesquels l'enfant pourra compter en cas de besoin. Et si vous voulez vous échapper en amoureux, vous ne serez pas obligés de laisser l'enfant à ses grands-parents. Vous pouvez aussi le confier à une baby-sitter en qui vous avez toute confiance.

Les expériences extraordinaires : La 1^{ère} carotte.

• Les bébés découvrent les aliments avec leur bouche mais aussi avec leur nez et leurs doigts, avec tous leurs sens en fait.

→ C'est pourquoi Blédina apporte le plus grand soin à ses produits pour restituer au mieux les goûts, les couleurs et les odeurs des ingrédients d'origine.

ingrédients
100% d'origine
naturelle



essayer c'est
GRANDIR

Le lait maternel est l'aliment idéal et naturel du nourrisson jusqu'à 6 mois au moins.

Bouger, jouer est indispensable au développement de votre enfant. www.mangerbouger.fr

AIDEZ-LE À AVOIR CONFIANCE EN LUI

Félicitez-le lorsqu'il se comporte bien, et apprenez-lui à résister aux difficultés.

QUE DISENT LES ÉTUDES ?

Des encouragements sont toujours plus efficaces que des menaces, mais il faut les doser. Selon une étude publiée dans le *Scientific American*, un excès de louanges ne favorise pas le développement d'une personnalité équilibrée car cela fait croire aux enfants qu'ils ne peuvent être aimés que s'ils répondent aux attentes de leurs parents.



Que faut-il faire ?

Les compliments sont bénéfiques s'ils sont bien gérés, correspondent à un comportement vraiment méritoire, et ne deviennent pas une habitude. En résumé, comme toutes les choses de valeur, il faut éviter l'excès. Les compliments doivent être mis en relation avec le comportement et non pas avec l'enfant dans son ensemble. Il est préférable de dire : « Tu as fait un très beau dessin » plutôt que « Tu es le meilleur en dessin ». Plutôt que le résultat, c'est l'effort qu'il faut évaluer. Si vous voyez votre enfant en difficulté, n'intervenez pas immédiatement : montrez-lui que vous êtes présente, encouragez-le, mais permettez-lui de trouver lui-même la solution. Ainsi, l'enfant apprend à ne pas se laisser vaincre par les difficultés et à se rendre compte qu'il peut faire les choses seul.



BEAUCOUP DE CÂLINS

Faites-lui des bisous, prenez-le dans vos bras, bercez-le, ayez des gestes tendres...

QUE DISENT LES ÉTUDES ?

La nécessité du contact est une question de survie biologique. Le travail de

John Bowlby, publié après la Seconde Guerre mondiale, est déjà un classique. Il parle de la fragilité du système immunitaire des bébés en orphelinats, totalement privés de tendresse et de câlins, à tel point que cela influe sur le taux de mortalité.

Que faut-il faire ?

Laissez-vous guider par votre instinct et par le plaisir du contact avec votre enfant. Vous devez tous les deux y prendre du plaisir. Les baisers et les caresses de sa maman détendent le bébé lorsqu'il est énérvé, soulagent ses coliques... Vous pouvez aussi prendre un cours de massage pour bébé. Cependant, rappelez-vous que la valeur ajoutée pour votre enfant, ce n'est pas la maîtrise d'une technique, mais le contact de votre peau, qui fait aussi des miracles lors de la visite chez le pédiatre : si votre bébé vous sent proche de lui lors de l'examen, il ne vivra pas cette expérience comme une intrusion.



POSEZ DES RÈGLES ET DES LIMITES

L'enfant en a besoin dès la naissance, étant entendu que vous lui montrez que vous comprenez ses difficultés, sa colère et sa frustration, et que vous êtes prête à le consoler.

QUE DISENT LES ÉTUDES ?

À partir d'enregistrements de l'activité cérébrale par IRM et tomographie par émission de protons (PET), on a constaté que les enfants éduqués dans

un contexte ferme, mais empathique, présentent, à l'adolescence, une plus grande activation des lobes pariétaux, responsables de la production de sérotonine et d'endorphines, les hormones de la bonne humeur. À l'inverse, les enfants à qui on n'a posé ni règles ni limites, loin d'être plus détendus et heureux, présentent une plus grande activation des lobes frontaux, siège de production du cortisol, l'hormone du stress.

Que faut-il faire ?

Les règles doivent être peu nombreuses, mais raisonnables, cohérentes et adaptées à l'âge de l'enfant. L'éducation ne doit pas devenir un rapport de force. L'objectif est d'aider l'enfant à contrôler ses sautes d'humeurs et ses impulsions, à supporter la frustration et à patienter, voire à savoir renoncer. Imposer des règles ne signifie pas éduquer l'enfant dans l'austérité. Au contraire, vous devez le plus possible essayer de rire avec lui et créer une ambiance de détente à la maison. Toutes ces expériences lui constitueront un patrimoine émotionnel agréable auquel il pourra faire appel dans les moments de difficulté.

JOUEZ AVEC LUI

Le jeu est fondamental pour le développement, et c'est un droit reconnu par l'ONU aux droits de l'enfant et de l'adolescence.

QUE DISENT LES ÉTUDES ?

Des études menées dans les kibboutz israéliens (coopératives agricoles où les enfants sont élevés par la communauté) concluent que les personnes de référence pour les enfants ne sont pas celles avec lesquelles ils passent le plus de temps, mais celles avec lesquelles ils jouent et ont des échanges.

Que faut-il faire ?

Souvent, on a peur de ne pas avoir assez de temps pour jouer avec nos enfants. En fait, le « temps du jeu » n'est pas organisé comme les heures de classes. Ce qu'il faut, c'est trouver des occasions de jouer, même dans les tâches quotidiennes. Par exemple, au moment du change, vous pouvez jouer à cache-cache avec vos mains. Lorsque l'enfant grandit et devient plus autonome, laissez-le vous imiter. C'est l'heure du ménage ? Laissez-le vous suivre avec son chiffon. Un enfant de moins de 18 mois ne s'ennuie pas, même si vous répétez souvent le même jeu.



Ma belle-mère...

Les relations avec la famille, notamment avec la mère de notre compagnon, ne sont pas toujours, ni faciles, ni comme on le souhaiterait. Et vous, vous entendez-vous bien avec votre belle-mère ?

Oui car...

... J'adore ma belle-mère. J'ai beaucoup de chance : elle est toujours là quand j'ai besoin d'elle, n'est pas envahissante et nous aime tous beaucoup.

Laure

... Ma belle-mère est une personne formidable : attentionnée, aimante et généreuse. C'est comme une seconde mère pour moi et la meilleure des grands-mères, tout comme mon beau-père. Je suis très heureuse de les avoir à mes côtés.

Gisèle

... Je suis enchantée de mes beaux-parents. Certes, ils ont leurs habitudes, mais on peut toujours compter sur eux. Je leur demande souvent des conseils et ils sont toujours là pour m'aider. Il y a un grand respect mutuel.

Vanessa

... Depuis 10 ans que je vis avec son fils, ma belle-mère ne s'est jamais immiscée dans notre relation et a toujours été là quand j'ai eu besoin d'elle.

Jessica

Non car...

... Qui ne s'est jamais accroché avec sa belle-mère ? Non pas qu'elle soit méchante, mais c'est une mère extrêmement présente, trop présente, et moi c'est quelque chose que j'ai eu du mal à comprendre. J'ai moi aussi mon caractère. Finalement, nous avons appris à nous respecter.

Mery

... Nous avons des caractères très différents et, malgré mes efforts pour m'habituer, je n'y suis jamais parvenue. Ma belle-mère donne son avis et intervient dans tout.

Adeline

... Mon mari fait tout ce que sa mère lui dit. Ça me dépasse ! Elle vit loin, mais c'est comme si elle était là tous les jours. Heureusement que j'ai une famille merveilleuse qui m'aide énormément.

Mag

... Je n'ai aucune relation avec ma belle-mère et je ne m'en porte pas plus mal.

Marie

**BÉLIER**

(21/03 au 20/04)

Grâce à Mercure et à Mars, il exprime mieux ses désirs et ses besoins ; il veut que son point de vue soit pris en compte. Plus réfléchi, il fait preuve d'une grande intelligence analytique.

Heureux et souriant, il est possible qu'il fasse preuve d'une certaine indolence. Encouragez-le à essayer de nouvelles activités.

Parlez-lui beaucoup, il a besoin de stimuli verbaux.

**GÉMEAUX**

(21/05 au 21/06)

Avec la grande clarté mentale qu'apportent Mercure et le Soleil, il sait exactement ce qu'il veut et comment l'obtenir. Actif et énergique, il veut diriger les jeux avec ses amis et explorer de nouvelles choses.

Calme et rêveur, il a besoin de câlins et de protection. Il apprend de nouvelles façons de gérer les petites tâches du quotidien. Quand vous jouez avec lui, profitez-en pour retrouver la petite fille que vous étiez.

**LION**

(23/07 au 23/08)

Calme, heureux et plein de vie, il a envie de jouer avec vous et que vous lui racontiez des histoires. Faites une activité en famille pour qu'il sente le soutien et l'harmonie du groupe.

Un peu irritable et susceptible, il veut faire les choses à sa façon, même s'il se trompe sans arrêt. Ne vous inquiétez pas, soyez patiente, compréhensive, pleine d'humour et d'amour.

**BALANCE**

(23/09 au 22/10)

Sensible et affectueux, il est très communicatif. Écoutez ses idées, elles peuvent être source d'inspiration pour vous. Entourez-le de beaucoup d'amour et d'harmonie pour qu'il développe son potentiel.

Actif et dynamique, il veut faire plein de choses à la fois. Inquiet, il vous pose de nombreuses questions et se déconcentre facilement.

Maintenez une discipline et des routines pour l'aider à s'apaiser.

**SAGITTAIRE**

(23/11 au 21/12)

Sous l'influence de Jupiter, il dirige les jeux avec ses amis et veut être écouté par sa famille. Jouez beaucoup avec lui pour qu'il se sente toujours accompagné et faites-lui de gros câlins.

Vous le découvrez très organisé et habile de ses mains, surtout dans les jeux de construction. Avec la nouvelle Lune le 30, il vous confie une partie de ses secrets les plus intimes.

**VERSEAU**

(21/01 au 19/02)

Coquin, il vous fait des blagues à vous et à ses frères et sœurs. Uranus le rend particulièrement créatif et espiègle. Faites attention aux éventuelles chutes et ne le perdez pas de vue une minute.

Protecteur et très attaché à sa famille, il vous aide à la maison. La pleine Lune le 15 renforce son amour pour ses grands-parents. Il invente des histoires et vous les raconte ; écoutez-le avec attention !

**TAUREAU**

(21/04 au 20/05)

**CANCER**

(22/06 au 22/07)

**VIERGE**

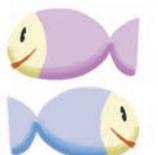
(24/08 au 22/09)

**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 !

