

Effectuer la mise au sein

Serrer les fesses du bébé contre votre corps avec le côté de votre avant-bras (celui du petit doigt)

- Ceci vous permettra de l'amener au sein en pointant le mamelon vers son palais
- La main de la mère est sous le visage du bébé, paume vers le haut.
- La tête est soutenue mais PAS poussée contre le sein.
- La tête est légèrement basculée en arrière.
- Le corps et les jambes du bébé sont enroulés autour de la mère.
- Utilisez tout votre bras pour amener le bébé au sein, quand sa bouche est **grande ouverte**.
- Le menton et la mâchoire inférieure touchent le sein en premier.

REGARDEZ LA LEVRE INFÉRIEURE, **la placer aussi loin de la base du mamelon que possible**, afin que la langue prenne une **bonne bouchée de sein**

Bouger le corps et la tête du bébé ensemble, le plus étendu possible.

Une fois la mise au sein effectuée, la lèvre du haut sera proche du mamelon, l'aréole est visible au-dessus de la lèvre supérieure. Le menton doit rester contre le sein.



Poser la paume de la main fermement contre les épaules du bébé en gardant le bébé "allongé", le menton étant le premier en contact avec le sein



Bouche largement ouverte/bâillement

Il est nécessaire que la **bouche soit grande ouverte avant** que le bébé soit mis au sein. Apprendre au bébé à ouvrir grand la bouche (à bâiller) :

- Amener le bébé devant le sein et toucher le mamelon avec la lèvre supérieure
- reculer LÉGÈREMENT la bouche
- toucher le mamelon avec la lèvre supérieure de nouveau et reculer de nouveau
- ***répéter jusqu'à ce que le bébé ouvre grandement*** la bouche et qu'il sorte la langue

- **Ou**, encore mieux, effleurer la lèvre **supérieure**, d'un coin à l'autre, avec le mamelon, jusqu'à ce qu'il ouvre grandement la bouche

Vue DE la mÈre au moment de la mise au sein



Le corps du bébé est tout contre sa mère

VUE DE LA MÈRE DURANT LA TÉTÉE



Soutenir fermement les épaules pour maintenir le bébé "déroulé"

Recommandations pour la mère

Posture de la mère

- assise avec le dos droit bien soutenu
- le thorax face à l'avant, les genoux à plat

Position du bébé avant que la tétée ne commence

- sur un oreiller peut être utile
- le mamelon pointe vers la lèvre supérieure ou les narines

Le corps du bébé

- pas complètement ventre à ventre mais de manière à ce que le bébé vienne au sein depuis le *bas* et que son oeil le plus haut puisse établir un contact visuel avec sa mère.

Soutenir le sein

- affermir les tissus intérieurs en élevant légèrement le sein avec les doigts placés à plat sur la cage thoracique et le pouce sur le dessus et pointé vers le haut (si c'est utile vous pouvez également utiliser une écharpe de bandage tenseur autour du sein)

Amener rapidement le bébé au sein

- tête légèrement inclinée en arrière, appuyant sur les épaules afin que le menton et la mâchoire inférieure (pas le nez) soient les premiers en contact avec le sein alors que la bouche est toujours grande ouverte, garder le bébé allongé (ce qui signifie la langue plus près du sein); la lèvre inférieure vise le plus loin possible du mamelon ainsi la langue du bébé entraîne en bouche la plus grande partie possible du sein.

Mises en garde

La mère doit ÉVITER de

- Écraser son sein contre sa poitrine
- "Courir après" son bébé avec son sein
- Secouer son sein de haut en bas
- Tenir le sein avec les doigts en ciseaux
- Ne pas soutenir le sein

- Tourner son corps vers le bébé au lieu de le reculer légèrement
- Pointer le mamelon au centre de la bouche du bébé
- Tirer le menton du bébé pour lui faire ouvrir la bouche
- Tourner la tête du bébé pour qu'il attrape le sein
- Amener le sein dans la bouche du bébé au lieu d'amener le bébé au sein
- Amener le bébé au sein sans un bâillement adéquat
- Ne pas amener assez rapidement le bébé au sein au point culminant du bâillement
- Avoir le nez du bébé qui touche le sein en premier plutôt que le menton
- Écarter le sein du nez du bébé (pas nécessaire si le bébé prend bien le sein, étant donné que le nez sera dégagé de toute façon)

Voir les vidéos sur ce site pour plusieurs exemples visuels de ce qui est décrit ici.

Traduction de "*When Latching*", révisé en janvier 2005, par Jack Newman

Illustrations par Anne Barnes

Version française, mai 2005, par Stéphanie Dupras, IBCLC, RLC
