

Au cours des deux premiers mois:

Quelques trucs à essayer :



De nombreux bébés ont des «poussées de croissance» ou des jours où ils boivent fréquemment au fur et à mesure qu'ils grandissent. Cela se produit vers 3 semaines et vers 6 semaines. Vous remarquerez soudainement que votre bébé, habituellement heureux, se mettra à pleurer beaucoup et voudra téter beaucoup plus souvent – parfois toute la journée ! C'est normal. Habituellement, après deux ou trois jours, votre bébé reprendra ses habitudes d'allaitement et semblera plus satisfait. Ces jours de tétées fréquentes ont augmenté votre production de lait pour répondre à ses besoins.

Qu'est-ce que cela pourrait être d'autre ? La plupart du temps, les pleurs ou les agitations d'un bébé n'ont rien à voir avec l'allaitement. Les bébés sont tous différents : certains sont plus sensibles et intenses que d'autres. Un bébé pourrait ne pas se réveiller si un chien aboie, tandis qu'un autre se réveillera en pleurant et continuera à pleurer. Pleurer est le meilleur moyen de communication de votre bébé. Il n'essaie pas de vous rendre fou ou de vous manipuler; il essaie de vous faire savoir que «quelque chose ne va pas !»

Comment savoir ce qui ne va pas ? Parfois, votre bébé pleure parce qu'il veut être près de vous, entendre votre voix et ressentir votre chaleur, tout comme il le faisait avant sa naissance. Au fil du temps, vous apprendrez à connaître votre bébé et à comprendre ses cris et ses signaux uniques.

- Offrez le sein, même si votre bébé a bu il y a peu de temps. Il a peut-être juste besoin d'un petit dessert ! Même s'il n'a pas très faim, l'allaitement peut le calmer.
- Tenez-le près de vous, peut-être en le déshabillant pour que vous puissiez être peau à peau. Ce contact aide souvent le bébé à arrêter de pleurer.
- Faites une promenade avec lui. Les bébés adorent bouger et ils adorent le rythme d'un adulte qui marche. Utilisez une écharpe de portage ou un porte-bébé souple, ou portez-le simplement lorsque vous vous promenez dans votre cuisine ou dehors. Vous pouvez également vous bercer dans un fauteuil à bascule.
- Parlez-lui ou chantez-lui une berceuse. Votre bébé a écouté votre voix pendant des mois avant sa naissance et il adore ce son.
- Prenez un bain ensemble. Si votre bébé se sent tendu, se blottir contre vous dans de l'eau chaude pourrait bien être la relaxation dont il a besoin. Une seconde personne peut placer le bébé dans vos bras une fois que vous êtes dans l'eau.
- Si rien de cela ne fonctionne, essayez à nouveau d'offrir le sein. Il est peut-être prêt à prendre le sein et à téter un peu plus maintenant.

Un coup de main ...

Parfois, tout ce que vous pouvez faire pour votre bébé est d'être là pendant qu'il pleure. Il sera rassuré par votre contact et votre proximité, même s'il continue à pleurer. Si votre bébé pleure beaucoup et que vous devenez frustrée, demandez à quelqu'un de vous aider. Peut-être que votre partenaire, un ami ou un membre de la famille peut tenir ou porter le bébé pendant que vous faites une pause.

Voici la bonne nouvelle : même un bébé qui pleure beaucoup a tendance à pleurer de moins en moins à mesure qu'il atteint l'âge de deux ou trois mois. Votre amour et votre soutien l'aideront à apprendre que le monde est un endroit bienveillant et qu'il peut être confiant que vous serez là pour lui.



Pourquoi mon bébé pleure-t-il ?

Ligue La Leche

ligue_la_leche

1 866 ALLAITE

information@allaitement.ca



Pourquoi mon bébé pleure-t-il ?

Tous les bébés pleurent et certains pleurent beaucoup. Lorsque c'est votre bébé qui pleure beaucoup, cela peut aussi être très frustrant et bouleversant pour vous. Vous essayez de lui faire faire un rot, de le bercer et... il pleure toujours. Qu'est-ce qui ne va pas? Cela pourrait vous amener à penser que vous ne produisez pas assez de lait pour le combler. Ou penser que votre lait n'est pas assez bon. Ou peut-être craignez-vous que quelque chose que vous mangez perturbe son ventre à travers votre lait. Vous n'êtes pas seule à avoir ces préoccupations. Beaucoup de mères s'inquiètent de ces choses. Pourtant, la plupart du temps, les pleurs de votre bébé n'ont rien à voir avec la qualité ou la quantité de lait dans vos seins. La vérité est qu'il y a de nombreuses raisons pour lesquelles les bébés pleurent. Les pleurs sont une façon pour votre bébé de communiquer avec vous, mais au début, il peut être difficile de comprendre ce qu'il essaie de vous dire.

Durant les premiers jours :

Votre bébé s'adapte à la vie dans le monde. Il a vécu de gros changements ! Lorsqu'il s'agite ou pleure, lui offrir le sein peut facilement le réconforter. Au début, vos seins produisent de petites quantités de colostrum, mais votre bébé est apaisé en tétant, en étant tenu peau à peau et en entendant votre voix et votre rythme cardiaque qui lui sont familiers. Ses tétées fréquentes signalent également à vos seins de produire plus de lait. Il est peu probable qu'il suive un schéma ou un horaire fixe pour s'alimenter. Il peut être au sein très fréquemment pendant quelques heures, puis dormir plus longtemps. Ou il pourrait simplement avoir un horaire irrégulier avec ses tétées. Certains bébés tètent 8 ou 9 fois par jour, d'autres tètent plus de 12 fois par jour. Tout ça est normal!

La référence en allaitement

Problèmes de pleurs et d'allaitement

Cela peut être très frustrant lorsque vous essayez d'allaiter, mais le bébé pleure et n'arrive pas à trouver le mamelon ou à téter correctement. Il peut être utile de simplement câliner votre bébé contre votre peau nue avec sa tête près de votre épaule pendant quelques minutes, jusqu'à ce qu'il se calme. Puis réessayez.

Essayez peut-être une position décontractée pour qu'il puisse sentir votre peau et commencer à se déplacer lui-même vers le sein. N'oubliez pas qu'il apprend à faire quelque chose de nouveau, il peut donc lui falloir plus de quelques minutes pour prendre le sein. Soyez patiente avec votre bébé et demandez de l'aide (à une monitrice de la Ligue La Leche, une consultante en lactation, une sage-femme ou une infirmière) si vous êtes inquiète.



Après le troisième ou le quatrième jour :

À ce stade, la quantité de lait dans vos seins augmentera considérablement. Votre bébé peut avoir du mal à prendre les seins plus volumineux, ce qui peut provoquer plus de pleurs. Essayez d'exprimer un peu de lait pour ramollir vos seins et l'aider à prendre le sein. Si cela ne fonctionne pas, demandez de l'aide. Votre bébé a perdu du poids au cours des premiers jours (car il s'est débarrassé du caca de couleur sombre appelé méconium qui était auparavant dans ses intestins), mais maintenant il commencera à en prendre.

Généralement, les bébés prennent entre 5 et 8 onces ou 140-250 grammes chaque semaine. Cela signifie qu'il reçoit beaucoup de lait, un souci que vous pouvez rayer de votre liste ! Entre les contrôles de poids, veuillez simplement vous assurer qu'il fasse au moins 6 couches lourdes et humides et 3 ou 4 couches de caca toutes les 24 heures (il peut faire caca moins souvent après un mois.)

Si votre bébé ne prend pas de poids comme prévu après le quatrième jour, parlez-en à votre médecin ou à votre sage-femme. Il y a des choses que vous pouvez faire pour aider votre bébé à prendre plus de lait au sein.

Votre bébé pleure beaucoup le soir ? De nombreuses mères trouvent que leurs bébés sont très difficiles le soir. Si vous le pouvez, détendez-vous simplement sur le canapé ou dans un fauteuil à bascule et laissez le bébé téter autant qu'il le souhaite.

Vous craignez que quelque chose que vous mangez ou buvez dérange votre bébé ? La plupart des bébés ne sont pas dérangés par ce que leur mère mange ou boit mais certains le sont. Vous pouvez en parler à une monitrice de la Ligue La Leche ou à une consultante en lactation si vous pensez que c'est un problème pour votre bébé.

