



La sortie de maternité

Actualisation des conseils aux familles: quoi, quand, comment ?

I. HARREWIJN, O. PIDOUX, C. LAPOIRIE, A. GUILLAUME, S. LAPEYRE,
S GUYON (CRRMIN Montpellier)



La sortie de maternité: quand?





HAUTE AUTORITE DE SANTE

SYNTHESE DE LA RECOMMANDATION DE BONNE PRATIQUE

SORTIE DE MATERNITE APRES ACCOUCHEMENT:

Conditions et organisation du retour à domicile des mères
et de leurs nouveau-nés

Mars 2014

La **durée de séjour standard** a été définie comme une durée d'hospitalisation :

- de 72 heures à 96 heures après un accouchement par voie basse
- de 96 heures à 120 heures après un accouchement par césarienne.

Une **sortie précoce** est définie comme toute sortie de maternité :

- au cours des 72 premières heures après un accouchement par voie basse
- au cours des 96 premières heures après un accouchement par césarienne.

couples mère-enfant à bas risque médical, psychique et social

Critères de sortie de maternité et les modalités d'accompagnement après la sortie de maternité reposent sur plusieurs éléments

- ❑ intérêt de la mère et de l'enfant (souhait, conditions environnementales et sociales favorables, indication médicale)
- ❑ délai d'adaptation du nouveau-né à la vie extra-utérine : absence de risque (risque limité) de complications pour l'enfant
- ❑ maintien d'une organisation et d'un circuit pour les tests de dépistage néonataux
- ❑ utilisation des ressources de santé disponibles au niveau local, en privilégiant l'organisation en réseaux.





HAUTE AUTORITE DE SANTE

SYNTHESE DE LA RECOMMANDATION DE BONNE PRATIQUE

Points forts:

- Définition des paramètres de surveillance de la mère et l'enfant
- Définition de la population mère/enfant à **bas risque**
- Deuxième examen du nouveau-né **entre J6 et J10**
- Notion **d'entretien postnatal précoce** (mamans) préférentiellement entre J8/J15 (2 séances postnatales) (programme d'accompagnement du retour à domicile (PRADO) mis en place par l'Assurance maladie étendu au niveau national depuis 2013)
- Continuité du parcours patient: prénatal-postnatal-ambulatoire

Conseils de sortie de maternité: quand, qui, quoi?



Pas de recommandations officielles

- Beaucoup d'intervenants:
 - À la maternité: sage femme, auxiliaire de puériculture, puéricultrice, pédiatre
 - Lors du suivi en post- partum: puéricultrice PMI, sage femme, pédiatre, médecin généraliste, kinésithérapeute, ostéopathe....
- Informations contradictoires
- Perte efficacité
- Durée de séjour court: conseils doivent être répétés

Hypothèse: les conseils lors du séjour en maternité ont un impact insuffisant



- Questionnaire auprès des futures mamans lors d'une consultation prénatale au CHU Montpellier :
 - 101 futures mamans: 71,82% insatisfaites de la prévention MIN
 - 73,42% souhaiteraient conseils pendant la grossesse
 - Principales sources d'information: entourage (59,55 %,) internet (38,20 %), SPN (20,22 %)
- Questionnaire auprès des mamans en maternité après conseils de prévention MIN:
 - 74% des 94 mamans interrogées en maternité déclarent ne pas changer leurs habitudes de couchage après conseils (matériel de puériculture acheté)

Solutions :



- Conseils de puériculture et de prévention à aborder lors des cours de préparation à la naissance
- Fiches en maternité : aborder certains sujets lors de passage en chambre, cocher si sujet abordé
- Recommandations officielles: messages cohérents

Conseils de sortie de maternité: quoi?

Site officiel  Périnatalité

☐ S'occuper de bébé

- Allaitement
- Biberon
- La toilette
- Les pleurs
- Comment moucher bébé
- Infections virales et les bons gestes
- Matériel de puériculture
- Chambre de bébé
- Les écrans

☐ Soigner bébé: fièvre, RGO, vaccins, bronchiolite

☐ Porter et tenir bébé

☐ Le sommeil de bébé: comment dort-il, comment le coucher, troubles de sommeil

☐ Alimentation de bébé



Conseils de sortie de maternité: quoi ?

Support Maternité Arnaud de Villeneuve

CHU
MONTPELLIER
CENTRE HOSPITALIER
MONTPELLIER

Département de
Gynécologie Obstétrique

**Retour à la maison
avec mon bébé**

Pôle Naissance
et Pathologies de la Femme

Hôpital Arnaud de Villeneuve
371, Avenue du Doyen Gaston Girard
34295 Montpellier cedex 5

Le couchage

Votre enfant sur une table à langer, le canapé, votre lit ou dans le bain doit toujours être surveillé.



- Coucher votre bébé sur le dos à plat dans une turbulette uniquement.
- Les tours de lit (uniquement au pied du lit) doivent être solidement attachés et calés avec le matelas.
- Peluches et doudous ne sont pas conseillés dans le lit du bébé.
- Laisser le cou de votre enfant bien dégagé (bavoir, médaille, accroche sucette, ...).



La température de la chambre doit être comprise entre 18° et 20°.

La température



La température normale est comprise entre 36°5 et 37°5 en rectal.

- Il n'est pas utile de la vérifier tous les jours sauf si votre enfant a un comportement inhabituel.
- En dessous de 36°5, couvrir votre bébé. Au dessus de 37°5, découvrir progressivement votre bébé et l'hydrater (sein ou biberon).



Contactez un pédiatre si votre enfant a plus de 38° avant 3 mois et plus de 38°5 après 3 mois.

Ne pas oublier de le découvrir et de lui donner un antipyrétique.

Conseils de sortie de maternité: quoi ?

Support Maternité Arnaud de Villeneuve

Les soins

♦ Se laver les mains avant et après les soins.
Le bain peut être donné tous les jours ou tous les 2 jours.



L'eau du bain est à 37°.

- ♦ Penser à faire le change à chaque tétée avec du savon ou du liniment oléo-calcaire. Éviter au maximum les lingettes.
- ♦ Laver le cordon une fois par jour jusqu'à cicatrisation complète.
- ♦ Penser à donner les vitamines prescrites par le pédiatre.



Les ongles peuvent être coupés à partir de 1 mois de vie avec des ciseaux à bout rond.

Les pleurs



Un bébé qui pleure n'est pas forcément triste, souffrant ou affamé.

- ♦ Le pleur est un signal d'appel, votre enfant a besoin de vous.
- ♦ S'assurer qu'il n'a pas faim, qu'il n'a pas chaud ou froid, que la couche est propre.
- ♦ Essayez ensuite de trouver une réponse : proximité, ambiance plus calme, baisse de la lumière, moins de monde, mouvements qui bercent, positions de regroupement, massage du ventre, passer le relais au conjoint ou à une autre personne de confiance.
- ♦ Rappelez-vous qu'il ne faut jamais secouer un bébé pour le faire taire.



Les sorties

- ♦ Elles sont possibles tout de suite mais en évitant les lieux très fréquentés.
- ♦ Privilégier l'après-midi en hiver, le matin et/ou soir en été.
- ♦ Une nacelle sécurisée est recommandée pour les longs trajets et se place sur le siège arrière de la voiture, fixée avec les 2 ceintures de sécurité et bébé attaché dans la nacelle.
- ♦ La coque doit être utilisée au maximum 30 minutes par jour avant 3 mois et se place à l'avant ou à l'arrière de la voiture dos à la route. Penser à désactiver l'airbag.

Le suivi

- ♦ Votre bébé sera vu par un pédiatre ou un médecin généraliste dans son premier mois de vie puis tous les mois. Penser à apporter le carnet de santé à chaque consultation.
- ♦ Le suivi mensuel de votre enfant peut être fait par la Protection Maternelle Infantile (PMI) sauf maladie.
- ♦ Si vous avez besoin de faire peser votre enfant ou poser des questions, une sage-femme libérale et/ou une puéricultrice de PMI peut intervenir à domicile ou au centre de PMI.



Conseils de sortie de maternité: quoi ?

Sommeil



- Rythme de sommeil
- Modalités de couchage
- Prévention plagiocéphalie
- Prévention de la MIN

Sommeil / Soins du bébé/ Alimentation/ Suivi et surveillance du bébé/ Environnement
- Sorties – Installation-Sécurité/ Prévention infectieuse/ Pleurs du bébé/ Motifs de consultation médicale

Conseils de sortie de maternité: quoi ?

Soins du bébé



- Lavage des mains
- Changes
- Cordon : soins, évolution normale
- Bain : température, fréquence
- Température du bébé
- Vitamines D +/- K
- Lavage de nez / DRP
- « Coupe des ongles »
- Produits de soins/ hydratation de la peau

Sommeil / **Soins du bébé** / Alimentation/ Suivi et surveillance du bébé/ Environnement
- Sorties – Installation-Sécurité/ Prévention infectieuse/ Pleurs du bébé/ Motifs de consultation médicale

Conseils de sortie de maternité: quoi ?

Alimentation



- Fréquence, rythme et durée des tétées
- Efficacité des tétées
- Aspect et fréquence des selles et des urines
- Rot / régurgitations
- AM : associations d'allaitement, recueil de lait, tire lait, conservation du lait, réchauffage, reprise du W maternel
- Préparations pour nourrisson : préparations, rations, réchauffage, eau

Sommeil / Soins du bébé / **Alimentation** / Suivi et surveillance du bébé / Environnement
- Sorties – Installation-Sécurité/ Prévention infectieuse/ Pleurs du bébé/ Motifs de consultation médicale

Conseils de sortie de maternité: quoi ?

Suivi et surveillance du bébé



- Information sur la PMI
- Sage femme libérale
- Organisation du suivi pédiatrique
- Carnet de Santé
- Certificat
- Vaccinations

Sommeil /Soins du bébé /Alimentation/ ***Suivi et surveillance du bébé***/ Environnement
- Sorties – Installation-Sécurité/Prévention infectieuse/Pleurs du bébé/Motifs de consultation médicale

Conseils de sortie de maternité: quoi ?

Environnement, sorties, sécurité



- Conseils d'habillage
- Modalités de transport
- Promenades (hiver/été)
- Exposition / protection solaire
- Installation du bébé / motricité spontanée
- Portage : en écharpe / porte bébé

Sommeil / Soins du bébé / Alimentation/ Suivi et surveillance du bébé/ **Environnement**
- Sorties -Installation-Sécurité/ Prévention infectieuse/ Pleurs du bébé/ Motifs de
consultation médicale

Conseils de sortie de maternité: quoi ?

Pleurs du bébé



- Différentes causes
- Quid des coliques et que faire ?
- Bras / portage
- Sucette

Sommeil / Soins du bébé / Alimentation / Suivi et surveillance du bébé / Environnement
- Sorties – Installation-Sécurité / Prévention infectieuse / **Pleurs du bébé** / Motifs de consultation médicale

Conseils de sortie de maternité: quoi ?

Prévention infectieuse



- Prévention virale : bronchiolite / GEA
 - fratrie, enfants < 6 ans, lavages des mains, masques, lieux confinés...
- Vaccination parentale : cocooning
 - Coqueluche, grippe

Sommeil / Soins du bébé / Alimentation / Suivi et surveillance du bébé / Environnement
- Sorties – Installation-Sécurité/ **Prévention infectieuse**/ Pleurs du bébé/ Motifs de consultation médicale

Conseils de sortie de maternité: quoi ?

Motif de consultation urgente



- Fièvre $> 38^{\circ}\text{C}$ $< 3\text{mois}$ puis $> 38.5^{\circ}\text{C}$ ou hypothermie $< 36^{\circ}\text{C}$
- Vomissements verts
- Selles blanches décolorées
- Difficultés respiratoires, obstruction nasale surtout avant un mois
- Selles liquides aqueuses abondantes fréquentes

Sommeil /Soins du bébé /Alimentation/ Suivi et surveillance du bébé/ Environnement
- Sorties – Installation-Sécurité/Prévention infectieuse/Pleurs du bébé/**Motifs de consultation médicale**

Conseils de sortie de maternité: quoi

Ordonnance



- **VITAMINE D :** A donner tous les jours jusqu'aux 18 mois de l'enfant ... 1 flacon
Cholécalciférol (vitamine D3) : solution buvable en goutte à 10.000 UI/ml
ADRIGYL (333 UI/gtte) ou ZYMA D (300 UI/gtte) 3 ou 4 gouttes sur la langue une fois par jour
- **VITAMINE K1 :** solution buvable à 0.2ml / 2 mg 1 boîte
 - 1 ampoule de 0.2 ml entre J4 et J7
 - 1 ampoule de 0.2 ml au 1 mois de l'enfant en allaitement maternel exclusif
 - 1 ampoule de 0.2 ml une fois par semaine le pendant 1 mois
- **Compresse stériles non tissées 7.5 x 7.5** 2 boîtes grands formats
Pour les soins du cordon en 3 étapes : lavage avec une compresse d'eau "savonneuse" ("savon" du bain du bébé), rinçage avec une compresse d'eau et séchage avec une compresse sèche à réaliser 3 fois / jour jusqu'à chute du cordon
- **+/- Lotion asséchante type CYTELIUM Spray asséchant A-DERMA** 1 application 3 fois / jour après les soins du cordon
- **Sérum physiologique unidose :**1 boîte
Pour le lavage des yeux (à la compresse), du nez et des oreilles
Le reste du visage se nettoie à l'eau.
- **Solution antiseptique BISEPTINE**..... 1 flacon de 250 ml ou 1 flacon pulvérisateur de 100 ml
- **Liniment oléo-calcaire** à faible teneur en conservateurs et excipients type COOPER ou GIFRER 1 flacon
- Crème de protection en cas d'irritation du siège ou des plis type Crème Cuivre-Zinc 1 tube

Conseils de sortie de maternité: Carnet de santé

Carnet de santé

Nom : _____

Prénom : _____

SPÉCIMEN



Conseils aux parents

Dès la naissance se crée une rencontre privilégiée faite d'échanges entre vous et votre enfant, par les regards, l'odeur, le toucher, la voix, la parole : prenez l'habitude de lui parler.



Le bain de votre bébé

La bonne température de l'eau pour son confort et sa sécurité est de 37°C. Vérifiez toujours la température à l'aide d'un thermomètre de bain avant de plonger doucement bébé dans l'eau. Tenez toujours votre bébé quand il est dans son bain.



Rythme de vie

Respectez les horaires de repas et de sommeil de votre bébé.

Les pleurs

Votre bébé pleure. C'est une de ses manières de s'exprimer, d'attirer votre attention : il a faim, sa couche est sale, il a trop chaud, il a sommeil, il veut un câlin, etc. Vous apprendrez progressivement la signification des pleurs.



S'il ne pleure pas comme d'habitude, que rien ne le console, appelez votre médecin.

Si vous êtes déconcertés, si vous ne supportez plus ses pleurs, ne criez pas, et surtout, ne le secouez pas. Secouer un bébé peut le laisser handicapé à vie.



Carnet de santé (2)

Alimentation

Pendant les six premiers mois, votre enfant n'a pas besoin d'autres aliments que le lait (voir tableau d'introduction des aliments pages 28 et 29).

Si vous l'allaitez

Votre lait est l'aliment le mieux adapté aux besoins de votre enfant. Continuez d'allaiter aussi longtemps que vous le souhaitez ou que vous le pouvez.

- Au début, donnez le sein à la demande.
- Pendant les 4 ou 6 premières semaines au moins, il vaut mieux éviter l'allaitement mixte (sein et biberon).
- L'alcool que vous buvez passe dans le lait. Ne buvez pas d'alcool pendant toute la durée de l'allaitement. De même, ne prenez pas de médicaments sans avis médical.
- Pour votre bien-être et celui de votre enfant, n'arrêtez pas l'allaitement brutalement. Remplacez les tétées de façon progressive, sur plusieurs semaines.
- Si vous rencontrez quelques difficultés pour allaiter, ne vous découragez pas : prenez conseil auprès de votre médecin, de professionnels de la Protection Maternelle et Infantile, d'autres femmes qui allaitent ou d'associations de promotion de l'allaitement.



Si vous lui donnez le biberon

- Le type de lait qui convient à votre bébé, les quantités à donner et le mode de reconstitution * vous seront indiqués lors des visites mensuelles chez votre médecin ou à la consultation de P.M.I.
- Le lait peut être donné à température ambiante.
- Agitez toujours le biberon, puis vérifiez la température du lait en versant quelques gouttes sur la face interne de votre avant-bras.
- Ne réchauffez pas le biberon au four à micro-ondes : la qualité nutritionnelle peut être altérée, il y a un risque de brûlures graves de la bouche et de la gorge.



Sommeil

Couchez votre bébé sur le dos, dans son propre lit rigide et profond, sur un matelas ferme, dans une « turbulette » ou « gigoteuse » adaptée à sa taille. La température de la chambre doit être à 19°C. N'utilisez pas d'oreiller, de couverture ou de couette.



Ne le couvrez pas trop.



Couchez votre bébé sur le dos, jamais sur le ventre, ni sur le côté, seul dans son lit.

Ne fumez jamais en présence de votre bébé. Le tabac est dangereux.

Respecter ces conseils permet de réduire au maximum le risque de mort subite du nourrisson.

Ne donnez jamais à votre bébé de médicaments pour dormir.

Ne l'habituez pas à s'endormir avec son biberon.

CD

Carnet de santé (3)

Sa santé

Pour limiter la transmission des infections

- prenez soin de bien vous laver les mains avant de vous occuper de votre bébé,
- évitez qu'on l'embrasse sur le visage et les mains, surtout si la personne est malade ou enrhumée,
- évitez les lieux publics très fréquentés, par exemple centres commerciaux, transports en commun... (particulièrement en période d'épidémie de bronchiolite).

Avant 3 mois, si votre bébé

- a la diarrhée, (selles brutalement plus liquides et plus fréquentes), il peut se déshydrater rapidement, surtout s'il vomit. Donnez-lui à boire une solution de réhydratation orale* tous les quarts d'heure par petites quantités à la fois.
- a de la fièvre (température rectale supérieure à 38°C), découvrez-le, donnez-lui à boire.
- est gêné pour respirer.
- a un comportement inhabituel.

Faites-le examiner rapidement par un médecin.
Ne lui donnez pas de médicament sans avis médical.

Sa sécurité

N'ajoutez jamais votre bébé seul

- dans son bain, sur la table à langer,
- à la maison, dans la voiture,
- à la garde d'un autre enfant,
- dans une pièce avec un animal, même très familier.

Évitez les chaînes et les cordons autour du cou. Dans tous les cas, pensez à les retirer quand vous le couchez.

Ne le laissez pas boire son biberon seul.

Veillez à ce que le matériel utilisé (siège, lit, etc.) soit homologué.

En voiture, attachez votre bébé dans un dispositif adapté à son poids, homologué par la sécurité routière.



Les troubles sensoriels

Des troubles sensoriels vue et audition, peuvent gêner le développement de votre enfant. En cas de problème, une prise en charge précoce est recommandée.

LA VISION de votre bébé se développe dès les premières semaines de vie, soyez vigilants si :

- il y a des antécédents de troubles oculaires dans votre famille,
- votre enfant est né prématurément,
- vous observez qu'un œil est rouge,
- votre enfant louché, en permanence ou par moments,
- ses yeux larmoient en permanence,
- vous observez un reflet blanc dans le noir de la pupille,
- vous trouvez que son regard est inexpressif qu'il cligne des yeux ou les plisse souvent.



L'AUDITION de votre bébé est essentielle pour apprendre à parler. S'il n'entend pas bien, il existe de nombreuses possibilités pour l'aider.

Dès la naissance, soyez vigilants si :

- votre enfant ne réagit pas aux bruits inattendus,
- quelqu'un dans votre famille a porté une prothèse auditive avant l'âge de 50 ans,
- vous vous posez des questions sur l'audition de votre enfant.

Si vous avez remarqué quelque chose, si vous vous posez des questions, parlez-en rapidement à votre médecin, qui vous conseillera et vous adressera à un spécialiste si nécessaire.



PROTÉGEZ-MOI !

Les règles d'or de ma première année

Support:

- développé par le groupe de travail « prévention » de l'association ANCREMIN en collaboration avec des pédiatres du « groupe des rédacteurs »
- remplace ancien support « je dors sur le dos » de Naître et Vivre
- choix d'une plaquette « multi prévention »
- conseils pour la première année de vie



Je fais dodo sur le dos ! ...

... Sur un matelas ferme,
sans oreiller ni couette



Prévention de la mort subite
du nourrisson



PROTÉGEZ-MOI DE L'APLATISSEMENT DE MA TÊTE

DORMIR SUR LE DOS NE FAVORISE PAS
L'APLATISSEMENT DE MA TÊTE À CONDITION
QUE JE SOIS LIBRE DE TOUTS MES MOUVEMENTS.

POUR FACILITER MES MOUVEMENTS

- Je suis installé à plat sur une surface ferme (tapis d'éveil, parc).
- Mes jouets sont disposés autour de moi.
- J'aime découvrir par moi-même.
- J'aime être avec vous.

Si j'ai tendance à tourner la tête toujours du même côté quand je suis éveillé, attirez mon attention du côté opposé.

Je ne suis pas dans une coque (sauf pour le transport) ni dans un pouf ou un cocon car je ne bouge pas librement.



PROTÉGEZ MA SANTÉ EN RESPECTANT MON ENVIRONNEMENT

FAVORISEZ L'ALLAITEMENT MATERNEL

NE FUMEZ PAS EN MA PRÉSENCE

Le tabac augmente les risques d'infections, d'asthme et de mort inattendue du nourrisson.

PROTÉGEZ-MOI DES INFECTIONS

- Avant de vous occuper de moi, lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon.
- Évitez de me mettre en contact avec des personnes malades.
- Je suis sensible aux microbes, évitez de m'amener dans les lieux publics très fréquentés, surtout en période hivernale.
- Mes vaccins doivent être à jour tout comme ceux des membres de ma famille (fratrie, parents, grands-parents...) et ceux des personnes qui me gardent.

CONTACTEZ MON MÉDECIN SI :

- Je ne me comporte pas comme d'habitude.
- J'ai une température supérieure à 38°C ou inférieure à 36°C (pour les nourrissons de moins de 3 mois).
- Je suis gêné pour respirer même après m'avoir nettoyé le nez.
- Je vomis.
- J'ai des selles fréquentes, abondantes et liquides.



SAMU 15
ou 112 portable portable

PROTÉGEZ-MOI !



**Les règles d'or
de ma première année**



PROTÉGEZ-MOI

TOUT AU LONG DE MA JOURNÉE

NE ME LAISSEZ JAMAIS SEUL

- Sur ma table à langer (risque de chute),
- Dans mon bain (risque de noyade),
- Dans une pièce avec un animal même familier,
- Dans la voiture,
- Sous la surveillance d'un autre enfant.

L'écoute bébé ne remplace jamais la présence des adultes.



SOYEZ ATTENTIF

- Ne me laissez pas boire seul mon biberon (risque de fausse route).
- Protégez moi du soleil, je risque de me déshydrater et de prendre des coups de soleil.
- Évitez les chaînes et colliers autour de mon cou, ainsi que les attaches sucettes pendant mon sommeil (risque d'étouffement).
- N'utilisez pas le trotteur (risque de chute ou autres traumatismes).

NE ME SECQUEZ PAS

Parfois mes pleurs deviennent difficiles à supporter. Demandez alors de l'aide (famille, amis, médecin traitant, PMI, urgences). Évitez de crier et surtout ne me secouez pas (risque de décès ou de handicap à vie).



PROTÉGEZ-MOI

LORS DE MES DÉPLACEMENTS

POUR MES PROMENADES

Je suis mieux dans un landau, puis dans une poussette en fonction de mon âge, sous le regard de mes parents.



POUR LE TRANSPORT EN VOITURE

Je dois être attaché :

- Soit dans un siège auto adapté à mon âge,
- Soit dans une nacelle.

La coque est un moyen de transport et non un lieu de sommeil (risque de malaise et d'aplatissement de la tête).

www.securite routiére.gov.fr



EN ÉCHARPE OU PORTE BÉBÉ

Ma tête, mon nez et ma bouche sont bien dégagés et à l'air libre.

- Je suis en position verticale, la tête soutenue.



PROTÉGEZ MON SOMMEIL

EN PRÉVENTION DE LA MORT INATTENDUE DU NOURRISSON

DÈS LA NAISSANCE, JE DORS UNIQUEMENT SUR LE DOS TANT QUE JE NE ME RETOURNE PAS TOUT SEUL

- Jamais sur le ventre (risque d'asphyxie), ni sur le côté (risque de basculer sur le ventre), bien à plat dans une turbotette à ma taille et adaptée à la saison.

Si je supporte mal la position sur le dos pour dormir, mes parents doivent en discuter avec mon médecin.



JE DORS DANS MON LIT DE BÉBÉ, RIGIDE À BARREAUX

- Sur un matelas ferme, aux dimensions du lit, sans tour de lit, pour ne pas risquer de m'étouffer.
- Si je dors dans un lit parapluie, de façon occasionnelle, ne jamais rajouter de matelas, car je risque de me coincer.

JE DORS SEUL DANS MON LIT

- Jamais dans le lit de mes parents même quand je suis malade (risque d'étouffement).
- Je dors dans la même pièce que mes parents pendant mes 6 premiers mois.
- Je suis en sécurité : sans cale-tête, cale bébé, oreiller, coussin, cocon, peluches, couverture, chaîne, collier d'ambre, ou autre objet (risque de gêner ma respiration).

L'HIVER, JE DORS DANS UNE PIÈCE ENTRE 18 ET 20°C.
QUAND IL FAIT CHAUD, ON ME DÉCOUVRE.



NE ME LAISSEZ JAMAIS SEUL

- Sur ma table à langer (risque de chute),
- Dans mon bain (risque de noyade),
- Dans une pièce avec un animal même familier,
- Dans la voiture,
- Sous la surveillance d'un autre enfant.

L'écoute bébé ne remplace jamais la présence des adultes.

SOYEZ ATTENTIF

- Ne me laissez pas boire seul mon biberon (risque de fausse route),
- Protégez-moi du soleil, je risque de me déshydrater et de prendre des coups de soleil,
- Évitez les chaînes et colliers autour de mon cou, ainsi que les attaches sucettes pendant mon sommeil (risque d'étouffement),
- N'utilisez pas le trotteur (risque de chute ou autres traumatismes).

NE ME SECOUÉZ PAS

Parfois mes pleurs deviennent difficiles à supporter. Demandez alors de l'aide (famille, amis, médecin traitant, PMI, urgences). Évitez de crier et surtout ne me secouez pas (risque de décès ou de handicap à vie).



PROTEGEZ-MOI TOUT AU LONG DE LA JOURNÉE

NE ME LAISSEZ JAMAIS SEUL

- ☐ Sur la table à langer (risque de chute)
- ☐ Dans mon bain (risque de noyade)
- ☐ Dans une pièce avec un animal même familier
- ☐ Dans la voiture
- ☐ Sous la surveillance d'un autre enfant
- ☐ L'écoute bébé ne remplace jamais la présence des adultes



SOYEZ ATTENTIFS

- ☐ Ne me laissez jamais boire seul mon biberon (risque de fausse route)
- ☐ Protégez-moi du soleil, je risque de me déshydrater et de prendre un coup de soleil
- ☐ Évitez des chaînes et colliers autour de mon cou, ainsi que les attaches sucettes pendant mon sommeil (risque de strangulation)
- ☐ N'utilisez pas le trotteur (risque de chute ou autres traumatismes)

NE ME SECOUÉZ PAS

- ☐ Parfois mes pleurs deviennent difficiles à supporter
- ☐ Demandez alors de l'aide (famille, amis, médecin traitant, PMI, urgences)
- ☐ Évitez de crier et surtout ne me secouez pas (risque de décès ou handicap à vie)



POUR MES PROMENADES

Je suis mieux dans un landau, puis dans une poussette en fonction de mon âge, sous le regard de mes parents.



POUR LE TRANSPORT EN VOITURE

Je dois être attaché :
- Soit dans un siège auto adapté à mon âge,
- Soit dans une nacelle.
La coque est un moyen de transport et non un lieu de sommeil (risque de malaise et d'aplatissement de la tête).
www.securite-routiere.gouv.fr



EN ÉCHARPE OU PORTE-BÉBÉ

Ma tête, mon nez et ma bouche sont bien dégagés et à l'air libre.
Je suis en position verticale, la tête soutenue.



PROTEGEZ -MOI LORS DE MES DEPLACEMENTS



POUR MES PROMENADES

- ☐ Je suis mieux dans un landau, puis dans une poussette en fonction de mon âge, sous le regard de mes parents

POUR LE TRANSPORT EN VOITURE

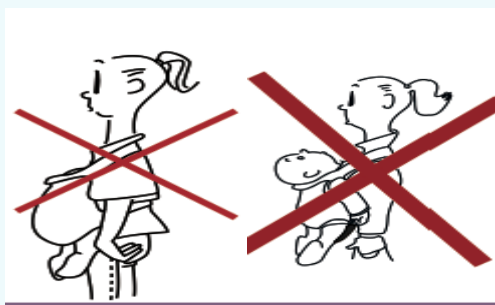
- ☐ Je dois être attaché :
- ☐ Soit dans un siège auto adapté à mon âge
- ☐ Soit dans une nacelle
- ☐ La coque est un moyen de transport et non un lieu de sommeil (**risque de malaise et aplatissement de ma tête**)



www.securite-routiere.gouv.fr

EN ECHARPE OU PORTE BEBE

- ☐ Ma tête, mon nez et ma bouche sont dégagés et à l'air libre
- ☐ Je suis en position verticale, ma tête





PROTEGEZ MON SOMMEIL EN PREVENTION DE LA MORT INATTENDUE DU NOURRISSON

DES LA NAISSANCE JE DORS UNIQUEMENT SUR LE DOS TANT QUE JE NE ME RETOURNE PAS SEUL

- ❑ Jamais sur le ventre (**risque d'asphyxie**), ni sur le côté (**risque de basculer sur la ventre**), bien à plat dans une turbulette à ma taille et adaptée à la saison
- ❑ Si je supporte mal de dormir sur le dos pour dormir, mes parents doivent en discuter avec le médecin traitant



JE DORS DANS MON LIT DE BÉBÉ RIGIDE À BARREAUX

- ❑ Sur un matelas ferme, aux dimensions du lit, sans tour de lit pour ne pas Risquer de m'étouffer
- ❑ Si je dors dans un lit parapluie, de façon occasionnelle, ne jamais rajouter de matelas car je risque de me coincer

JE DORS SEUL DANS MON LIT

- ❑ Jamais dans le lit de mes parents; même quand je suis malade (**risque d'étouffement**)
- ❑ Je dors dans la même pièce que mes parents pendant les 6 premiers mois
- ❑ Je suis en sécurité: sans cale tête, cale bébé, oreiller, coussin, cocon, peluches, couverture, chaîne, collier d'ambre ou autre objet (**risque de gêner ma respiration**)

L HIVER JE DORS DANS UNE PIECE ENTRE 18 à 20 DEGRES QUAND IL FAUT CHAUD ON ME
DECOUVRE.



DORMIR SUR LE DOS NE FAVORISE PAS
L'APLATISSEMENT DE MA TÊTE À CONDITION
QUE JE SOIS LIBRE DE TOUTS MES MOUVEMENTS.

POUR FACILITER MES MOUVEMENTS

- Je suis installé à plat sur une surface ferme (tapis d'éveil, parc).
Mes jouets sont disposés autour de moi.
- J'aime découvrir par moi-même.
- J'aime être avec vous.

Si j'ai tendance à tourner la tête toujours du même côté quand je
suis éveillé, attirez mon attention du côté opposé.

Je ne suis pas dans une coque (sauf pour le transport) ni dans un
pouf ou un cocon car je ne bouge pas librement.

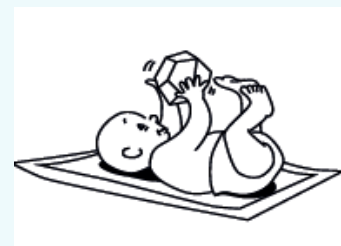


PROTEGEZ -MOI DE L' APLATISSEMENT DE MA TETE

- ☐ Dormir sur le dos ne favorise pas l'aplatissement de ma tête à
- ☐ condition que je sois libre de tous mes mouvements

POUR FACILITER MES MOUVEMENTS

- ☐ Je suis installé à plat sur une surface ferme (tapis d'éveil, parc...)
- ☐ Mes jouets sont disposés autour de moi
- ☐ J'aime découvrir par moi-même
- ☐ J'aime être avec vous
- ☐ Si j'ai la tendance de tourner la tête toujours du même côté quand je suis réveillé, alors attirez mon attention du côté opposé
- ☐ Je ne suis pas dans une coque (sauf pour le transport) ni dans un pouf ou cocon car je ne bouge pas librement



FAVORISEZ L'ALLAITEMENT MATERNEL

NE FUMEZ PAS EN MA PRÉSENCE

Le tabac augmente les risques d'infections, d'asthme et de mort inattendue du nourrisson.

PROTÉGEZ-MOI DES INFECTIONS

Avant de vous occuper de moi, lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon.

Évitez de me mettre en contact avec des personnes malades.

Je suis sensible aux microbes, évitez de m'emmener dans

les lieux publics très fréquentés, surtout en période hivernale.

Mes vaccins doivent être à jour tout comme ceux des membres de ma famille (fratrie, parents, grands-parents...) et ceux des personnes qui me gardent.

CONTACTEZ MON MÉDECIN SI :

Je ne me comporte pas comme d'habitude.

J'ai une température supérieure à 38°C ou inférieure à 36°C (pour les nourrissons de moins de 3 mois).

Je suis gêné pour respirer même après m'avoir nettoyé le nez.

Je vomis.

J'ai des selles fréquentes, abondantes et liquides.



SAMU 15
ou 112 (portable)

PROTEGEZ MA SANTE EN RESPECTANT MON ENVIRONNEMENT

FAVORISEZ L' ALLAITEMENT MATERNEL

NE FUMEZ PAS EN MA PRESENCE

- ☐ Le tabac augmente les risques d'infections, d'asthme et de Mort inattendue du nourrisson

PROTEGEZ-MOI DES INFECTIONS

- ☐ Avant de vous occuper de moi, lavez- vous vos mains avec de l'eau et du savon
- ☐ Evitez de me mettre en contact avec des personnes malades
- ☐ Je suis sensible aux microbes, évitez de m'emmener dans des lieux publics très fréquentés surtout en période hivernale
- ☐ Mes vaccins doivent être à jour tout comme ceux des membres de ma famille (fratrie, parents, grands-parents) et ceux des personnes qui me gardent

CONTACTEZ MON MEDECIN SI :

- ☐ Je ne me comporte pas comme d'habitude
- ☐ J'ai une température au dessus 38° ou en dessous 36° (pour les nourrissons de moins de 3 mois)
- ☐ Je suis gêné pour respirer même après m'avoir nettoyé le nez
- ☐ Je vomis
- ☐ J'ai des selles fréquentes, abondantes et liquides





PROTÉGEZ-MOI !

Les règles d'or de ma première année

PROTÉGEZ-MOI TOUT AU LONG DE MA JOURNÉE

NE NECESSITE AMISSES

- Que une bébé le biberon (biberon et de l'eau la)
- Que une bébé le biberon et de l'eau la
- Que une bébé le biberon et de l'eau la
- Que une bébé le biberon et de l'eau la
- Que une bébé le biberon et de l'eau la

SOYEZ ATTENTIF

- Ne laissez jamais bébé seul avec un biberon
- Ne laissez jamais bébé seul avec un biberon
- Ne laissez jamais bébé seul avec un biberon
- Ne laissez jamais bébé seul avec un biberon
- Ne laissez jamais bébé seul avec un biberon

NE NECESSITE PAS

Par la suite, bébé devra être surveillé de près et de loin, car il est très fragile et peut être blessé.

PROTÉGEZ-MOI LORS DE MES DÉPLACEMENTS

POUR LES DÉPLACEMENTS

- Ne laissez jamais bébé seul dans une voiture
- Ne laissez jamais bébé seul dans une voiture
- Ne laissez jamais bébé seul dans une voiture
- Ne laissez jamais bébé seul dans une voiture
- Ne laissez jamais bébé seul dans une voiture

POUR LES DÉPLACEMENTS

- Ne laissez jamais bébé seul dans une voiture
- Ne laissez jamais bébé seul dans une voiture
- Ne laissez jamais bébé seul dans une voiture
- Ne laissez jamais bébé seul dans une voiture
- Ne laissez jamais bébé seul dans une voiture

NE NECESSITE PAS

Par la suite, bébé devra être surveillé de près et de loin, car il est très fragile et peut être blessé.

PROTÉGEZ-MOI MON SOMMEIL EN PRÉVENTION DE LA MORT INATTENDUE DU NOURRISSON

DÉFENSEZ-VOUS, JE DOIS M'ENDORMIR

- Ne laissez jamais bébé seul dans une voiture
- Ne laissez jamais bébé seul dans une voiture
- Ne laissez jamais bébé seul dans une voiture
- Ne laissez jamais bébé seul dans une voiture
- Ne laissez jamais bébé seul dans une voiture

NE NECESSITE PAS

Par la suite, bébé devra être surveillé de près et de loin, car il est très fragile et peut être blessé.

PROTÉGEZ-MOI DE LA CHUTE DE MON TÊTE

NE NECESSITE PAS

Par la suite, bébé devra être surveillé de près et de loin, car il est très fragile et peut être blessé.

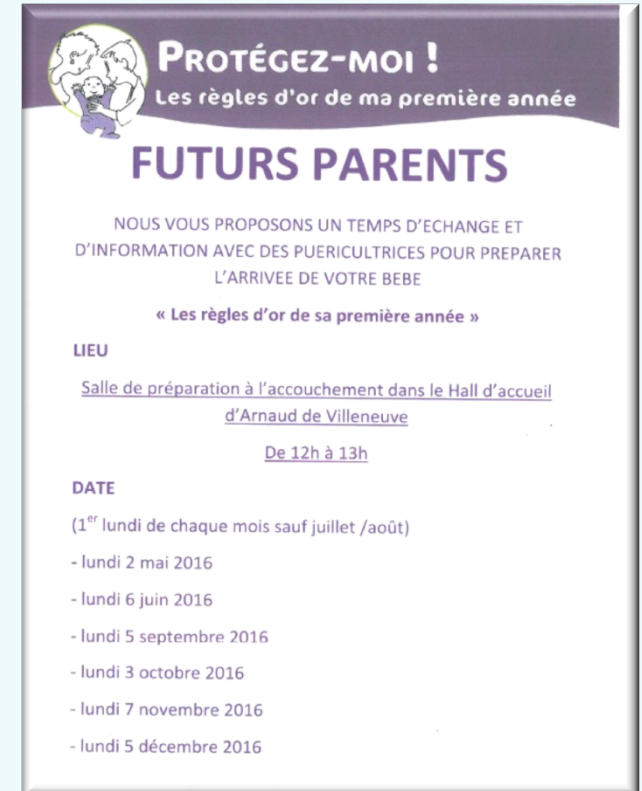
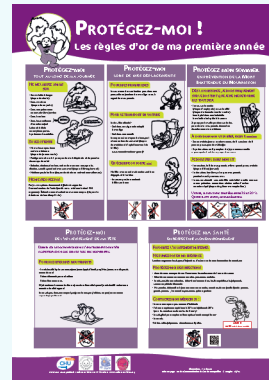
PROTÉGEZ MA SANTÉ EN PRÉVENANT LA MORT INATTENDUE DU NOURRISSON

NE NECESSITE PAS

Par la suite, bébé devra être surveillé de près et de loin, car il est très fragile et peut être blessé.

ARNAUD DE VILLENEUVE

- Rencontres avec les futurs parents premier lundi du mois
- Rencontres avec les professionnels de santé 4 fois par an
- Posters:
 - consultation gynécologie/obstétrique
 - urgences pédiatriques
 - maternité
- Organisation Journées de Prévention en septembre
- Publication dans le Manuel pratique des soins aux nouveau-nés
- Site perinat.org



Conclusion

- Urgence d'uniformiser les conseils
- Débuter les conseils lors des SPN
 - Eviter achat matériel de puériculture inadéquat
 - Parents plus à l'écoute
- Validation plaquette par le Ministère de Santé
- Journée de Prévention Nationale annuelle



Merci pour votre attention

Merci pour votre attention

Des questions?

