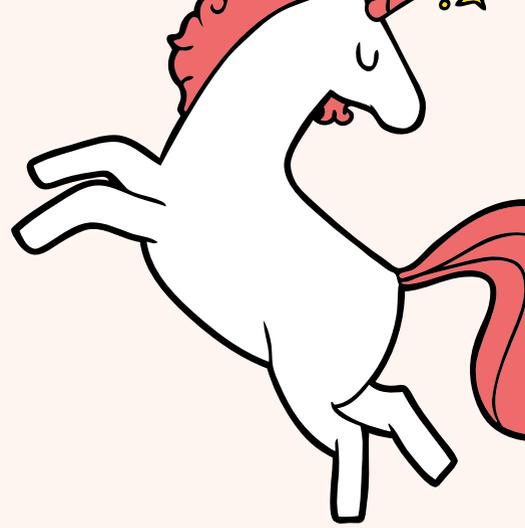




# LIVRET DE SORTIE

SERVICE DE NÉONATOLOGIE



## Votre enfant est hospitalisé en néonatalogie



Vous trouverez dans ce guide des renseignements qui pourront vous être utiles, notamment lors du retour à la maison.

# L'ALLAITEMENT MATERNEL

## Conservation du lait maternel

Lait maternel	Température ambiante <26°C	Réfrigérateur +4°C	Congélateur -18°C
Fraîchement exprimé	4 heures	48 heures	4 mois
Décongelé au réfrigérateur mais non chauffé	Maximum 1 heure	24 heures	Ne pas recongeler
Décongelé et chauffé au bain-marie	Maximum 1 heure	Maximum 1 heure	Ne pas recongeler

# LA PRÉPARATION DES BIBERONS

2

1



3



4



5

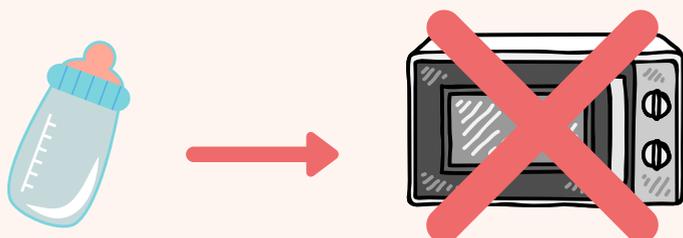


4

# L'ALIMENTATION

Votre enfant doit manger toutes les trois ou quatre heures au biberon ou à la demande si vous l'allaitez.

Le biberon peut se donner à température ambiante. Ne JAMAIS le chauffer au micro-ondes. Il faut le chauffer au bain marie ou au chauffe biberon.



Une fois le biberon reconstitué et chauffé, vérifiez la température du lait sur l'intérieur de votre poignet.

Une fois reconstitué, le biberon peut se conserver une demi-heure. Au delà, il doit être jeté.

Lavez-vous les mains avant chaque préparation de biberon. **Le biberon est stérilisé à la première utilisation** puis entièrement nettoyé avec du produit vaisselle à l'aide d'un goupillon après chaque utilisation.

Versez l'eau dans le biberon avant la poudre de lait : une cuillère rase pour 30ml d'eau.



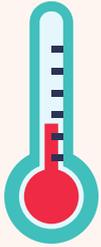
**A noter :** vérifier sur la bouteille d'eau que celle-ci convienne à l'alimentation des nourrissons.

# LE BAIN

L'eau du bain doit être à 37°C, vérifiez avec le thermomètre de bain et/ou avec votre coude.

Bébé doit être surveillé en permanence lorsqu'il est dans son bain.

Penser à préparer les affaires de votre enfant en amont pour ne pas à avoir à sortir de la pièce.



37°C



# COUCHAGE DANS LE LIT

Le matelas doit être de consistance ferme à plat dans lit à barreaux.

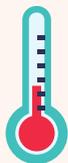


**Votre bébé doit TOUJOURS  
être couché sur le dos.**

Rien ne doit gêner le bébé dans son lit : il doit être couché en gigoteuse sans doudou, linge, couverture, oreiller, tour de lit ou cale bébé.

Jusqu'à 6 mois, il est conseillé de faire dormir votre enfant dans votre chambre, dans son lit.

# ENVIRONNEMENT



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

Aérez les pièces tous les jours au moins 10 minutes sans la présence de votre bébé.



Il est impératif de ne pas fumer en sa présence, ni dans le logement.



Les sorties sont possibles mais évitez les lieux d'affluence (transports en commun, centres commerciaux...), en particulier en période d'épidémie de grippe et de bronchiolite.



Ne pas exposer votre enfant au soleil.  
Avant de voyager avec votre bébé, demandez conseil à votre médecin traitant ou pédiatre.



Évitez le contact avec les personnes malades.  
Si l'un des membres de la famille est enrhumé, soyez vigilants. Continuez à bien vous laver les mains avant de vous occuper de votre enfant. Portez un masque le temps d'être guéri.  
Évitez les bisous des frères et soeurs en bas âge sur le visage et les mains du bébé. Préférez les bisous sur les pieds.



Attention aux animaux domestiques. Ne laissez jamais votre enfant seul en présence d'un animal.

# LES SIGNES QUI DOIVENT VOUS ALERTER



**Consulter un médecin en cas de manifestation d'un des signes suivants.**

- Fièvre : température supérieure ou égale à 38°C
  - Hypothermie inférieure ou égale à 36°C
  - Gêne respiratoire : siffle en respirant, touse, s'essouffle, est encombré
  - Diminution significative de la prise alimentaire
- A noter : si votre enfant a le nez encombré, ne pas hésiter à faire un lavage de nez avant le biberon*
- Selles d'aspect liquide, de couleur (rouges, noires ou décolorées) et de quantité inhabituels.



**Pompiers : 18**

**SAMU : 15/112**

**Médecin traitant ou pédiatre : .....**

**PMI : .....**

# LES TRAITEMENTS



Pour la prise des traitements, mélangez les médicaments dans un peu de lait et donnez-les avant la prise des repas.

Les médicaments sont à donner en phase d'éveil et en position demi-assise.

Pour les bébés allaités, prévoir un biberon de médicaments.

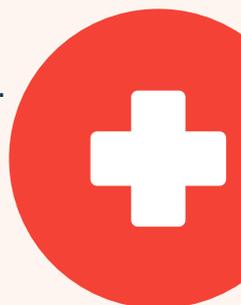
# LE SUIVI

Prenez rendez-vous avec votre pédiatre ou médecin traitant dans le mois qui suit la sortie.

Faites peser votre bébé à la PMI ou chez le pédiatre deux fois par semaine les premières semaines puis une fois par mois.

Prenez un rendez-vous pour une consultation médicale une fois par mois pendant les premiers mois à la PMI\* ou chez votre pédiatre.

*\*La Protection Maternelle et Infantile est une structure ayant pour mission de prendre en charge la mère et l'enfant, dirigée par un médecin, gynécologue, pédiatre ou généraliste qui collabore avec les infirmières puéricultrices, auxiliaires de puériculture, sages-femmes, assistantes sociales et psychologues. N'hésitez pas à les solliciter.*



# PRÉVENTION DES RISQUES

Bébé pleure, c'est sa façon de communiquer. Si vous n'arrivez pas à le calmer et que ses pleurs deviennent insupportables, **surtout ne le secouez pas.**



**Restez vigilants et allez consulter en cas de doute et/ou persistance des pleurs.**

**N'hésitez pas à en parler. Des personnes peuvent vous aider : médecin traitant, PMI, pédiatre, psychologue.**



Quand vous jouez avec lui, faites doucement sa tête est encore fragile.



Quand vous le changez, **tenez le toujours bien** car rapidement il va se mettre à gigoter.



Pour sa sécurité **n'oubliez pas d'attacher le bébé dans son transat, sa poussette ou son siège auto** (de préférence à l'avant et dos à la route).



**Ne posez jamais le transat ou le siège** en hauteur lorsque bébé y est installé !



L'ENSEMBLE DE  
L'ÉQUIPE VOUS  
SOUHAITE UN  
BON RETOUR À  
LA MAISON !

