

CHECK-LIST D'UN ALLAITEMENT MATERNEL RÉUSSI

Rappels

Un allaitement réussi, c'est :

- Ensemble de tétées efficaces confortables pour la mère
- Croissance staturo-pondérale satisfaisante pour l'enfant
- Des éléments de surveillance transmis à la mère pour :
 - La rassurer, la conforter dans ses capacités à allaiter
 - L'alerter pour consulter le praticien adéquat (en fonction de la problématique).

Critères d'efficacité et signaux positifs dans l'instauration de l'allaitement maternel *J0 : jour de l'accouchement

Du point de vue de l'enfant

- Stabilisation de la perte de poids aux alentours de J3
- Prise de poids régulière, environ 200 gr par semaine
- Reprise du poids de naissance vers J10
- Eveil spontané pour les repas, recherche active du sein
- Nombre suffisant de tétées efficaces : 7 à 12 par 24h
- Prise du sein en bouche correcte et position adéquate permettant le transfert de lait
- Mouvements de succion amples et rythmés : enchaînement de salves de succion nutritive
- Déglutition fréquente, audible ou visible
- Selles fréquentes, plus de 3 par 24h, jaunes à partir de J2/J3*, consistance molle à liquide
- Urines claires, 5-6 par 24h

Du point de vue de la **mère**

- Tétée confortable, mère détendue
- Absence de lésions sur les mamelons
- Diminution de la tension du sein après la tétée
- Présence fréquente de signes cliniques traduisant la libération d'ocytocine au cours de la tétée :
 - Contractions utérines (les 1ers j)
 - Sensation de picotement et/ou écoulement de l'autre sein
 - Somnolence
- Mamelon non déformé en fin de tétée

Outils en lien internet

Courbes de croissance selon l'Organisation Mondiale de la santé :
https://www.who.int/childgrowth/standards/weight_for_age/fr/