

Mon bébé vient de naître : quelques conseils du pédiatre concernant sa santé les premiers mois

Son alimentation

Quel que soit le choix que vous avez fait (allaitement au sein ou lait en poudre) c'est votre choix qui sera le meilleur pour votre bébé. Son alimentation doit être exclusivement lactée jusqu'à ses 4 mois révolus. La quantité et le rythme des tétées / biberons vont se modifier progressivement au fur et à mesure qu'il grandit. Après 4 mois, vous pourrez commencer à lui donner d'autres types d'aliments.

Ses vitamines

Tous les enfants doivent prendre un complément de vitamine D quotidien jusqu'à l'âge de 18 mois. A partir de l'âge de 18 mois il vous sera prescrit des ampoules à donner tous les 3 mois. La vitamine D est synthétisée par l'organisme lors de l'exposition de la peau au soleil, dans la région, celle-ci est insuffisante pour couvrir les besoins de l'organisme. La vitamine D sert à la solidité osseuse et au bon fonctionnement du système immunitaire de votre bébé.

Les enfants allaités au sein exclusivement doivent prendre une ampoule de vitamine K à la naissance, à l'âge d'une semaine, et à l'âge d'un mois. La vitamine K n'est pas présente dans le lait de femme et sert à la coagulation du sang.

Nettoyer son cordon

Pour accélérer la cicatrisation vous pouvez utiliser une lotion asséchante. (par exemple : cicalfate lotion, cytelium spray, cicabio lotion)

Le suivi médical

Jusqu'aux 6 mois de votre bébé une visite mensuelle chez le pédiatre est recommandée pour son suivi et la mise en route de son programme vaccinal.

Ses vaccins

Il est recommandé de protéger votre enfant en vaccinant son entourage immédiat contre la grippe et la coqueluche. Ne pas le sortir dans une grande surface, en particulier l'hiver.

Les vaccinations recommandées qui sont pratiquées au cabinet sont les suivantes :

Vaccination anti-tuberculeuse, BCG le 1^{er} mois, injection intra-dermique.

Vaccins contre : diphtérie, tétanos, poliomyélite, coqueluche, haemophilus, hépatite B, pneumocoque en 2 injections le 2^{ème} et le 4^{ème} mois.

Vaccin recommandé mais non remboursé (environ 140 euros) contre la gastro-entérite aigüe à rotavirus par voie orale en 2 ou 3 prises.

Mon bébé a de la fièvre

Avant l'âge de 3 mois tout épisode de fièvre (température rectale > ou = à 38°), surtout si celui-ci n'est pas bien toléré par votre enfant, doit conduire à une consultation médicale urgente en milieu hospitalier (urgences pédiatriques). En effet, celle-ci peut être liée à une infection

materno-fœtale bactérienne qui doit être prise en charge très rapidement.

Mon bébé a la diarrhée

Une boîte de Solution de Réhydratation Orale, ou SRO (ADIARIL, FANOLYTE ...) vous a été prescrite. C'est le seul produit adapté à la réhydratation de votre bébé, vous devez lui en proposer à chaque fois qu'il a une selle liquide. Mode d'emploi : diluer 1 sachet dans 200 ml d'eau fraîche et lui proposer 30ml à la fois jusqu'à ce qu'il n'ait plus soif. Avant l'âge de 3 mois tout épisode de diarrhée doit vous amener à consulter votre pédiatre en urgence ou à vous rendre aux urgences pédiatriques si c'est le soir ou un jour férié. En effet votre bébé est fragile il peut se déshydrater rapidement.

Mon bébé a le nez bouché ou il tousse

Vous pouvez lui « laver » le nez avec des pipettes de sérum physiologique et un mouche bébé manuel tous les jours matin et soir, et plus souvent si son nez est pris ou si il tousse. Avant l'âge de 3 mois si votre bébé a le nez bouché ou s'il tousse vous devez consulter rapidement un médecin. Les sirops ou suppositoires contre la toux sont interdits et dangereux pour les nourrissons.

Le choix d'un lait infantile adapté à mon bébé

Source : site internet mpedia.fr

Les laits infantiles sont composés en tentant de se rapprocher autant que possible des qualités nutritionnelles du lait maternel. Ils sont fabriqués à partir de lait de vache qui subit différents ajustements et transformations pour satisfaire les besoins des bébés et leurs capacités digestives. Tous les laits du marché sont strictement contrôlés et doivent répondre aux critères de composition de la réglementation européenne. On distingue 3

catégories : les laits 1er âge et 2e âge "standards", sont destinés aux bébés qui n'ont pas de problèmes, vendus en grande distribution et en pharmacie ; les laits pour troubles fonctionnels sont proposés pour tenter d'améliorer de légers troubles digestifs, vendus en grande distribution et en pharmacie ; les laits thérapeutiques, vendus exclusivement en pharmacie sont destinés à alimenter des bébés souffrant de maladies comme l'allergie aux protéines du lait de vache, le reflux gastro oesophagien (ou RGO), l'intolérance au lactose, etc.

Les laits pour troubles fonctionnels

Certains laits sont plus adaptés pour tenter de régler ces petits troubles digestifs :

les laits anti régurgitations : fréquentes jusqu'à 1 an, les régurgitations peuvent être en partie limitées avec un lait enrichi en caséine, et épaissi par de l'amidon.

Les laits contre les coliques. Après avoir déterminé avec votre médecin les causes de ces pleurs, une modification de composition du lait peut permettre d'aider votre enfant en réduisant les symptômes intestinaux qui peuvent entraîner ses pleurs. Attention toutefois à ne pas changer sans cesse de lait infantile !

Les laits de satiété : Ils permettent de mieux calmer la faim des enfants souvent insatisfaits et plus gourmands, sans augmenter l'apport calorique.

Lait contre la constipation : Si votre enfant a moins d'une selle par jour, il se peut qu'il ait des problèmes de constipation (le choix se portera vers un lait contenant moins de caséine, et plus de lactose).

Lait adapté si les selles sont molles.

Dr Anne Boutemy

Pédiatre

Centre commerciale d'Acosta

78410 Aubergenville

Tel 01.30.90.33.33