

GUIDE DES SOINS DU NOUVEAU-NÉ

ÁREA 1 MURCIA-OESTE
HOSPITAL CLÍNICO UNIVERSITARIO
VIRGEN DE LA ARRIXACA



Ce document a pour but de vous orienter et de vous aider en ce qui concerne les soins de votre enfant. N'hésitez pas à demander à l'infirmière ou au pédiatre de votre bébé

en cas de doute ou si vous souhaitez un renseignement après avoir lu ce document.



UNIÓN EUROPEA
FONDO DE ASILO,
MIGRACIÓN E
INTEGRACIÓN

Por una Europa plural



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE EMPLEO
Y SEGURIDAD SOCIAL

SECRETARÍA GENERAL
DE INMIGRACIÓN Y
EMIGRACIÓN

DIRECCIÓN GENERAL DE
MIGRACIONES



Retrouvez ce document ainsi que d'autres informations sur l'accouchement à l'Arrixaca sur le site www.murciasalud.es/partonormal



COULEUR DE LA PEAU

La couleur de la peau des nouveau-nés peut varier d'un ton rose et blanc ou jaunâtre au rouge typique. La couleur de la peau peut également varier d'un moment à l'autre en fonction du niveau d'activité du bébé. De plus, les mains et les pieds du nouveau-né peuvent être froids et bleus.

Il est fréquent que les nouveau-nés « deviennent Jaunes » le troisième jour, surtout au niveau des yeux et de la peau. Cette coloration jaune est appelée la jaunisse. En temps normal, la jaunisse atteint son pic vers le quatrième jour et disparaît ensuite dans les deux semaines. Un traitement doit être utilisé (photothérapie) si le bébé devient très jaune, dû à un niveau élevé de bilirubine.

La peau du bébé réagit habituellement à son nouvel environnement. Quelques petites taches



rouges peuvent apparaître sur différentes zones du corps du bébé 1 ou 2 jours après l'accouchement (exanthème toxo-allergique). Cette éruption disparaît seule avec le temps et ne demande aucun traitement.

Organes génitaux

La poitrine des enfants peut croître et même sécréter des gouttes d'un liquide laiteux dû à la tuméfaction des seins au cours des premiers jours. Ne les pressez pas. Consultez le pédiatre si les seins deviennent rouges ou chaud ou s'ils sécrètent du liquide.

Une légère perte de sang au niveau du vagin ou un flux blanchâtre peut apparaître chez les filles (pseudomenstruation), cela est normal, ne dure que quelques jours et ne demande aucun traitement.

L'urine peut-être rouge-orangée pendant les premiers jours (il s'agit des cristaux d'urate).



Bain

Vous pouvez laver votre bébé dès le premier jour et lui mouiller le nombril si vous le séchez correctement après le bain.

Il est conseillé de le faire tous les jours à la même heure, certains nouveau-nés préfèrent le matin et d'autres le soir. Il faut savoir qu'en général, le bain les détend, est qu'il est préférable de le donner le soir avant le dernier biberon. La pièce doit être chauffée et sans courants d'air : les bébés perdent rapidement leur chaleur corporelle. L'eau ne doit pas être chaude, juste tiède.

Testez la température avec le coude avant d'introduire votre bébé.

Vous pouvez le laver tous les jours ou tous les 2 jours. Les organes génitaux doivent être nettoyés de l'avant vers l'arrière, surtout chez les filles. Il est très important de bien sécher le cordon ombilical après le bain.

Les premières selles (méconium) ont un aspect noirâtre et collant. Les suivantes deviennent normales et peuvent être liquides-moussantes, avec des grains blancs ou compactes. Il est normal que la couleur et la texture varient en fonction de l'alimentation du bébé s'il est allaité ou s'il prend le biberon. La couleur et la fréquence des dépositions ne sont pas inquiétantes si le bébé prend du poids correctement, étant donné que le nombre de dépositions par jour est variable. Consultez votre pédiatre si vous observez des anomalies à ce sujet.

Il convient de changer les couches humides ou sales au plus vite.

Soins du cordon ombilical.

Le cordon ombilical du bébé ne demande aucun soin spécial, il doit juste rester sec et propre. En ce qui concerne le soin du cordon ombilical, vous pouvez appliquer une compresse imprégnée d'alcool à 70 ° sur le cordon deux fois par jour sans laisser la compresse. Vous pouvez aussi nettoyer la zone à l'eau tiède et au savon uniquement, en séchant bien, car l'utilisation d'antiseptiques peut retarder la chute du cordon. Continuez de soigner le nombril jusqu'à 2 ou 3 jours après la chute du cordon. Le cordon ombilical doit être le plus sec possible pour éviter toute infection.

Consultez le pédiatre si le cordon ne tombe pas dans les 12-15 jours, si vous voyez que la peau est rouge ou irritée autour du cordon ombilical ou si vous remarquez une sécrétion, du pus ou une odeur désagréable (il peut être infecté).

N'utilisez pas de ceintures ou autres pour cordon ombilical.



Alimentation et compléments

Le lait maternel est le meilleur aliment du nouveau-né.

Les enfants allaités n'ont besoin d'aucun type de complément. En général, il n'est pas nécessaire de donner de l'eau à l'enfant si vous l'allaitiez à la demande, sauf en période de chaleur pour éviter les déshydratations. Le lait maternel contient tout ce qu'il faut pour le développement du bébé et il convient de compléter avec d'autres aliments à partir de 6 mois.

En ce qui concerne la vitamine D

Les pédiatres recommandent que tous les bébés reçoivent un complément quotidien de vitamine D à partir de 15 jours de vie.

Comment faire éructer votre bébé ?

Les bébés peuvent avaler de l'air lorsqu'ils mangent. Le rot n'est pas automatique pour tous les bébés, certains n'en ont pas besoin. Faîtes éructer votre enfant à la moitié et à la fin du biberon si vous lui donnez du lait en poudre. La tétine doit être remplie de lait pendant toute la prise pour réduire la quantité d'air avalée par le bébé. Faîtes-le éructer lorsque vous le changez de sein et à la fin du 2^{ème} si vous allaitiez votre enfant. Les bébés allaités avalent moins d'air, il est possible qu'ils n'éruquent pas.

Hoquet

La plupart des bébés ont le hoquet en mangeant ou après avoir mangé. Le hoquet ne provoque aucun mal chez le bébé, mais il le gêne et peut le faire pleurer. Quelques gorgées de lait peuvent parfois faire disparaître le hoquet. Le reste du temps, il suffit simplement d'attendre qu'il s'en aille tout seul.

Régurgitation et vomissement

La plupart des bébés régurgitent après avoir mangé, surtout pendant les premiers mois. Il existe une différence entre la régurgitation et le vomissement. La régurgitation consiste à « rejeter » un peu d'aliment et n'est pas inquiétant car elle disparaît avec la croissance et la maturité du bébé. Lorsqu'une grande quantité de lait est rejetée avec force, il s'agit du vomissement. Certains bébés vomissent de temps en temps. Veuillez consulter le pédiatre si le vomissement persiste.

Chambre/Repos

La chambre du nouveau-né doit être calme et éclairée à la lumière naturelle, bien aérée, à température ambiante agréable, entre 20-22 degrés, pour éviter de surchauffer le bébé, et sans courant d'air. **NE FUMEZ JAMAIS** en sa présence.

La plupart des nouveau-nés dorment beaucoup, mais pas tous. Certains dorment jusqu'à 18-20 heures par jour et d'autres seulement 8 heures. Certains bébés sont plus actifs et éveillés et d'autres sont plus tranquilles et silencieux. En général, le bébé dort de moins en moins à mesure qu'il grandit. Le matelas doit être dur et vous ne devez



pas utiliser d'oreiller. Le Groupe espagnol de Prévention de la Mort Subite du Nourrisson de l'Association espagnole de Pédiatrie conseille de coucher les bébés sur le dos et d'éviter de les coucher « sur le ventre » pendant le sommeil, d'éviter les oreillers et les coussins. En ce qui concerne le bruit, le bébé doit s'habituer aux sons habituels de la maison dès le début.

Vêtements

Vous devez utiliser des vêtements en tissu naturel (coton ou fibres) et amples pour que le bébé puisse bouger aisément, adaptés à chaque saison de l'année (chaud en hiver et frais en été). Ne le couvrez pas trop, l'enfant n'a pas besoin de plus de vêtements que l'adulte (trop le couvrir est aussi mauvais que de ne pas assez le couvrir). Évitez les vêtements qui perdent des poils, les épingles à nourrice, les nœuds ou les rubans. Évitez également d'utiliser des robes avec de très petits boutons ou des boutons sur le devant car le bébé risque de s'étouffer.

Tétine

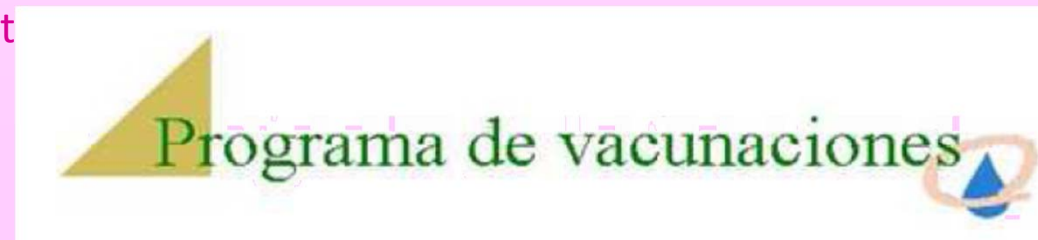
Utilisez-là uniquement la nuit pour dormir. Il est préférable de ne pas l'utiliser. L'AEPED (Association espagnole de Pédiatrie) pense que l'utilisation de la tétine au moment de dormir agit comme facteur protecteur du syndrome de mort subite du nourrisson. La tétine doit être d'une seule pièce et lavée régulièrement. Ne mettez pas la tétine sur une chaîne au cou du bébé, il existe des broches de sécurité pour les accrocher aux vêtements. N'introduisez jamais la tétine dans la bouche d'une autre personne pour la nettoyer, ne l'enduissez pas de sucre, miel ou autres substances. Elle doit être enlevée lorsque l'enfant atteint un an, lorsqu'il commence à mastiquer. Un usage prolongé peut entraîner un défaut de morsure, une déformation du palais et altérer l'alignement des dents.

Vaccins

Les vaccins seront réalisés au Cabinet médical correspondant du nouveau-né. Il est indispensable de suivre le calendrier officiel de vaccination.

Vous trouverez plus d'informations sur :

www.murciasalud.es/vacunaciones



Promenades

Les promenades sont importantes pour la santé du bébé. Vous devez le promener dehors tous les jours dès la sortie de l'hôpital, s'il n'existe aucun problème qui vous l'empêche. Cela détend le bébé. Évitez les heures de chaleur et de froid intenses ainsi que l'exposition directe au soleil.

Faites très attention aux côtes si vous utilisez la poussette, attachez bien votre bébé avec les différentes ceintures.

Utilisez TOUJOURS un siège auto de sécurité ou un siège homologué si vous transportez le bébé en voiture et placez-le dans le sens contraire de la marche avec la ceinture de sécurité. Désactivez l'airbag ou placez le bébé sur les sièges arrières dans la voiture. Les voitures modernes possèdent des systèmes d'ancrage de sécurité spécifiques pour les sièges auto d'enfants (isofix ou autres) qui réduisent jusqu'à 22 % les lésions graves sur les enfants en bas-âge lors d'accidents de la circulation.

Le bébé et le grand frère/la grande sœur

Les grands frères et sœurs ont souvent du mal à gérer l'arrivée d'un nouveau bébé à la maison :

- Souvenez-vous qu'il existera toujours un certain degré de jalousie et de rivalité. Vous devez anticiper. Préparer le grand frère/la grande sœur à l'arrivée du bébé en lui expliquant dans un langage adapté l'arrivée du nouveau membre de la famille : expliquez-leur qu'ils sont aussi importants pour vous que le bébé, même si vous devez accorder beaucoup de temps et d'attention à ce dernier.
- Laissez votre enfant vous aider avec des actes simples comme aller chercher une couche ou une serviette pour le bain de son petit frère/sa petite sœur.
- Profitez de chaque occasion pour être seule avec l'aîné(e) et montrez-lui vos sentiments envers lui/elle. Acceptez le fait que vous ne pouvez pas vous dédoubler.
- Ne punissez pas votre enfant aîné(e) pour des petits actes de jalousie. Félicitez-le/la lorsqu'il/elle se comporte bien et coopère, dites-le lui souvent.

Visites

« Présentez » votre bébé au moment où il est réveillé. Personne n'aime être dérangé pendant son sommeil. Évitez d'approcher votre bébé des personnes enrhumées ou ayant une autre maladie infectieuse ou contagieuse, surtout sur les jeunes enfants (de moins de 6 ans).

Demandez aux personnes qui viennent vous voir de se laver les mains avant de toucher votre bébé.

NE FUMEZ JAMAIS en sa présence.

Prévention d'accidents

- **NE LAISSEZ JAMAIS LE BÉBÉ SEUL**, surtout dans le bain, dans la voiture ou dans la cuisine.
- Ne le laissez jamais sur des surfaces élevées.
- Ne lui mettez jamais de rubans, de chaînes, etc.
- Ne lui donnez jamais de jouets qui se décomposent en plusieurs parties.
- Ne laissez jamais de sacs plastiques ou de cordes près de lui.

Signes d'alerte

- Température corporelle élevée.
- Selles : une absence de selles peut indiquer un manque d'alimentation.
- Mictions : comme ci-dessus, cela peut indiquer un manque d'alimentation ou d'hydratation.
- Poids : veuillez consulter le pédiatre si votre enfant ne prend pas suffisamment de poids.
- La peau ou les lèvres sont foncées ou bleues.
- Le bébé a du mal à respirer ou la poitrine s'enfonce lorsqu'il respire.
- Affaiblissement, sommeil extrême ou encore irritabilité excessive.

Être parent est l'un des travaux les plus durs mais aussi l'un des plus importants.
(pour ne pas dire le plus important de tous).



Malheureusement, c'est l'un des moins respectés et « des plus mal payés », mais rien n'est comparable à la satisfaction de voir grandir votre bébé et d'y contribuer. Les sentiments éprouvés envers le nouveau-né sont contradictoires : vous ressentez de la tendresse d'une part, avec le plaisir et la satisfaction au fur et à mesure que votre bébé grandit et se développe, et d'autre part, un sentiment de peur concernant la responsabilité de le protéger, de lui apprendre et de le guider vers sa nouvelle vie.

Nous espérons que ces conseils vous aideront à bien commencer l'un des plus importants travaux des parents : le soin de votre nouveau-né.