

## EN PRATIQUE...

- **en Prénatal**

Il est possible de vous inscrire aux différentes sessions d'information «Autour de la naissance» organisées par la Clinique en contactant notre réception au 26 333 9010.

Vous pouvez vous abonner au site e-learning de la Clinique: [www.cbk-learning.lu](http://www.cbk-learning.lu) dont un volet est dédié à l'allaitement, en effectuant par la même occasion votre préinscription en maternité.

- **de retour à domicile**

Pour toute question à propos de votre allaitement et de son efficacité, vous pouvez contacter la sage-femme spécialisée en guidance allaitement au 26 333 9024.

Pour les «Rencontres maman-bébé» vous pouvez vous inscrire au 26 333 9526.

- **des réseaux de soutien** existent dans votre région, nous pouvons vous renseigner au 26 333 9526

## « ALLAITER, C'EST DONNER DE L'AMOUR ET DU LAIT »

Myriame Seizjer



Pour en savoir plus, nous vous invitons à consulter notre site e-learning :

[www.cbk-learning.lu](http://www.cbk-learning.lu)

## L'ALIMENTATION DU NOUVEAU-NÉ

### CHOISIR D'ALLAITER



**Clinique Privée**

Dr E. Bohler

## L'ALLAITEMENT À LA CLINIQUE BOHLER

Vous avez fait le choix personnel de l'allaitement maternel. A la Clinique Bohler, nous mettons tout en œuvre pour assurer un démarrage le plus naturel possible de votre allaitement (conformément aux recommandations de l'Organisation Mondiale de la Santé).

Pendant votre grossesse, nous vous proposons de participer à des séances d'information sur l'alimentation du nourrisson.

Pendant votre séjour en maternité, nos équipes vous accompagneront dans votre choix. Vous pourrez leur poser vos questions et demander toute l'aide nécessaire.

Après votre retour à domicile, vous pouvez rester accompagnée en faisant appel à notre sage-femme spécialisée en guidance allaitement ou en participant à nos «Rencontres maman-bébé». Ces rencontres vous permettront de partager votre expérience avec d'autres mamans, notamment sur le thème de l'alimentation du nouveau-né.

## L'ALLAITEMENT MATERNEL C'EST...

- ... l'aliment idéal pour votre enfant
- ... un aliment qui s'adapte naturellement en quantité et en qualité aux besoins de votre enfant et ce tout au long de votre allaitement
- ... un aliment qui par sa composition retarde l'apparition des allergies et en diminue l'intensité. Il procure aussi de nombreux anticorps protégeant l'enfant de certaines maladies comme les otites, les gastro-entérites ...
- ... une vie plus facile pour les parents : le lait est toujours prêt, accessible et à bonne température
- ... une manière de vous protéger contre certaines maladies comme le cancer du sein, l'hypertension, l'ostéoporose...
- ... économique et bon pour l'environnement

## QUELQUES CONSEILS POUR BIEN DÉMARRER...

- ... le mieux est de mettre votre enfant en «peau à peau» dès la naissance, et s'il manifeste le désir de téter, de le laisser faire
- ... une installation confortable pour vous et votre enfant facilitera les tétées
- ... l'observation de votre enfant donne de bonnes indications sur l'efficacité de votre allaitement (comportement de l'enfant, état d'éveil, fréquence des selles et des urines, ...)
- ... l'application de lait sur vos mamelons est conseillée: le lait maternel est une crème de soin efficace pour préserver l'intégrité des mamelons
- ... la variation de votre position et de celle de votre enfant à chaque tétée soulagera les seins et les mamelons

