

# HIELORA

HÔPITAL DE LA LOUVIÈRE

SITE JOLIMONT

## SERVICE DE PÉDIATRIE

Premiers conseils  
après la naissance



**Félicitations** pour la naissance de votre enfant !

Vous trouverez dans ce livret quelques recommandations qui vous guideront pour le retour à la maison.



## VITAMINES

Votre enfant doit recevoir les vitamines suivantes :

- **Vitamine D 800UI/jour**
  - D-Cure® 12 gouttes/jour
  - Davitamon® 10 gouttes/jour
  - D-ixX® 4 gouttes/jour
  - Ergy-D 4 gouttes 1x/j
  - Nan Care 4 gouttes 1x/j
- **Vitamine K : une dose unique en injection intramusculaire à la naissance.**

## SOMMEIL

Au sujet de la prévention de la mort subite du nourrisson, les recommandations sont les suivantes :

- Votre bébé doit dormir dans son propre lit, qui peut cependant se trouver à côté du vôtre (cododo).
- Utilisez un matelas ferme, les nourrissons n'ont pas besoin d'oreiller, évitez les peluches et doudous à proximité de son visage.
- Habillez-le avec un pyjama ou une gigoteuse adaptée à la température ambiante ; la température de la pièce où il dort doit idéalement se situer entre 18 et 20°C.
- Positionnez votre bébé sur le dos, mais jamais sur le ventre.
- Évitez toute consommation tabagique. À défaut, ne fumez jamais à l'intérieur de la maison (ni hotte, ni fenêtre).
- N'utilisez pas de diffuseur de parfum.

## ALIMENTATION

Les réserves énergétiques d'un nourrisson sont faibles à la naissance. La fréquence des repas peut varier mais dans les premiers jours de vie, veillez à respecter un maximum de 4h entre deux repas.

Une fois le poids de naissance récupéré et la prise de poids bien amorcée, il pourra gérer lui-même ses périodes de sommeil et le rythme de ses repas.

Le lait maternel reste l'alimentation privilégiée du nourrisson.

En cas de préparation d'un biberon de lait maternisé, une mesure rase de poudre est nécessaire par 30mL d'eau. Vous pouvez tiédir le biberon ou le donner à température ambiante.

## URINES ET SELLES

Veillez à ce que votre bébé ait des urines à chaque change.

Le rythme des selles est très aléatoire d'un nourrisson à l'autre, entre 1 selle par jour et 1 selle après chaque repas. Classiquement les selles d'un nourrisson sont jaunes ocres et liquides, mais leur couleur peut varier (orange, verdâtre, brunâtre).

Consultez votre médecin si vous constatez des selles de couleur noire (au-delà des 3 premiers jours de vie), de couleur blanche ou contenant du sang.

## TEMPÉRATURE CORPORELLE DU NOURISSON

La température corporelle normale de votre nourrisson se situe entre 36.5°C et 37.5°C.

Le thermomètre rectal reste le plus fiable à cet âge.

Attention : toute température supérieure ou égale à 38°C chez un bébé de moins de 3 mois, doit faire l'objet d'une consultation aux urgences pédiatriques, sans délai et même si votre enfant se porte bien.



Température corporelle	Attitude
<36,5°C	Couvrez votre enfant (bonnet) ou mettez-le en peau à peau. Contrôlez la température 1h plus tard.
36,5°C - 37,5°C	Température corporelle normale
37,5°C - 37,9°C	Découvrez votre enfant. Contrôlez la température 1h plus tard.
≥ 38°C	<b>FIÈVRE</b> = consultation aux urgences pédiatriques

## DÉPLACEMENTS

Les sorties en extérieur sont permises avec votre bébé, à condition que sa température corporelle soit stable. Préférez les balades en plein air plutôt que dans des espaces clos (supermarchés, centres commerciaux).

En voiture, attachez toujours votre enfant dans un siège adapté à son âge.



## VACCINS

Vérifiez si votre vaccination contre la coqueluche (Boostrix® ou Triaxis®) a bien eu lieu pendant la grossesse. Le cas échéant, il est vivement recommandé de vous faire vacciner (parents) rapidement après la naissance, ainsi que les grands-parents et autres personnes qui auront la charge de votre enfant.

Si votre enfant naît à l'approche de l'hiver et qu'il sera âgé de moins de 6 mois en période de grippe saisonnière, il est conseillé aux parents et à la fratrie de se faire vacciner contre la grippe.

Les premiers vaccins à réaliser chez votre bébé sont prévus à l'âge de 2 mois, via l'ONE ou votre pédiatre. Sachez qu'il existe, en plus du schéma recommandé, des vaccins non-obligatoires (grippe, varicelle, méningites).

Discutez-en avec votre pédiatre lors des premières consultations.

## CONSIGNES GÉNÉRALES

Les **symptômes** suivants sont **anormaux** et doivent vous amener à **consulter rapidement les urgences pédiatriques** : respiration difficile, difficultés à s'alimenter, manque de tonus, somnolence excessive, vomissements, changement de couleur (jaunisse, pâleur ou aspect bleuté).

Veillez à ce que votre enfant tourne la tête des 2 côtés afin d'**éviter un aplatissement du crâne**. Alternez les positions de sa tête et n'hésitez pas à le mettre en position ventrale lors des périodes d'éveil, en votre présence.

La température du **bain** doit être de **37°C**.

Le cordon ombilical doit être nettoyé uniquement à l'eau et au savon (sauf contre-ordre de votre médecin ou sage-femme) et doit être séché après le bain.

**Ne laissez jamais votre bébé seul** sans surveillance, ni sur une table à langer, ni dans son bain, ni en présence d'un animal domestique (aussi gentil soit-il).

Tout parent peut se sentir débordé dans son nouveau rôle. Si tel est votre cas, **n'hésitez pas à demander de l'aide** à votre entourage ou à un professionnel de la santé. Quoi qu'il arrive, **ne secouez jamais votre bébé** (même en cas de pleurs excessifs ou de malaise).

## SUIVI

Il est important que le poids de votre bébé soit suivi régulièrement dans ses premières semaines de vie. Ce suivi de poids peut être assuré de deux manières : soit par votre sage-femme soit par les services de l'ONE.

Un premier rendez-vous médical chez un pédiatre est à prévoir entre 10 et 15 jours de vie. Vous pouvez prendre ce rendez-vous au 064 23 37 46.

Vous établirez ensuite avec votre pédiatre la fréquence des rendez-vous.



## PRISE DE RENDEZ-VOUS



### **Hôpital de La Louvière - Site Jolimont**

Rue Ferre, 159

7100 La Louvière

+32 64 23 37 46

### **Polyclinique de Binche**

Place Derbaix, 15

7130 Binche

+32 64 33 81 83

## EN CAS D'URGENCE

Le service des urgences pédiatriques est ouvert 24h/24 et 7j/7.

### **Entre 8h et 18h du lundi au vendredi**

Urgences pédiatriques (au -1)

+32 64 23 36 00

### **Entre 18h00 et 8h00**

Inscriptions aux soins d'urgence et consultations en pédiatrie (B7)

+32 64 23 40 50

### **Les week-ends et jours fériés**

Inscriptions aux soins d'urgence

## RÉSULTATS D'EXAMENS

Contactez le service de Pédiatrie **après 14h00**

+32 64 23 37 46 ou +32 64 23 36 00

## TESTS AUDITIFS

Prise de rendez-vous ORL

+32 64 23 42 45

## PHARMACIE DE GARDE

+32 90 39 93 00

