

## Comment donner le biberon?

- Installez-vous confortablement avec votre bébé.
- Revérifiez la **température** du lait.
- Assurez-vous que la **tétine soit bien pleine** de lait afin que votre bébé avale le moins d'air possible.
- Utiliser une tétine avec un **débit adapté** à l'âge de votre enfant.
- N'hésitez pas à faire **des pauses** fréquentes pendant le biberon et faites-lui faire un éventuel rot en cours de tétée.
- A la fin du biberon, **maintenez votre bébé droit** afin qu'il fasse son rot.
- **Ne jamais réchauffer** un biberon qui a déjà été chauffé une première fois.
- En fonction du poids de l'enfant et des recommandations du pédiatre lors de la sortie de la maternité, le nombre de biberons sur 24h varie entre **6 et 8**.
- L'estomac de votre bébé tout comme son appétit vont augmenter au fur et à mesure des jours; c'est pourquoi lors des premiers jours de vie **les quantités de lait augmentent chaque jour de 10ml**.
- En général, à la sortie, il est recommandé de proposer des biberons de **60 mL** (tout en sachant que cela peut varier d'un enfant à l'autre).
- Si vous voyez que votre enfant réclame de façon régulière avant les 3h00 ou cherche encore à téter et pleure après le biberon, vous pouvez **augmenter** la quantité de lait.

### Vivalia Hôpital d'Arlon

Service maternité

Rue des Déportés 137  
6700 Arlon

[www.vivalia.be](http://www.vivalia.be)





## Préparation des biberons

- Avant de commencer, lavez-vous les mains ainsi que le plan de travail.
- Versez la quantité d'eau nécessaire.
- Chauffez le biberon rempli uniquement d'eau **au bain marie, chauffe biberon ou au micro-ondes** (attention au risque de brûlures plus important avec le micro-ondes).

NB: il n'est pas obligatoire de donner le biberon chauffé, il peut être à température ambiante.

- Ajoutez à l'eau le nombre de mesurette RASES de poudre en utilisant TOUJOURS la mesurette fournie dans la boîte de lait et des mesures entières, pas de demi mesures.

- 1 mesure rase de poudre = 30 mL d'eau.

eau en mL	mesurette(s)
30	→ 1
60	→ 2
90	→ 3
120	→ 4
150	→ 5
180	→ 6



## Matériel à utiliser

### LE BIBERON

- De préférence en verre. Ne plus utiliser les biberons de la maternité, ils sont à usage unique.
- Le biberon peut être lavé au lave-vaisselle ou à l'eau chaude savonneuse avec un goupillon adapté. Les pédiatres conseillent de stériliser uniquement dans certaines situations.

### L'EAU

- Toujours en bouteille, avec la mention «convient pour la préparation des aliments pour nourrissons».
- Peut être conservée au frigo ou à température ambiante pendant 24h et doit être exclusivement destinée à la préparation des biberons.



### LE LAIT

- Il sera prescrit à la sortie de la maternité par le pédiatre. Il n'est pas conseillé de changer de type de lait sans avis médical. Le lait 1<sup>er</sup> âge s'achète en pharmacie.

## Quand donner le biberon?

A la demande, il est conseillé d'attendre **minimum 3h00** entre deux biberons.

Lorsque votre enfant aura faim: il va ouvrir sa bouche, sortir sa langue et chercher à téter. Il portera ses doigts à sa bouche.

- Refermez le biberon et **roulez-le** entre vos mains jusqu'à dissolution de la poudre.
- **Vérifiez la température** en testant quelques gouttes sur la partie intérieure du poignet (cela doit vous paraître ni chaud ni froid).
- **Refermez toujours la boîte de lait** après utilisation, donnez le biberon **dans l'heure** qui suit la préparation et **jetez le reste**.