

LE PEAU À PEAU AVEC VOTRE BÉBÉ NÉ PRÉMATURÉ

(portage kangourou)



***Votre enfant est né en avance, il est petit et fragile
Mais vous pouvez lui offrir beaucoup !***

*Il est petit, il a besoin de nombreux soins médicaux
et infirmiers mais c'est vous, ses parents, qui lui apportez
l'environnement le plus rassurant pour l'aider à grandir.*

*C'est pourquoi, quand vous vous sentirez prêts
et dès que votre bébé sera capable d'en profiter,
l'équipe soignante vous proposera de le porter
contre vous, en peau à peau.*



QU'EST-CE QUE LE PORTAGE KANGOUROU ?

Le portage kangourou, aussi appelé le peau à peau, est le soin le plus précieux que vous pouvez offrir à votre bébé. Cette méthode, destinée à tout bébé venant de naître et plus particulièrement aux bébés prématurés et/ou de petit poids, consiste à porter son bébé sur sa poitrine. Ce contact peau à peau rassurant pour votre bébé et pour vous-même va consolider vos liens. Il peut être pratiqué par les deux parents.



LES BIENFAITS DU PEAU À PEAU

Vous retrouver à deux

C'est l'occasion pour votre bébé de retrouver votre voix, votre odeur, les battements de votre cœur... et pour vous de partager avec votre enfant vos tous premiers câlins.

Votre bébé n'a pas froid

En peau à peau, c'est vous qui transmettez votre chaleur à votre bébé. Il faut juste veiller à ce qu'il ne se refroidisse pas au moment de sa sortie de la couveuse.

Votre bébé dort plus paisiblement

La durée de sommeil calme est plus longue pendant le peau à peau. Ces phases de sommeil sont essentielles pour votre bébé et l'aident à grandir et à récupérer après les soins.

Rassuré par votre présence, votre bébé respire mieux et son cœur bat plus régulièrement

Dans la majorité des cas, pendant le peau à peau, les rythmes cardiaque et respiratoire du bébé sont plus réguliers. Les alarmes des appareils de surveillance sonnent souvent moins.

Le peau à peau diminue la douleur du bébé et lui permet de récupérer plus rapidement

Il est aussi possible de faire certains soins en peau à peau.



Pour le nouveau-né

- Diminution du stress
- Sentiment de sécurité
- Action antidouleur lors d'un acte invasif (par exemple une prise de sang)
- Prise de poids plus rapide
- Apprentissage de la succion au sein plus progressive et plus facile
- Action positive sur les paramètres vitaux : fréquence cardiaque stable, respiration calme, meilleure distribution de l'oxygène, température corporelle stable
- Meilleure qualité de sommeil
- Meilleure digestion
- Meilleure organisation des compétences neurologiques à long terme

Pour les parents

- Renforcement du lien avec son bébé
- Meilleure connaissance de son enfant
- Plus grande confiance en soi pour lui prodiguer les soins
- Participation aux soins
- Retour à domicile avec son bébé plus précoce
- Production de lait maternel facilitée

LE PEAU À PEAU N'EST PAS QU'UNE HISTOIRE DE MAMAN...

Le peau à peau avec le papa/coparent est tout aussi bénéfique pour le bébé.

Certains papas/coparents pensent que ce moment privilégié avec le bébé doit être réservé à la maman.

Certaines mamans sont heureuses de partager ce moment avec le papa/coparent de leur bébé.

Il n'y a pas de réponse unique. Il appartient à chaque couple de décider.





QUAND ET COMBIEN DE TEMPS ?

Dès que l'état de votre bébé le permettra

(l'équipe soignante parle de « bébé suffisamment stable »), nous vous proposerons de le prendre en peau à peau.

Quand vous vous sentirez suffisamment en confiance

Les premières fois, il est normal d'éprouver des craintes (votre bébé semble fragile..). Un(e) infirmier(e) restera à vos côtés aussi longtemps que vous le jugerez nécessaire. Au fil du temps vous prendrez confiance et lorsque votre bébé n'aura plus besoin de soins techniques, vous n'aurez plus forcément besoin de l'aide de l'infirmier(e) pour le prendre en peau à peau.

Quelques conseils

- L'idéal est de porter votre bébé en peau à peau le plus souvent possible.
- Selon l'état de santé de votre bébé, côté intensif, l'idéal est un peau-à-peau de minimum 2h (ce qui correspond à un cycle de sommeil du bébé complet), plus longtemps et plusieurs fois par jour en fonction de la stabilité du bébé.
- Dans la mesure du possible, il est préférable de prendre assez de temps pour que vous et votre bébé puissiez pleinement en profiter et qu'il ait le temps de se stabiliser à vos côtés.
- Pour sécuriser le peau à peau, un bandeau de portage est à votre disposition.



VOS PREMIERS MOMENTS DE RETROUVAILLE

Etape 1

Vous vous préparez :

- Mettez de préférence un vêtement ample, confortable et qui s'ouvre devant.
- Attachez vos cheveux. Lavez-vous les mains comme on vous l'a montré en arrivant dans le service.



Etape 2

L'infirmière(e) vous aide à vous installer dans un fauteuil ou dans un lit.

Etape 3

- L'infirmière(e) enveloppe le bébé dans un linge. Il va ainsi se sentir soutenu pendant le « trajet » jusqu'à vos bras.
- L'infirmière(e) veille à ce que la lumière ne soit pas trop vive et rend silencieuses les alarmes du monitoring.

Etape 4

Votre bébé est déposé contre votre peau

- Maintenu par un tissu, un bandeau ou parfois par vos mains au niveau de la tête et des fesses.
- Il sera ensuite recouvert d'une couverture. Si votre bébé est très petit, d'autres moyens pour le réchauffer peuvent être mis en place.
- L'infirmière(e) remet les alarmes en marche.

QUELQUES CONSEILS

- Prenez une douche quotidiennement
- Ne mettez pas de parfum ni de crème
- Mangez avant le portage
- Pour les mamans, enlevez votre soutien-gorge
- Veillez à avoir une bouteille d'eau à proximité
- Allez aux toilettes avant de vous installer
- Lavez-vous les mains avant chaque portage

Etape 5

Peau contre peau, votre bébé est bien

- À votre demande, l'infirmier(e) peut rester à vos côtés ou sortir de la pièce pour vous laisser un temps d'intimité avec votre bébé.
- Sachez que nous ne sommes jamais très loin. Une sonnette sera à votre disposition pour nous appeler.
- La plupart du temps, votre bébé se rendort et vous arriverez petit à petit à vous détendre.



Etape 6

Au moment où vous désirez déposer votre bébé dans son lit ou la couveuse, l'infirmier(e) peut vous aider à le faire.

- La séparation est parfois difficile pour votre bébé et vous-même.
- Prenez le temps de vous dire au revoir.

COMMENT S'ORGANISER ?

Pratiquer le soin kangourou demande une certaine organisation.

Afin de vous permettre d'être présent(e), de manière prolongée, chaque jour auprès de votre bébé

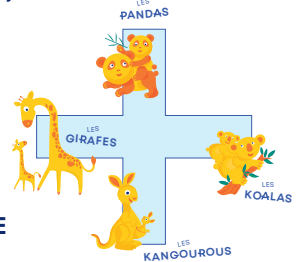
- demandez à vos proches de s'occuper des courses, du repas, du linge et du ménage
- demandez du soutien pour les aînés afin qu'ils poursuivent leurs activités, loisirs, école...

Se faire aider est indispensable. Si vous rencontrez des difficultés à ce sujet, parlez-en à l'équipe. Le service social peut vous proposer des solutions d'aide à domicile en fonction de votre région.



NOUS PRENONS SOIN DE VOUS

Clinique CHC MontLégia
bd Patience et Beaujonc 2
B-4000 Liège



NÉONATOLOGIE
04 355 55 40

Secrétariat
04 355 56 21

Soins intensifs
Panda : 04 355 55 57
Girafe : 04 355 55 56

Soins intermédiaires
Koala : 04 355 55 42

Unité kangourou
Infirmier(e)s : 04 355 55 65
Sage-femmes : 04 355 55 45

Toutes nos fiches explicatives
sur www.CHC.be



Ce guide a été conçu
dans le cadre du projet
d'éducation thérapeutique du parent.