

Grossesse et allaitement

Il est possible d'allaiter un enfant durant la grossesse si la mère est en bonne santé et n'est pas à risque d'accouchement prématuré.

✨ Certaines contre-indications peuvent toutefois nécessiter le sevrage :

- Interdiction de relations sexuelles due au risque de contraction
- Risque d'accouchement prématuré
- Histoire précédente de travail ou naissance prématuré
- Histoire précédente de fausse couche
- Saignements vaginaux
- Incompétence du col
- Grossesse multiple
- En cas d'incertitude ou d'inquiétude, consultez le professionnel qui suit votre grossesse.

✨ Y a-t-il des inconvénients pour le bébé en gestation?

Si la maman est en bonne santé et que la grossesse se déroule sans complications, les risques de l'allaitement pour le fœtus sont minimes.

L'allaitement ne semble avoir aucun impact sur le poids à la naissance du nouveau-né. La maman doit veiller à se nourrir adéquatement en quantité et en qualité pour répondre aux besoins du fœtus, ceux de l'enfant allaité et les siens.

✨ Y a-t-il des inconvénients pour l'enfant allaité?

Les hormones de la grossesse se retrouvent en petite quantité dans le lait, leur quantité infime n'entraîne pas de risque pour l'enfant allaité.

La baisse de production lactée est parfois fortement ressentie par l'enfant allaité. Certains s'énerveront plus au sein, seront moins patients, voire feront un refus du sein. À noter que la baisse de production est propre à

chaque mère, certaines la vivent très tôt dans la grossesse et la majorité l'auront ressentie rendu au 2e trimestre.

Certains enfants qui auront poursuivi l'allaitement malgré la baisse de production pourraient être rebuté par le colostrum et son goût salé différent du lait maternel. À noter que si l'enfant boit le colostrum, cela n'empêchera pas le nouveau-né d'en avoir. Cela favoriserait même la production en plus grande quantité.

Si l'enfant allaité a poursuivi jusqu'à la naissance du nouveau-né, le co-allaitement a également des avantages : montée de lait souvent moins douloureuse, puisque la succion de l'enfant plus vieux peut aider à désengorger et arrivée du lait mature plus tôt notamment.

La maman qui allaite durant sa grossesse peut toutefois ressentir:

- Une fatigue et des nausées accentuées, notamment au 1e trimestre. Une bonne alimentation, une hydratation suffisante et du repos aident.

💡 Astuces: Prendre plusieurs petits repas au cours de la journée peut réduire les nausées et peuvent temporiser la demande de tétée de l'enfant allaité, selon son âge. Allaiter allongée permet de se reposer plusieurs fois au cours de la journée.

- Une douleur aux mamelons lors des tétées, causée par les changements hormonaux de la grossesse. Certaines femmes s'y habituent et poursuivent leur allaitement durant toute la grossesse, tandis que d'autres préfèrent induire un sevrage partiel ou total. Selon l'âge de l'enfant, il est également possible de lui demander de téter plus doucement ou moins longtemps.

- Des contractions, causées par l'ocytocine, une hormone associée à l'éjection du lait lors des tétées. Toutefois, la quantité d'ocytocine sécrétée par la tétée est insuffisante pour déclencher l'accouchement.

Par ailleurs, des contractions sont également ressenties pendant et après les relations sexuelles et ne représentent pas de danger pour une grossesse sans risque. Si votre professionnel ne vous a pas interdit les

relations sexuelles pour la poursuite de votre grossesse, vous pourrez poursuivre votre allaitement.

!! Fun fact: même si la stimulation des mamelons a été utilisé pour induire l'accouchement, les tests ont démontrés qu'il faut trois heures continues de stimulation des mamelons pour déclencher le travail.

Sources:

<https://www.lilfrance.org/vous-informer/fonds-documentaire/dossiers-de-l-allaitement/1389-da-73-co-allaitement>

<https://www.lilfrance.org/vous-informer/fonds-documentaire/dossiers-de-l-allaitement/1386-da-31-co-allaitement>

<https://naitreetgrandir.com/fr/grossesse/trimestre 1/allaiter-pendant-grossesse>

Un article intéressant sur la conduite de l'allaitement lors d'une grossesse pour s'assurer que l'enfant allaité continue à recevoir tout ce dont il a besoin :

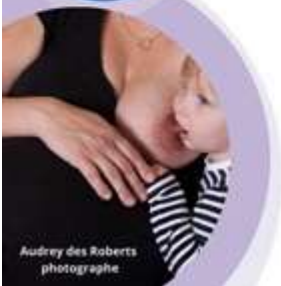
<https://www.dispensaire.ca/articles/allaiter-durant-grossesse/>



FEDERATION
Nourri-
Source

ALLAITEMENT DURANT LA GROSSESSE

- La poursuite de l'allaitement est possible pendant la grossesse, mais il se peut que vos mamelons deviennent plus sensibles, surtout durant le premier trimestre.
- Après le 4e mois de grossesse, la production lactée diminue et le goût du lait change. Cela peut amener bébé à téter plus intensément ou à se désintéresser du sein.



Audrey des Roberts
photographe



Photo: Annie Lachance, moments infinis

- Quelques semaines avant la fin de la grossesse, le lait prend la texture du colostrum pour le bébé à venir.
- Les contractions utérines qui peuvent être provoquées par l'allaitement sont très rarement la cause d'accouchements prématurés. Consultez votre professionnel-le de la santé pour discuter de votre situation.

RÉFÉRENCE: LE PETIT NOURRI-SOURCE

