



FÉDÉRATION  
Nourri-  
Source

# ALLAITER DES JUMEAUX OU AUTRE MULTIPLE

- Allaiter des jumeaux demande une période d'adaptation, mais avec la pratique cela peut représenter une économie de temps de 15h/semaine
- Le lait maternel constitue un aliment de premier choix pour les naissances multiples car près de la moitié des jumeaux naissent prématurément
- La production lactée s'ajustera en fonction de la stimulation des seins donc, si deux bébés tètent efficacement, il y aura deux fois plus de lait



Credit photo : Annie Lachance, Moments Intims

- Au début, il peut être plus facile d'allaiter un bébé à la fois afin de vous concentrer sur la prise du sein

- Une rotation des bébés allaités en premier doit être faite lors de chaque boire
- Vous pouvez développer un lien privilégié avec chacun des bébés si vous allaitez simultanément

2024

[www.nourri-source.org](http://www.nourri-source.org)

RÉFÉRENCE: LE PETIT NOURRI-SOURCE

7<sup>e</sup>  
édition

Credit photo : Joanie Beaujieu