

Éducation prénatale

Messages clés pour l'Ontario



Soins du nouveau-né

Messages clés

Tous les bébés reçoivent deux médicaments peu après la naissance.

Injection de vitamine K

À la naissance, un nouveau-né manque de vitamine K. Cette vitamine est nécessaire pour empêcher les problèmes liés au saignement. Tous les bébés reçoivent une injection de vitamine K à la naissance. L'injection se fait dans la cuisse du bébé. Vous pouvez allaiter ou porter votre bébé pendant que l'on procède à l'injection.

Onguent antibiotique pour les yeux

En Ontario, tous les bébés aujourd'hui reçoivent un onguent antibiotique dans chaque œil. Ce traitement permet d'éviter une infection des yeux pouvant mener à un bébé aveugle. Cette infection est causée par la gonorrhée ou la chlamydia. La Société canadienne de pédiatrie a publié un énoncé de principes qui pourrait changer cette pratique à l'avenir.

Les bébés subissent des tests de dépistage pour plusieurs maladies dans les 24 heures suivant leur naissance.

Dépistage chez le nouveau-né

Après environ 24 heures suivant sa naissance, un petit échantillon sanguin est prélevé du talon de votre bébé à des fins de dépistage de certaines maladies graves. Votre prestataire de soins de santé vous contactera si le dépistage devait s'avérer positif pour l'une ou l'autre de ces maladies. Un résultat positif ne signifie pas que votre bébé est effectivement atteint d'une maladie particulière, mais il indique que d'autres tests sont nécessaires.

Les problèmes de santé graves peuvent être évités ou limités si le traitement commence tôt.

Dépistage de la jaunisse

Votre bébé peut subir un test de dépistage de la jaunisse par un prélèvement sanguin ou un capteur placé sur son front. La jaunisse est causée par une accumulation de bilirubine qui se produit lorsque les globules rouges se décomposent après la naissance. La peau et les yeux de votre bébé peuvent alors devenir jaunes. L'allaitement fréquent peut empêcher la bilirubine.

Un taux extrêmement élevé de bilirubine peut affecter le cerveau du bébé. Si le taux de bilirubine est élevé, votre bébé pourrait subir un traitement par photothérapie pour diminuer la bilirubine.

Dépistage des troubles auditifs

Le Programme de dépistage néonatal des troubles auditifs de l'Ontario propose un dépistage des troubles auditifs gratuit pour tous les nouveau-nés. Demandez à votre prestataire de soins de santé où et quand les tests auditifs se déroulent.

Un dépistage et un traitement précoces des troubles auditifs sont importants pour s'assurer que votre bébé pourra développer la parole, le langage et les compétences sociales.

Changez les couches de votre bébé dès qu'elles sont mouillées ou souillées.

Vous pourriez avoir à changer les couches de votre bébé huit à dix fois par jour, peu importe si vous utilisez des couches en tissu ou jetables. Les meilleurs moments pour vérifier les couches sont avant et après les repas. Ils indiquent au bébé que c'est le moment d'être nourri, et lui permettent d'être plus à l'aise.

Pour changer les couches du bébé :

- ▶ Lavez-vous les mains avant et après avoir changé les couches.
- ▶ Gardez une main posée sur votre bébé en tout temps. Ne laissez jamais votre bébé sans surveillance.
- ▶ Nettoyez le bébé de l'avant vers l'arrière à l'aide d'un linge propre imbibé d'eau tiède ou d'une lingette non parfumée.
- ▶ Pour les filles : Nettoyez délicatement les parties génitales dans le repli des lèvres. Vous n'avez pas besoin de nettoyer à l'intérieur du vagin.
- ▶ Pour les garçons : Assurez-vous de bien nettoyer sous le scrotum dont les replis cutanés peuvent retenir des matières fécales. Vous n'avez pas besoin de dégrafer le prépuce pour nettoyer le sexe.
- ▶ Laissez sécher les fesses à l'air libre. La poudre de bébé utilisée pour garder les fesses au sec n'est pas sécuritaire pour les nouveau-nés et peut pénétrer leurs poumons.

Contactez votre prestataire de soins de santé si votre bébé est affecté par un érythème fessier qui persiste après plusieurs jours. Votre bébé pourrait voir une infection à levures ou une autre maladie et votre prestataire de soins pourrait lui prescrire une crème médicamenteuse.

Parlez à votre prestataire de soins de santé si vous avez l'intention de faire circoncire votre bébé.

La circoncision est une procédure chirurgicale dont le but est d'enlever la couche de peau recouvrant le gland et une partie du corps du pénis. Elle est généralement effectuée quelques jours après la naissance. La circoncision n'est pas une procédure médicale indispensable et à l'heure actuelle, la circoncision systématique n'est pas recommandée par la Société canadienne de pédiatrie. Certains parents suivent cette pratique pour des raisons culturelles, religieuses ou sociales. Si vous avez l'intention de faire circoncire votre bébé, discutez-en avec votre prestataire de soins de santé. La circoncision n'est pas couverte par l'Assurance-santé de l'Ontario et la procédure sera à vos frais. Demandez à votre prestataire de soins de santé comment prendre soin de votre bébé après la procédure.

Donnez un bain à votre bébé tous les deux ou trois jours. Nettoyez ses mains, son visage, son cou et ses fesses tous les jours.

Il n'est pas nécessaire de baigner le bébé quotidiennement. Des bains trop fréquents peuvent assécher la peau du bébé. Donnez-lui un bain tous les deux ou trois jours ou au besoin. Vous pouvez donner un bain à votre bébé même si le moignon du cordon ombilical ne s'est pas encore détaché; essuyez tout simplement la zone en tapotant après le bain.

Voici quelques conseils pour le bain à garder à l'esprit :

- ▶ Si vous donnez un bain à votre bébé juste après qu'il ait mangé, il pourrait tout vomir.
- ▶ Choisissez un endroit sûr et pratique pour baigner votre bébé (baignoire de bébé, lavabo ou baignoire).
- ▶ L'eau du bain doit être tiède, pas chaude. Vérifiez la température avec votre poignet ou votre coude.
- ▶ Restez avec votre bébé. Gardez au moins une main posée sur votre bébé en tout temps.
- ▶ Nettoyez ses yeux et son visage en premier avec de l'eau tiède, sans savon.
- ▶ Ne mettez jamais le visage du bébé sous l'eau.
- ▶ Utilisez du savon doux pour laver le corps du bébé, du plus propre au plus sale : les fesses en dernier.
- ▶ Après le bain, essuyez votre bébé avec douceur à l'aide d'une serviette et essuyez bien dans les replis de la peau.

Il vous faudra aussi :

- ▶ Couper les ongles du bébé dès qu'ils dépassent. Les ongles peuvent être coupés avec des ciseaux arrondis durant le sommeil du bébé ou après son repas, lorsque ses mains ne s'agitent pas.
- ▶ Nettoyer les gencives de votre bébé deux fois par jour. Nettoyez délicatement ses gencives de l'arrière vers l'avant à l'aide d'un linge propre, doux et humide, ou un morceau de gaze (enroulée autour de votre doigt) pour enlever tout résidu de lait.

Vous verrez de nombreux changements chez votre bébé dans la première semaine suivant sa naissance.

Voici certains signes à surveiller au fur et à mesure que vous apprenez à connaître votre bébé :

- ▶ Il peut avoir les organes génitaux gonflés à la naissance, en raison de vos hormones présentes dans son organisme.
- ▶ Les mamelons du bébé, qu'il s'agisse d'une fille ou d'un garçon, peuvent apparaître plus larges que d'habitude et de petites quantités de lait peuvent s'écouler. Les petites filles peuvent aussi sécréter de faibles quantités de sang ou des pertes blanches de leur vagin. Ces phénomènes sont normaux et disparaîtront en quelques jours.
- ▶ Le moignon du cordon ombilical du bébé s'assèchera et tombera après un à trois semaines. Gardez le moignon propre et sec pour prévenir les infections. Vous n'avez pas besoin de le couvrir pour le protéger. Pliez la couche au niveau de la taille en dessous du moignon du cordon ombilical pour le laisser sécher jusqu'à ce qu'il se détache. Si la peau autour du cordon se met à rougir ou à enfler, à puer, ou si du pus en sort, le moignon est peut-être infecté. Appelez un prestataire de soins de santé si cela se produit.
- ▶ Vous pourriez remarquer un mince duvet sur le corps du bébé ou un enduit crémeux de couleur blanche (vernix caseosa) sur sa peau. Ils visent à protéger le fœtus dans l'utérus. Vous n'avez pas besoin d'enlever le vernix caseosa.
- ▶ Votre bébé pourrait avoir un cuir chevelu écailleux, que l'on appelle calotte séborrhéique. Il n'est généralement pas nécessaire de le traiter, mais vous pouvez demander à votre prestataire de soins de santé.
- ▶ Vous pourriez remarquer des points noirs sur les fesses du bébé ou une éruption cutanée sur son corps. Ces changements affectant la peau sont normaux et disparaîtront avec le temps. Parlez à votre prestataire de soins de santé si la peau de votre bébé vous inquiète.
- ▶ Les selles de votre bébé changeront de couleur, passant du méconium noir ou vert foncé au marron, vert ou jaune, dès le quatrième jour. Après quoi, elles devraient être molles, grumeleuses et jaunes.

Habillez votre bébé en fonction de la température.

Il est important que le bébé n'ait pas trop chaud. Votre bébé sera généralement confortable en portant le même nombre de couches de vêtements que vous. Les bébés perdent beaucoup de chaleur par la tête. Selon la saison, le bébé peut porter un bonnet quand il sort dehors. Cependant, il ne faut pas que le bébé soit couvert d'un bonnet ou d'un chapeau en dormant, pour éviter que celui-ci ne glisse sur son visage et sa bouche. Voir le fichier Sécurité du nouveau-né pour obtenir de l'information sur la façon d'assurer la sécurité du bébé pendant son sommeil.

Faites vacciner votre bébé selon les recommandations de votre prestataire de soins de santé pour protéger sa santé.

Les vaccins provoquent la production d'anticorps qui protégeront votre bébé des maladies, et même de la mort. Votre bébé doit être vacciné à plusieurs moments pour être complètement protégé. Vous pouvez allaiter votre bébé pendant l'injection pour réduire sa douleur. Son premier vaccin est administré à deux mois de sa naissance. Voir le calendrier de vaccination de la section Ressources et liens pour savoir quand vous devez prendre rendez-vous avec votre prestataire de soins de santé. Les vaccins utilisés au Canada sont sans risque et ne provoquent pas l'autisme.

Les bébés peuvent tomber malades très vite. Si vous êtes inquiet au sujet de votre bébé, faites-le examiner par votre prestataire de soins de santé.

Si votre bébé semble malade, vérifiez sa température. La meilleure façon de vérifier la température de votre bébé est d'introduire délicatement un thermomètre dans son rectum. La deuxième façon est de le placer sous son aisselle. Si votre bébé a plus de 38 °C de température par voie rectale, il a de la fièvre. Si votre bébé a plus de 37,3 °C de température sous l'aisselle, il a de la fièvre.

Amenez le bébé chez votre prestataire de soins de santé immédiatement si :

- ▶ Il a de la fièvre.
- ▶ Il semble avoir la jaunisse.
- ▶ Il a une éruption cutanée, particulièrement sur le fessier ou à proximité, qui ne semble pas vouloir disparaître.
- ▶ Il se nourrit mal ou refuse de téter.
- ▶ Il a la bouche, les lèvres ou la langue sèche.
- ▶ Il a des selles généralement fréquentes qui s'arrêtent soudainement.
- ▶ Il urine moins souvent ou son urine est foncée.
- ▶ Il vomit plus de deux fois en un jour.
- ▶ Il a la diarrhée.
- ▶ Ses selles sont noires ou sanguinolentes, et ne sont pas du méconium.
- ▶ Ses selles sont grises ou couleur craie.
- ▶ Il a une toux qui ne veut pas disparaître.
- ▶ Il a des difficultés à se réveiller ou semble faible.
- ▶ Il a les lèvres ou les lobes d'oreille bleus ou gris.
- ▶ Il a des difficultés à respirer ou il respire très vite.
- ▶ Il tremble et ne réagit pas à votre intervention (convulsif).
- ▶ Il a d'autres symptômes indiquant qu'il est malade.

Sachez reconnaître quand votre bébé est fatigué.

Si un bébé est épuisé, il peut avoir de la difficulté à s'endormir.

Certains signes indiquant que votre bébé est fatigué :

- ▶ Bâillement.
- ▶ Passivité ou perte d'intérêt.
- ▶ Pleurs ou agitation.
- ▶ Action de se frotter les yeux.

Pour aider votre bébé à bien dormir, vous pouvez :

- ▶ Créer un rituel du coucher.
- ▶ Éviter une trop grande stimulation du bébé au moment d'aller dormir.
- ▶ Coucher le bébé dans son berceau, son couffin ou son lit, dans une pièce peu éclairée.

Changer le bébé de position pour éviter qu'il développe un crâne plat.

Votre bébé passe beaucoup de temps sur son dos, car c'est la position la plus sûre pour l'endormir.

Pour éviter le développement d'un crâne plat, vous pouvez :

- ▶ Changer chaque jour l'orientation du bébé dans son berceau. Votre bébé tourne naturellement sa tête en direction de la porte.
- ▶ Changer l'emplacement du mobile en suspension que le bébé regarde de son berceau.
- ▶ Éviter de laisser le bébé dans un siège d'auto ou une poussette trop longtemps si possible.
- ▶ Lorsque le bébé est éveillé, opter pour des périodes sous surveillance en position ventrale, de 10 à 15 minutes, trois fois par jour. Il sera plus facile de le faire si vous vous allongez sur le sol en face de lui et que vous vous adonnez au jeu.

Les bébés en bonne santé pleurent pour exprimer leur besoin et pour communiquer.

Votre bébé vous fera savoir en pleurant s'il a besoin de quelque chose. Parfois, il peut pleurer pour aucune raison. Pleurer est une attitude normale chez un nouveau-né.

Pour calmer votre bébé, essayez de :

- ▶ Le nourrir.
- ▶ Le changer dès que ses couches sont mouillées ou souillées.
- ▶ Lui faire faire son rot.
- ▶ Le changer de position ou lui caresser le dos en douceur.
- ▶ Le câliner et le réconforter en le portant sur soi, peau à peau.
- ▶ Vérifier que votre bébé est suffisamment habillé, ni trop vêtu ni trop peu.
- ▶ Lui parler ou lui chanter une chanson ou faire jouer une musique douce en sourdine.
- ▶ Le bercer doucement dans une balançoire de bébé ou aller faire un tour en voiture avec lui.
- ▶ Amener votre bébé en promenade dans sa poussette.
- ▶ Lui donner un bain chaud et lui faire un massage.

Ne jamais secouer ou frapper votre bébé. Voir le fichier Sécurité du nouveau-né pour obtenir des informations sur la façon de s'y prendre avec un bébé qui pleure.

Vous êtes le lien le plus important que votre bébé a avec le monde.

Un lien affectif et un attachement forts sont la base d'une relation positive. C'est en réagissant aux besoins de votre bébé de façon systématique et sensible que l'attachement réciproque se produit. Le bébé doit pouvoir compter sur vous pour répondre à ses besoins.

- ▶ Faites en sorte que votre bébé s'épanouisse, réconfortez-le et réagissez à ses besoins. Montrez-lui que vous êtes fiable pour prendre soin de lui et le réconforter.
- ▶ Le contact peau à peau (placer votre bébé, nu à l'exception de sa couche, poitrine contre poitrine en vous enroulant tout deux dans une couverture légère) est une excellente façon d'établir un lien affectif entre vous et votre bébé. Cette approche peut aussi faciliter l'allaitement. Les parents peuvent porter leur enfant peau à peau dès la naissance.
- ▶ Créer une relation sûre et solide avec votre bébé favorisera le bon développement de son cerveau.
- ▶ Prévoyez des périodes quotidiennes en face à face avec votre bébé pour le câliner, s'amuser avec lui à plat ventre et établir un lien avec lui.
- ▶ Assurez-vous de prévoir beaucoup de temps avec votre bébé. Parlez doucement, chantez des chansons et regardez-le dans les yeux.
- ▶ Soyez à son écoute et surveillez les signes pour mieux comprendre son comportement.

En savoir davantage sur la façon de prendre soin de votre nouveau-né.

Vous pouvez trouver d'autres informations sur les soins du nouveau-né auprès des ressources suivantes. Vous en trouverez d'autres à la section Ressources et liens.

- ▶ Votre prestataire de soins de santé
- ▶ Votre bureau local de santé publique: 1-866-532-3161
- ▶ Calendriers de vaccination
<http://www.health.gov.on.ca/fr/pro/programs/immunization/schedule.aspx>
- ▶ Soins de nos enfants
<http://www.soinsdenosenfants.cps.ca>