



Livret complet

Donner le sein



CPIas Occitanie

Mai 2026



Tous les jours

Hygiène corporelle



Changement des sous-vêtements

Avant une tétée Avant de tirer le lait



Lavage des mains

Eau et savon
(Friction avec produit hydro-alcoolique si absence de point d'eau et/ou de savon)



Vérification de l'état cutané de l'aréole et du mamelon



Après chaque utilisation, le matériel d'allaitement doit être :



1- Rincé



2- Lavé

Au lave-vaisselle à 65°C
(Si possible séparément de la vaisselle familiale)

OU

A l'eau chaude et au liquide vaisselle,
Rincé, séché (à l'air libre)

Conservation du lait maternel au domicile

(Recommandations CoFAM* avril 2025)

- Maximum 4 heures à T° ambiante (27-32°C)
- Maximum 8 heures à T° ambiante (< 27°C)
- Maximum 8 jours au réfrigérateur (< 4°C)
(Pas dans porte du réfrigérateur)
- Maximum 12 mois au congélateur (< -18°C)

Pas dans freezer ni bac à glaçons, noter date de congélation et utiliser les laits les plus anciens en premier

*Coordination Française pour l'allaitement maternel



Transport du lait maternel



Glacière ou sac isotherme avec packs de réfrigération dédiés et propres



Consommation du lait maternel après conservation



- Décongeler le lait au réfrigérateur au moins 6 h avant et le consommer dans les **24 h**.
- Ne pas rajouter de lait fraîchement recueilli dans du lait congelé.
- Ne pas mélanger du lait tiède et du lait réfrigéré (le refroidir au réfrigérateur avant)
- Toujours homogénéiser le lait avant utilisation.
- Consommer le lait à T° ambiante. Si besoin de le réchauffer le faire au bain-marie tiède ou chauffe biberon à une T° douce, pas de micro-ondes (perte de nutriments et risque de brûlure) et le consommer dans les 30 minutes
- Ne pas recongeler du lait décongelé
- Jeter lait non consommé



A la maternité et au domicile

- Mesures d'hygiène pour maman et tous ceux qui vont participer ou aider à allaiter bébé

A la maternité

- Hygiène des mains avec un produit hydro-alcoolique pour les professionnels (PHA)
- Matériel nettoyé- désinfecté
- **Temps de conservation du lait plus courts** qu'au domicile



Recommandations de l'Agence Nationale de Sécurité Sanitaire des aliments



Livret
complet




Préparer et donner le biberon



CPias
Occitanie

Mai 2026

Préparation

- 1- Réaliser une hygiène des mains (eau et savon ou produit hydro-alcoolique) 
- 2- Préparer le matériel nécessaire sur une surface propre
- 3- Vérifier les dates de péremption
- 4- Verser la quantité d'eau nécessaire dans le biberon (*adaptée à l'enfant*)
- 5- Prélever la poudre de lait avec la cuillère mesure de la boîte et araser la cuillère.
- 6- Verser au fur et à mesure dans le biberon
- 7- Fermer le biberon avec la tétine et le capuchon puis mélanger en roulant le biberon entre les 2 mains



Points de vigilance

Eau dédiée à bébé et conservée au réfrigérateur 24 h maximum

Ne pas utiliser d'eau de fontaine réfrigérante



Eviter le contact entre le goulot de la bouteille d'eau et du biberon



Eviter le contact de la cuillère mesure de lait avec le bord et les parois de la boîte



Consommation



Dans l'heure qui suit la sortie du réfrigérateur ou la préparation
Dans les 30 minutes si réchauffé

Ne pas remettre au réfrigérateur un biberon sorti du réfrigérateur : le jeter

Conservation



1 h à T° ambiante (20-25°C)
24 h au réfrigérateur



Nettoyage biberon

Laver à la main dès la fin de la tétée

Rincer à l'eau, pour éliminer les résidus de lait

Nettoyer à l'eau chaude avec du liquide vaisselle,

Rincer à l'eau

Sécher sans essuyage

OU

Laver au lave-vaisselle

Rincer dès la fin de la tétée à l'eau,

Laver : cycle à T° = 65 ° C

(Si possible séparément de la vaisselle familiale)



A la maternité

Utilisation de biberons "bactériologiquement propres" ou nouettes préremplies en verre
Les biberons sont identifiés pour chaque bébé

De l'eau de qualité microbiologiquement maîtrisée peut-être utilisée (protocole interne)





Changer mon bébé



Livret
complet



- **Se laver les mains** Eau et savon (*friction avec produit hydro-alcoolique si pas de point d'eau et de savon*)
- **Changer la couche** rapidement après émission de selles et régulièrement (toutes les 2 à 3h) pour éviter un contact prolongé avec l'humidité et l'apparition d'un érythème fessier
- **Surveiller** l'apparition d'un érythème fessier/rougeurs (crème adaptée si besoin) 
- **Nettoyer la peau à chaque change** : eau et savon* si selles, eau seule si urines
**savon à base végétale sans antibactérien, sans huiles essentielles, sans savon, sans parfum, pH physiologique*
- **Laver les organes génitaux** en allant des organes génitaux vers l'anus puis les fesses
- Sécher doucement par tapotement sans oublier les plis 
- Eviter parfum, eaux nettoyantes, crèmes
- **Jeter la couche** dès la fin du change

Professionnels de santé

Hygiène des mains (PHA)
Port de gants et d'un tablier
plastique
Mesures d'hygiène renforcées si
besoin



Livret
complet



Baigner mon bébé



CPias
Occitanie

Mai 2026

- 1** **Lavage des mains préalable**
- 2** **Baignoire nettoyée et bien rincée**
- 3** **Bain** : 2 fois/semaine de 0 à 1 mois puis tous les jours
- 4** **Laver la tête** : 1 à 2 fois /semaine
- 5** **Utiliser un savon** à base végétale sans antibactérien, sans huiles essentielles, sans savon, sans parfum, pH physiologique
- 6** **Eviter les lingettes**
- 7** **Lavage du haut vers le bas**, pas de savon sur visage jusqu'à 1 mois
- 8** **Lavage parties externes organes génitaux** en allant du pubis vers l'anus puis fesses
- 9** Utiliser **serviettes douces et propres**



Soin des yeux



Sérum physiologique et compresses stériles (une par oeil) de l'intérieur vers l'extérieur sauf si souillure (*faire du plus propre vers le plus sale*)

Nettoyer les yeux également en dehors du bain si besoin



Livret complet

Soigner le cordon



CPIas Occitanie

Mai 2026



Les soins du cordon

Recommandations de la naissance à la cicatrisation

Le cordon tombe 5 à 10 jours après la naissance. Il sera complètement cicatrisé vers le quinzième jour.





L'OMS recommande un nettoyage au savon doux liquide suivi d'un séchage du cordon.


Pour en savoir plus



Recommandations

 Laisser le cordon à l'air hors de la couche

 Mettre des vêtements propres sans les serrer

 Après la chute du cordon, continuez les soins jusqu'à cicatrisation

Quand consulter ?

En cas d'écoulement (liquide clair, sang, pus), de rougeur de la peau autour du nombril, d'un œdème du cordon, ou si le cordon n'est pas tombé à 4 semaines de vie.



Se rendre directement aux urgences en cas de fièvre associée.



AVIS

Relatif aux bonnes pratiques d'hygiène pour les soins du cordon pour les nouveau-nés en maternité et après la sortie de maternité

VD 18/05/2023

RÉPIA MATIS



Lors de la section du cordon :

=> Utilisation d'un antiseptique
(Produit destiné à réduire les microbes sur la peau)

Lors des soins :

=> savon doux et compresses non stériles

Laisser le cordon hors de la couche.

Retrait clamp de Barr au bout de 48 à 72 h

Le cordon est sec et tombe entre 5 à 15 jours après la naissance.

A retenir



Peau à peau avec bébé

Le Peau à Peau

Favorise la mise en place de l'allaitement

Optimise l'acquisition de l'autonomie alimentaire

Soutien la parentalité

Améliore les compétences cognitives (ouïe, goût, vue, odorat, toucher)

Améliore la qualité de sommeil

Augmente les interactions parents/bébé

Favorise l'attachement



Maman, Papa

Respectez les précautions standard et les règles d'hygiène de base :

- Hygiène corporelle quotidienne
- Tenue propre changée quotidiennement
- Hygiène des mains, ongles courts et propres
- Masque si symptomatologie ORL ou en période hivernale

Dans l'intérêt de l'enfant,

- Ne pas utiliser son téléphone portable pendant la séance
- Signaler toute infection à l'équipe soignante

RéPIA
MATIS

De quoi s'agit-il ?

Le peau à peau consiste à placer bébé nu ou seulement en couche contre la poitrine nue de l'un de ses parents. Il peut être réalisé en salle de naissance et être poursuivi en suites de couche puis à domicile

Professionnels de santé

Friction hydro-alcoolique des mains avant d'aider à installer bébé.

