

Partagez Article

X

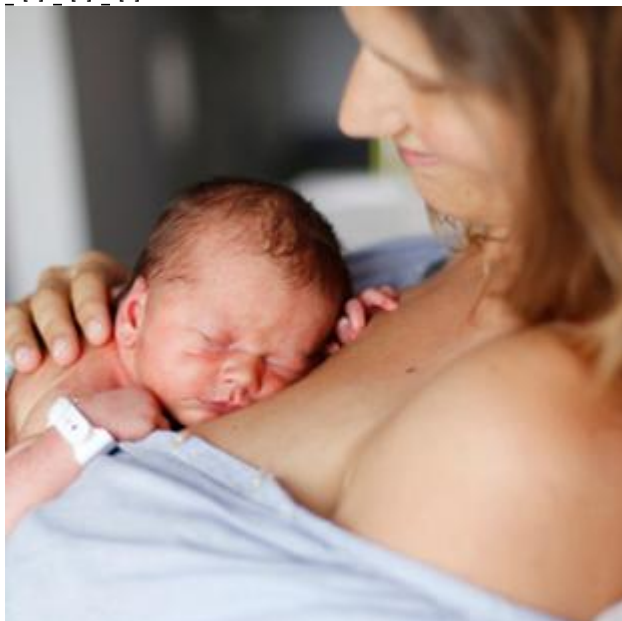


La méthode kangourou : comment prendre soin de votre bébé prématuré

Qu'est-ce que la méthode kangourou et comment peut-elle vous aider à prendre soin de votre bébé prématuré? Les bienfaits de la méthode kangourou sont nombreux. Elle permet entre autres de faciliter l'alimentation des bébés prématurés et de favoriser l'attachement au second parent grâce au peau à peau, à l'hôpital ou à la maison.

<https://www.nestlebaby.ca/fr/methode-kangourou-bebes-prematures> ^[1]

[\[2\]](#) [\[3\]](#) [\[4\]](#)



La méthode kangourou : comment prendre soin de votre bébé prématuré

Qu'est-ce que la méthode kangourou et comment peut-elle vous aider à prendre soin de votre bébé prématuré? Les bienfaits de la méthode kangourou sont nombreux. Elle permet entre autres de faciliter l'alimentation des bébés prématurés et de favoriser l'attachement au second parent grâce au peau à peau, à l'hôpital ou à la maison.

Jeudi, novembre 12th, 2020

- ^[5]
- [Imprimez](#) ^[1]
- [Partagez](#)

Les nouveaux parents se souviendront toujours de la première fois où ils ont tenu leur bébé dans leurs bras, en espérant que le moment dure éternellement. Le contact peau à peau entre la mère et le bébé est extrêmement important pour l'attachement et peut également aider à régler les problèmes d'alimentation des bébés prématurés en favorisant l'allaitement. Mais que se passe-t-il si votre bébé arrive plus tôt que prévu? Si votre bébé naît avant terme (avant 37 semaines) ou a un faible poids à la naissance (moins de 2500 g ou 5 lb et 5 oz), ses premiers jours et semaines seront probablement très différents de ce que vous aviez imaginé. En effet, les bébés prématurés doivent généralement demeurer dans l'unité de soins intensifs néonataux (USIN) de l'hôpital pendant plusieurs semaines, voire plusieurs mois, pour suivre un traitement spécial. Cette période peut être extrêmement stressante et émouvante pour les parents, car ils se préoccupent de la santé de leur bébé et sentent parfois qu'ils n'ont pas l'occasion d'apprendre à connaître leur nouveau-né.

Qu'est-ce que la méthode kangourou?

La méthode kangourou est un contact peau à peau entre un bébé prématuré et son parent. Elle consiste à coller votre bébé nu (à l'exception d'une couche et, éventuellement, d'un bonnet) en position verticale contre votre poitrine nue, à la manière d'un kangourou dans la poche de sa mère. On utilise souvent une couverture pour tenir le bébé en place. La méthode kangourou a été développée en Amérique du Sud pour aider les bébés prématurés qui n'avaient pas accès à des incubateurs dans l'USIN. Le contact peau à peau a de nombreux bienfaits pour votre bébé qui se feront sentir bien après votre sortie de l'hôpital. La méthode kangourou est aussi un excellent moyen de favoriser l'attachement des parents aux bébés prématurés et de diminuer l'anxiété et la dépression chez la mère. Si vous et votre petit héros en êtes capables, vous pourriez passer plusieurs heures par jour en portage kangourou. Demandez à votre équipe de soins à quel moment vous pouvez commencer le peau à peau. Dans les premiers jours, vous pourriez aussi recevoir de l'aide pour sortir votre bébé de l'incubateur et manipuler les tubes.

LES BIENFAITS DE MÉTHODE KANGOUROU POUR VOTRE PETIT HÉRO

La méthode kangourou vous permet de faire du peau à peau avec votre bébé prématuré tout en lui permettant de vivre une expérience sensorielle unique à travers le toucher, l'ouïe et l'odorat. Ses nombreux bienfaits seront ressentis tant par les parents que par l'enfant.

1. Bébé ressent la chaleur dégagée

Les bienfaits de la méthode kangourou pour votre petit héros

La méthode kangourou vous permet de faire du peau à peau avec votre bébé prématuré, ce qui lui offre une expérience sensorielle unique à travers le toucher, l'ouïe et l'odorat. Ses nombreux bienfaits seront ressentis tant par les parents que par le bébé.

Bébé ressent la chaleur dégagée grâce au contact peau à peau

Bienfaits : Cela peut aider votre bébé prématuré à maintenir une température stable tout en renforçant votre lien parent-enfant.

À essayer : Une fois que vous êtes en position assise confortable, demandez à votre infirmière de poser votre bébé nu (à l'exception d'une couche et, éventuellement, d'un bonnet) verticalement, son ventre contre votre poitrine nue. Utilisez une couverture, une écharpe ou un vêtement pour vous envelopper tous les deux et vous tenir bien au chaud.

Bébé sent votre odeur

Bienfaits : Si vous utilisez la méthode kangourou avec votre bébé, il sera plus susceptible de prendre le sein car il sera proche de votre poitrine et pourra sentir votre lait. Ce contact peut faciliter la transition vers l'allaitement et vous aider à augmenter votre production de lait.

À essayer : Laissez tomber le parfum, puisque bébé aime votre odeur naturelle. Si vous êtes à l'aise de le faire, retirez votre soutien-gorge pour que votre bébé prématuré puisse se blottir contre votre poitrine lorsqu'il a faim, ou s'entraîner à sucer vos mamelons, s'il n'est pas encore tout à fait prêt pour l'allaitement.

Bébé entend votre voix

Bienfaits : Le son de votre voix est réconfortant et aide bébé à s'endormir pour des périodes plus longues, comme il le faisait dans l'utérus.

À essayer : Chantez, parlez ou lisez à haute voix à votre enfant. Vous pourriez, par exemple, enfin ouvrir les cartes que vous avez reçues pour la naissance, ou relire votre liste de choses à faire pour la journée. Tout est permis!

Bébé entend les battements de votre cœur

Bienfaits : Cela peut l'aider à réguler sa respiration et à ralentir son rythme cardiaque, ce qui lui permet de se détendre et le prépare à s'endormir.

À essayer : Mettez-vous à l'aise, assurez-vous d'être allé aux toilettes et d'avoir à portée de main les objets essentiels tels qu'une bouteille d'eau, des collations saines et votre téléphone afin de profiter de ce moment spécial sans avoir à vous lever.

Vous sentez votre bébé près de vous

Bienfaits : Les parents se sentent utiles lorsqu'ils peuvent faire quelque chose de positif pour leur bébé prématuré et ont le sentiment de faire partie de l'équipe de soins.

À essayer : Expérimentez le portage en écharpe pour profiter d'un contact peau à peau tout en ayant les mains libres pour faire d'autres choses. Votre équipe médicale sera en mesure de vous dire quand votre bébé sera suffisamment grand pour cela.

Conseils pour l'alimentation des bébés prématurés

Votre équipe de soins élaborera un plan d'alimentation pour votre bébé. Il comprendra du lait maternel, comme il est riche en nutriments qui aideront votre bébé à grandir, ainsi que des anticorps pour stimuler son système immunitaire et le protéger des infections. Puisque l'intestin de votre bébé prématuré est immature, c'est la nourriture la plus facile à digérer pour lui. Toutefois, comme les bébés prématurés ont besoin de plus de nutriments pour grandir et se développer, le lait maternel doit être enrichi. Votre équipe de soins pourrait vous recommander d'offrir à votre nouveau-né du lait maternel enrichi ou de la préparation pour nourrissons prématurés pour accompagner votre lait maternel. C'est parce que les bébés prématurés ont besoin de plus de calories, de protéines, de certains acides gras, de vitamines et de minéraux que les bébés à terme. Vous ne devriez pas vous sentir coupable d'enrichir votre lait maternel ou de l'accompagner de suppléments pour aider votre petit héros à rattraper son retard de croissance.

Les problèmes d'alimentation des bébés prématurés

L'allaitement vous aide également à renforcer votre lien avec votre bébé prématuré et à obtenir un contact peau à peau régulier; par contre, il n'est pas toujours possible dès le début, car certains bébés prématurés ne sont pas assez forts pour prendre le sein immédiatement. Cette période peut être incroyablement éprouvante pour les nouvelles mamans. Votre équipe de soins vous soutiendra dans ce moment difficile et vous aidera à offrir votre propre lait maternel nutritif à votre bébé, si c'est possible. Il se peut qu'on vous propose de tirer votre lait, pour ensuite l'offrir à votre bébé par un tube. Consultez notre article expliquant comment [extraire et conserver le lait maternel](#) ^[6]. Ne vous inquiétez pas si votre lait ne vient pas immédiatement; parfois, il se fait attendre un certain temps. Posez votre bébé sur votre poitrine lors de séances de peau à peau régulières avec la méthode kangourou pour stimuler votre lactation. En laissant votre bébé s'entraîner à téter vos mamelons pendant le portage kangourou, vous le préparez aussi à l'allaitement maternel. N'oubliez pas de bien manger, de boire suffisamment d'eau et de vous reposer si vous le pouvez, et continuez à essayer de tirer votre lait toutes les quelques heures. Soyez patiente et faites confiance à votre corps. Vous y arriverez!

Les séances de peau à peau avec le second parent

La méthode kangourou n'est pas réservée aux mères qui ont accouché! Ils ne peuvent pas allaiter, mais les pères, les secondes mères, les seconds parents et les autres membres de la famille peuvent quand même porter le bébé en kangourou et bénéficier d'un contact peau à peau spécial avec lui. Pour rassurer votre nourrisson et lui permettre de profiter des bienfaits de la méthode kangourou le plus tôt possible, mettez une routine en place avec votre équipe de soins.

Sources

Jeffries, AL. Kangaroo care for the preterm infant and family. *Paediatr Child Health*. 2012;17(3):141-143.

Perinatal Services BC. Kangaroo Care. <http://www.perinatalservicesbc.ca/health-professionals/professional-resources/kangaroo-care> [7] (consulté en novembre 2020).

SickKids. About Kids Health. La méthode kangourou pour votre bébé hospitalisé.

<https://www.aboutkidshealth.ca/Article?contentid=3823&language=French> [8] (consulté en novembre 2020).

Dernière révision : novembre 2020

[Pour en savoir plus](#) [9]

URL source: <https://www.nestlebaby.ca/fr/methode-kangourou-bebes-prematures>

Liens

[1] <https://www.nestlebaby.ca/fr/methode-kangourou-bebes-prematures>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button?url=https://www.nestlebaby.ca/fr/methode-kangourou-bebes-prematures&media=https://www.nestlebaby.ca/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/preterm-02-kangaroo-care-01.jpg&description=La méthode kangourou : comment prendre soin de votre bébé prématuré](https://pinterest.com/pin/create/button?url=https://www.nestlebaby.ca/fr/methode-kangourou-bebes-prematures&media=https://www.nestlebaby.ca/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/preterm-02-kangaroo-care-01.jpg&description=La%20m%C3%A9thode%20kangourou%20comment%20prendre%20soin%20de%20votre%20b%C3%A9b%C3%A9%20pr%C3%A9mat%C3%BAr%C3%A9)

[3] <https://twitter.com/share?text=La%20m%C3%A9thode%20kangourou%20comment%20prendre%20soin%20de%20votre%20b%C3%A9b%C3%A9%20pr%C3%A9mat%C3%BAr%C3%A9>
kangourou-bebes-prematures

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebaby.ca/fr/methode-kangourou-bebes-prematures>

[5] <https://www.nestlebaby.ca/fr/printpdf/2839834>

[6] <https://www.nestlebaby.ca/fr/de-0-6-mois/allaitement-maternel/extraire-et-conserver-le-lait-maternel>

[7] <http://www.perinatalservicesbc.ca/health-professionals/professional-resources/kangaroo-care>

[8] <https://www.aboutkidshealth.ca/Article?contentid=3823&language=French>

[9] <https://www.nestlebaby.ca/fr/javascript%3A%3B>