

# Votre guide pour changer la couche de votre bébé



WaterWipes

Saviez-vous que les nouveau-nés ont parfois besoin d'être changés jusqu'à 12 fois par jour? Il est donc important d'être bien préparé(e).<sup>1</sup> De plus, comme leur peau est délicate, il est nécessaire de les changer dès que possible pour prévenir l'apparition d'érythème fessier.<sup>2</sup>

**Avant de commencer, lavez-vous les mains, et assurez-vous que vous disposez des éléments suivants :**<sup>3</sup>

- ✓ Un matelas à langer ou une serviette
- ✓ Des lingettes
- ✓ Un sac à couches pour jeter les couches sales
- ✓ Une crème adaptée à la peau de votre bébé
- ✓ Une couche propre

**Vous avez tout le matériel nécessaire ? Installez à présent l'endroit où vous allez changer votre bébé. L'idéal est de disposer d'une table à langer. Mais si vous n'en avez pas, vous pouvez poser un matelas à langer ou même une serviette sur le sol. Surtout, gardez un œil sur votre enfant tout au long de l'installation.<sup>2</sup>**

- 💧 Si la couche est sale, utilisez-la pour retirer les selles du bébé.
- 💧 Utilisez des lingettes pour nettoyer le reste des selles. Ensuite, assurez-vous que votre bébé est complètement propre (nettoyez la zone normalement recouverte par la couche sans oublier l'intérieur des plis de la peau). Enfin, séchez les fesses de votre bébé en les tapotant délicatement.
- 💧 Si votre bébé est une fille, essuyez-la de l'avant vers l'arrière. Si c'est un garçon, essuyez-le de l'arrière vers l'avant. Ensuite, séchez soigneusement ses fesses, y compris les plis.
- 💧 S'il fait suffisamment chaud, laissez votre bébé sans couche pendant quelques minutes sur le matelas à langer, afin de laisser respirer sa peau.
- 💧 Jetez la couche et les lingettes sales puis lavez-vous les mains.

**Si vous avez des inquiétudes concernant la peau ou les selles de votre bébé, contactez votre médecin.**

## References:

1. Healthy Children. Changing Diapers. Disponible à l'adresse : <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/diapers-clothing/Pages/Changing-Diapers.aspx>. Consulté au mois d'avril 2022.
2. Mayo Clinic. Diaper Rash. Disponible à l'adresse : <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/diaper-rash/symptoms-causes/syc-20371636>. Consulté au mois d'avril 2022.
3. NHS. How to change your baby's nappy. Disponible à l'adresse : <https://www.nhs.uk/conditions/baby/caring-for-a-newborn/how-to-change-your-babys-nappy/>. Consulté au mois d'avril 2022.



# Comprendre les selles de votre bébé

Les selles de bébé peuvent varier selon qu'ils sont nourris au biberon ou qu'ils prennent le sein, et il est normal qu'elles changent d'un jour à l'autre.

- Les toutes premières selles du bébé contiennent une substance visqueuse, un peu semblable à du goudron, de couleur vert foncé ou noire et appelée méconium.<sup>4</sup>
- Une fois le méconium éliminé, les selles de votre bébé prennent une couleur jaune moutarde. Elles deviennent ce qu'on appelle communément des « selles changeantes », en raison de l'apport en lait dans l'alimentation de votre bébé.<sup>4</sup>

Si vous avez des questions concernant la peau ou les selles de votre bébé, contactez votre médecin.

## References:

4. NCT. Newborn baby poo in nappies: what to expect. Disponible à l'adresse : <https://www.nct.org.uk/baby-toddler/nappies-and-poo/newborn-baby-poo-nappies-what-expect>. Consulté au mois d'avril 2022.

WaterWipes®

Le tableau ci-dessous peut vous aider à surveiller les selles de votre enfant.



Les premières selles du bébé sont de couleur vert foncé ou noire. C'est le méconium.



Lors de l'allaitement maternel, les selles sont de couleur moutarde, de consistance plutôt crémeuse et granuleuse à la fois.



Les selles des enfants nourris au lait infantile sont de couleur marron et ont une texture semblable à de la pâte à tartiner.



Il s'agit d'une couleur normale, qui s'explique sans doute par la consommation d'aliments riches en fer.



Cette couleur est fréquente chez les bébés qui ont commencé la diversification alimentaire. La texture des selles est molle et leur couleur peut aller du brun au brun foncé.

Consultez votre médecin si les selles de votre bébé ont les couleurs suivantes :



Cette couleur peut être due à la nourriture, à des médicaments ou peut aussi être du sang.



Des selles noires peuvent être observées chez les bébés de plus de quelques jours. Dans ce cas, elles indiquent souvent la présence de sang séché.



Des selles blanches, grises ou pâles peuvent être le signe d'un problème qui nécessite un avis médical.

