

GUIDE maman bébé

VOTRE GUIDE
POUR BIEN
PRÉPARER
L'ARRIVÉE
DE BÉBÉ



p.04

La grossesse
au fil des mois

p.11

Les différents types
d'allaitement

p.13

Le choix
du tire-lait



Retrouvez tous nos produits
sur www.vitadomia.com

Vitadomia
L'art du bien-être

Édito

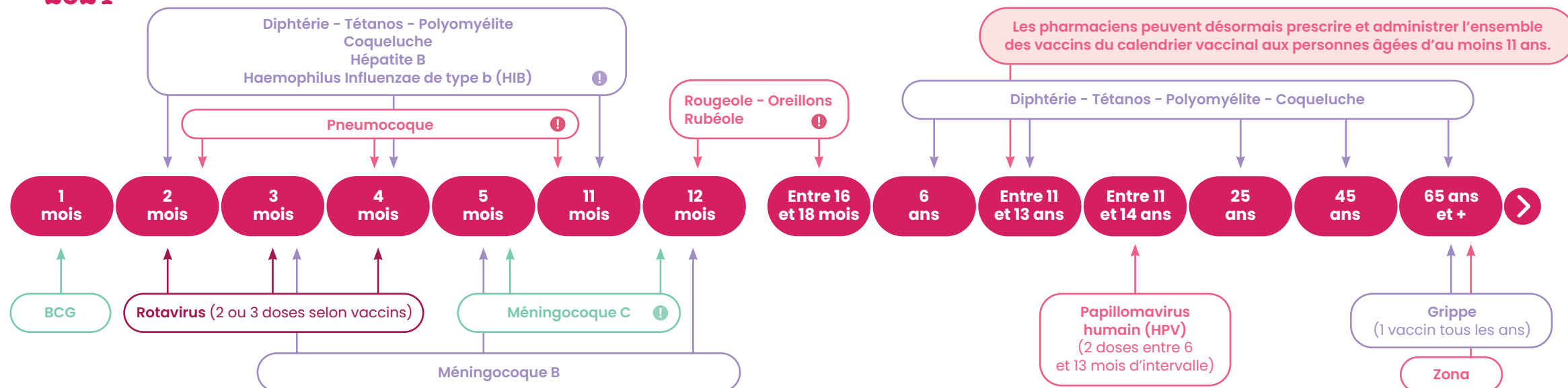
Vous êtes sur la route de votre plus beau voyage ! Dans quelques mois vous sera confié le plus beau rôle de votre vie : celui d'être parents !

Malgré tout le bonheur procuré, c'est aussi une période d'interrogations, de doutes, un bouleversement dans votre vie. Ce guide a pour but d'accompagner les futurs parents dans les différentes étapes pour préparer l'arrivée de bébé : la grossesse, la naissance, le post-partum. De nombreux articles vous aideront à appréhender ce nouveau rôle et de choisir les indispensables de bébé parmi une large sélection de produits.

Votre pharmacien vous accompagnera durant toutes les étapes de la vie de votre enfant !



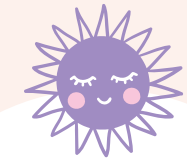
Le calendrier simplifié des vaccinations* 2024



*Calendrier des vaccinations en vigueur en 2024

! : vaccins obligatoires pour les nourrissons

Sommaire



P. 04

Au fil des mois

P. 06

Ma valise maternité

P. 10

Allaiter en toute tranquillité

P. 16

Miam Miam



P. 17

La location

P. 18

Sécuriser bébé

P. 20

Vivre son rôle de maman

P. 21

Accompagner maman : le rôle essentiel du papa



Au fil des mois : le calendrier de ma grossesse

Votre test de grossesse est positif, votre prise de sang le confirme, ça y est : bébé se fait une place au creux de votre ventre ! Mais alors, comment vont se dérouler les prochains mois ?

♥ MOIS 1

- Prise d'acide folique, test de grossesse.
- Prendre rdv chez votre médecin traitant.
- Réaliser un frottis si ça n'a pas été fait avant la grossesse.

♥ MOIS 2

Pratiquer les différents examens du début de grossesse : toxoplasmose, rubéole, syphilis, hépatite B, carte de groupe sanguin, analyse d'urines...

♥ MOIS 3

- Première échographie de grossesse.
- Faire la déclaration de grossesse auprès de la CAF et de l'assurance maladie.

♥ MOIS 4

- Visite prénatale obligatoire.
- Première séance de préparation à la naissance et à la parentalité.

♥ MOIS 5

- Visite prénatale obligatoire.
- Seconde échographie.
- Rendez-vous chez le dentiste.

♥ MOIS 6

- Visite prénatale obligatoire.
- Dépistage du diabète gestationnel.

♥ MOIS 7

- Visite prénatale obligatoire.
- Commencer les séances de préparation à l'accouchement.
- Troisième échographie.

♥ MOIS 8

- Visite prénatale obligatoire.
- Consultation anesthésie.
- Dépistage streptocoque B.

♥ MOIS 9

- Visite prénatale obligatoire.



Les essentiels à votre bien-être



Ceinture de grossesse

Conçue pour le maintien et le support du dos durant la grossesse et en post-partum.

190446657224



LE MEILLEUR CHOIX

Impédancemètre Premium

Permet de mesurer toutes vos données de masse corporelle : poids, masse grasse, indice de masse corporelle (IMC), masse osseuse et masse hydrique.

3665066001438

Impédancemètre Classic

Pèse-personnes impédancemètre classic : mesure du poids, taux de graisse, masse osseuse et musculaire.

3665066001414



Les essentiels pour contrôler votre santé



Tensiomètre poignet automatique

Type bracelet, compact et léger pour une mesure efficace de la tension artérielle.

3665066000745

Tensiomètre bras automatique

Tensiomètre compact et léger permettant la prise de mesure efficace de la tension artérielle.

3665066000738



LE MEILLEUR CHOIX



LE MEILLEUR CHOIX

Oxymètre de pouls

Destiné à mesurer la fréquence du pouls et la saturation fonctionnelle en oxygène au niveau du doigt.

3665066000820

Au fil des mois : les maux de grossesse

La grossesse est souvent synonyme de désagréments corporels dus à la modification de l'organisme. Il est tout à fait normal que la femme enceinte ressente quelques dérangements. Au début de la grossesse, ce sont les hormones qui travaillent puis les maux sont dus à des causes mécaniques.

Les nausées et vomissements

Les nausées sont les plus connues !

Elles proviennent d'une hormone produite par le placenta. Cela peut créer une hypersensibilité sensorielle, les femmes vont être dérangées par les odeurs, pouvant aller jusqu'aux vomissements.

★ Astuces

- Ne pas se lever le matin sans avoir mangé.
- Manger du gingembre.
- Utiliser des huiles essentielles d'agrumes.
- Faire de l'acupuncture.

Brûlures d'estomac

Les remontées acides sont causées par le relâchement des muscles, un ralentissement de la vidange gastrique et une compression de l'utérus sur l'estomac, elles apparaissent généralement en fin de grossesse lorsque le bébé prend de la place.

★ Astuces

- Éliminer les aliments qui favorisent les brûlures d'estomac.
- Rester en position verticale après les repas.
- Faire des petits repas fractionnés.
- En cas de besoin, il existe des traitements.

Insomnie

La grossesse peut engendrer des troubles du sommeil. Afin de les éviter, il est conseillé de maintenir une activité physique, même modérée : le sommeil viendra un peu plus facilement.

★ Astuces

- Contre les insomnies, la relaxation, la respiration abdominale, la sophrologie peuvent également aider.

Vergetures

Les vergetures apparaissent sous l'effet d'un étirement rapide et brutal de la peau.

Malheureusement, elles sont inévitables pour certaines personnes...

★ Astuces

- Massez-vous le ventre régulièrement avec de la crème hydratante dès le début de la grossesse.
- Buvez beaucoup d'eau pour une bonne hydratation.



Ma valise maternité : l'essentiel pour bébé et moi

Le jour J approche à grands pas et vous angoissez déjà à l'idée de préparer votre valise pour la maternité ? Pas de panique ! On vous récapitule tout ! Il est préférable de séparer les affaires de bébé et les affaires de maman et également de faire un sac dédié à la salle de naissance.

Pour bébé

- 7 bodies (dont 1 qui s'ouvre par le devant)
- 6 pyjamas (dont 1 qui s'ouvre par le devant)
- 2 ou 3 gilets
- 2 paires de chaussons ou chaussettes
- 2 bonnets
- 1 paire de moufles
- 5 bavoirs
- 5 langes
- 2 serviettes de toilette bien douces
- 1 gigoteuse
- 1 tenue chaude pour la sortie
- 1 gel nettoyant
- Liniment
- Crème pour le change
- Des couches si la maternité n'en fournit pas (2-5kg)
- Tétines
- Thermomètre
- Couverture
- Veilleuse

Il est conseillé de préparer un sac dédié à la salle de naissance avec tout le nécessaire pour le jour J et l'arrivée de bébé.



Administratif

- Dossier de suivi de la grossesse
- Pièces d'identité
- Carte vitale et carte mutuelle
- Carte de groupe sanguin
- Livret de famille

Pour maman

- 3 t-shirts allaitement (ou t-shirts simples)
- 3 pulls chauds (ou gilets)
- 3 soutiens-gorges allaitement (ou soutiens-gorges simples)
- 6 culottes coton (ou culottes à usages uniques)
- 1 paire de tongs ou de chaussons
- Coussinets allaitement
- Bouts de sein silicone
- 2 pyjamas
- 3 pantalons confortables
- 3 paires de chaussettes chaudes
- 1 grande et 1 petite serviette
- 1 paire de chaussettes de contention
- Trousse de toilette
- Crème protectrice mamelons
- 1 gel lavant neutre
- Protections hygiéniques de maternité
- Chargeur de téléphone
- Des biscuits, eau, jus de fruits
- Brumisateur
- Livres, magazines ou tablette

Les petits + utiles

- Des écouteurs pour ne pas déranger bébé
- 1 bouillotte pour soulager les douleurs
- 1 tapis de bain
- Du papier toilette

Pour papa

- Un livre ou des magazines pour patienter
- Son téléphone et le chargeur pour prendre les premières photos et prévenir les proches



0% CHLORE • LOTION PARFUM • ALCOOL ALLERGÈNE* LATEX NATUREL

La QUALITÉ et la SÉCURITÉ que bébé mérite



NOUVELLE TAILLE NEW BORN DISPONIBLE !

Couches pour les premiers temps de bébé après la naissance



PROTECTION MAXIMALE
CONFORT ET MAINTIEN OPTIMAL
VOILE RESPIRANT INTÉGRAL
AU SEC JOUR ET NUIT
PROTECTION ANTI-FUITES

*Aucun des 26 allergènes listés par l'Union Européenne.

Les essentiels bébé



• Chambre •

Berceau et matelas

Lit berceau plexiglas de maternité pour nourrisson.
Lit : 2414088
Matelas : 3401060040130



✓
Berceau disponible à la LOCATION

• Soin et hygiène •



P'tits doigts silicone

La première brosse à dents de bébé. Soulage les poussées dentaires.
3167673181003



Seringue nasale

Seringues nasales à remplir de sérum physiologique pour un lavage nasal efficace. Vendu par 2.
3167673301005



Mouche bébé électrique

Permet de nettoyer le nez de bébé ou enfant simplement et efficacement.
5410984042821



Support pour baignoire

Permet de positionner la baignoire de bébé à la bonne hauteur.
0-6 mois : 3167673061305
2-3 ans : 3167673061008



Baignoire avec transat

Plus confortable et sécurisée pour le bain de bébé. Bonde au fond de la baignoire.
3167673062135



Baignoire avec vidange

Dispose d'une bonde d'évacuation pour vidanger facilement l'eau. Existe en blanc, bleu, gris.
3167673060056



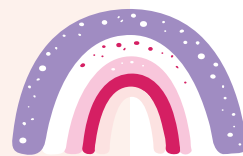
Lot de 2 éponges naturelles

Issues de la mer Méditerranée, ces éponges végétales sont naturellement anti-bactériennes et hypoallergéniques.
Lot de 2.
3167673021002



Nécessaire de toilette

Composition :
• thermomètre,
• brosse,
• peigne,
• éponge synthétique,
• coupe-ongles,
• paire de ciseaux,
• mouche nez manuel,
• p'tit doigt silicone.
3167673050118



Coton douceur 100% bio

Sachet de 180 rectangles de coton issus de l'agriculture biologique.
3665066001018



Ciseaux pour bébé

Ciseaux pour couper en sécurité les ongles de bébé.
3167673420058



Coupe-ongles pour bébé

Coupe-ongles conçu pour les ongles de bébé.
3167673424056



Kit brosse et peigne

Kit comprenant une brosse et un peigne, idéal pour coiffer bébé en douceur et avec délicatesse.
Blanc : 3167673150054
Rose : 3167673150085



Pot bébé avec volant

Pour distraire et stabiliser la position de l'enfant.
3167673043059



Réducteur de toilette

Permet à votre enfant d'aller aux WC comme les grands.
3167673044131



Lingettes nettoyantes

Nettoie bébé en douceur grâce à leur tissu spécial en micro-éponge en nid d'abeille.
8007300004297

• Sucettes et anneaux de dentition •



Attache-sucettes

Chaîne en plastique pour attacher la sucette aux vêtements de bébé.
3167671708127



Sucette 1^{er} âge avec cache*

De 0 à 4 mois avec cache intégré pour éviter de salir la tétérelle. Existe en : rose, blanc et bleu ciel.
3167671712735



Sucette 2^{ème} âge avec cache*

4 mois et + avec cache intégré pour éviter de salir la tétérelle. Existe en : rose, blanc et bleu ciel.
3167671712858



Range sucettes

Boîte de rangement pour sucettes.
3167671730234



Anneaux de dentition

Permet de soulager les douleurs dentaires de bébé.
3167677400063



Hochet de dentition

Permet de soulager bébé à l'arrivée de ses premières dents.
3167677401084

*Dans la limite des stocks disponibles



Allaiter en toute tranquillité : nos produits indispensables

C'est décidé, vous allez allaiter bébé, mais avez-vous pensé aux différents équipements dont vous aurez besoin ? Découvrez tout ce qu'il vous faut pour l'allaitement. Votre pharmacien vous conseille.

Le coussin d'allaitement

Un incontournable pour les tétées confortables ! Les tétées peuvent prendre du temps et devenir éprouvantes. Le coussin sert d'appui pour la maman et aide au maintien de bébé.



Petit + !
Avant la naissance, le coussin soulage le dos de maman pendant la nuit.
4250694700960

Le soutien-gorge d'allaitement

Le soutien-gorge d'allaitement permet de protéger la poitrine et de découvrir en partie le sein plus facilement. La lactation augmente naturellement le volume de la poitrine, il est primordial de choisir un soutien-gorge capable de la maintenir convenablement.

Les coussinets d'allaitement

Les fuites de lait font partie des désagréments de l'allaitement. Impossibles à contrôler, les fuites peuvent apparaître sur les vêtements. Les coussinets, ronds et doux, sont posés sur la poitrine sous le soutien-gorge et permettent d'éviter les taches disgracieuses.



Coussinets allaitement FISO®Pad
Boîte de 30.
3664351030078

Les bouts de sein

Accessoires d'allaitement très spécifiques qui nécessitent les conseils d'un spécialiste avant son utilisation. Ils sont préconisés après une naissance prématurée pour faciliter la tétée, en cas de crevasses particulièrement douloureuses ou en cas de mamelons plats. L'objectif est de faciliter la prise du sein.



Bouts de sein en silicone
La souplesse du silicone facilite la tenue et la finesse ne perturbe pas la succion de bébé.
3167671802009

La crème pour les mamelons

La peau des mamelons est particulièrement sensible et peut être irritée à cause de la succion. Il est important d'avoir une crème pour mamelons sensibles pour soulager ces sensations et protéger les mamelons.



Crème FISO®Lan
Contient de la lanoline de qualité médicale 100% naturelle. Sans risque pour bébé.
3401577860382

Le tire-lait

L'accessoire pratique pour conserver le lait et permettre à maman de s'absenter. Il est également conseillé lorsque la poitrine est douloureuse puisqu'il tire le lait tout en douceur.



Allaiter en toute tranquillité : les différents types d'allaitement

Il existe deux grands types d'allaitement : l'allaitement maternel (uniquement avec le lait produit par la maman) et l'allaitement artificiel (au biberon avec du lait industriel). Dans cet article, nous évoquerons les différentes manières de pratiquer l'allaitement maternel.

Allaitement maternel exclusif

- L'allaitement maternel peut être sous 2 formes :
 - au sein, de manière naturelle.
 - en tirant son lait et en le donnant au biberon.
- Allaitement et contraception orale sont compatibles. Il suffit juste de choisir une pilule compatible avec l'allaitement ou de poser un implant ou un stérilet.
- Traitement médicamenteux et allaitement sont possibles, avec une confirmation par votre sage-femme ou médecin. Il en est de même pour les vaccins.

L'allaitement mixte

Finalement, c'est peut-être l'allaitement mixte qui vous conviendra le mieux ? Mais alors, de quoi il s'agit ? C'est en fait l'allaitement au sein avec le lait maternel et le biberon de lait industriel ! Plutôt pratique, bébé pourra avoir des biberons de lait infantile avec la nounou et avoir le sein lorsqu'il est avec maman, soit au réveil, au retour du travail, au coucher, la nuit et les jours de repos. C'est également un type d'allaitement transitoire pour passer à un allaitement artificiel.

Mais quand commencer l'allaitement mixte ?

Certaines mamans le font relativement tôt, dès la maternité ou le retour à la maison. Vigilance, en démarrant trop tôt, vous courez le risque de ne pas pouvoir allaiter longtemps car votre lactation n'aura jamais été complètement établie. Il vous faut 6 semaines environ d'allaitement exclusif pour assurer une lactation complète. Il vaut mieux que vous attendiez le plus longtemps possible avant d'introduire un premier biberon de lait artificiel.

Mélange lait maternel et lait artificiel ?

C'est tout à fait possible et même recommandé ! Mélanger le lait maternel et le lait industriel dans le même biberon est une excellente manière d'introduire progressivement le lait artificiel pour un bébé qui n'en avait pas encore le goût. Il est possible de mélanger un tiers de lait artificiel à deux tiers de lait maternel, à une température proche de celle du lait qui sort de votre sein. Puis d'inverser progressivement les quantités.

Conservation du lait maternel*



4 heures
Température ambiante



24 heures
Sac isotherme



48 heures
Réfrigérateur
Jamais dans la porte.



4 mois
Congélateur
Ne pas recongeler après décongélation.

* Suivant les recommandations officielles de l'ANSES (Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail.)

Allaiter en toute tranquillité : le rythme des tétées

Vous êtes en phase de découverte avec votre bébé qui vient de naître, allaiter est nouveau pour vous deux ! Quand donner le sein ? Comment repérer les signes de faim ? Il n'y a pas de guide universel, laissez-vous du temps. Voici tous nos conseils pour vous aider à rythmer votre allaitement.

À quelle fréquence allaiter ?

Idéalement, pratiquez un allaitement à la demande, qui représente entre 8 et 12 tétées sur 24 heures.

Soit, en moyenne, une tétée toutes les 2 à 3 heures durant le 1^{er} mois. Lorsque bébé grandit, le nombre de tétées est d'environ 6 à 8 par 24 heures.

Quand mettre en place un rythme ?

Un bébé ne fait pas l'autre, mais globalement, vers la fin du premier mois, bébé commence à avoir des périodes de sommeil plus longues la nuit, qui peuvent atteindre 6 heures.

Notre conseil

Notez sur un carnet chaque tétée, son heure de départ et son heure de fin, cela vous permet ensuite de mieux comprendre les besoins de votre bébé.

Combien de temps dure une tétée ?

Aucune donnée précise n'existe, elle dépend du débit de lait et de la qualité de succion de bébé. C'est très variable, de 5 minutes pour les plus rapides, 30 à 40 minutes pour ceux qui prennent leur temps.

Quelques signes importants sont à reconnaître : bébé a un mouvement de succion ample et lent et fait des déglutitions régulières : bébé est en train de se nourrir. Au fur et à mesure de la tétée, les déglutitions sont plus espacées et de moins en moins régulières : bébé s'endort... Si bébé s'agite ou s'énerve autour de votre sein, c'est peut-être que la lactation diminue et qu'il faut lui proposer l'autre sein.

Bébé a-t-il assez bu ?

C'est une inquiétude fréquente lors des débuts de l'allaitement. Plusieurs signes peuvent vous aider à savoir : votre bébé doit mouiller entre 6 à 8 couches par jour le 1^{er} mois puis 2 à 5 couches par jour, son poids augmente, vous voyez bébé déglutir lorsqu'il tète, bébé semble détendu après la tétée.

Jusqu'à quel âge donne-t-on le sein la nuit ?

Un bébé en allaitement exclusif mettra plus de temps à faire ses nuits qu'un bébé au biberon. En effet, il est plus facile de quantifier la quantité de lait ingéré par bébé le soir au biberon plutôt qu'au sein. Votre bébé peut donc ne pas être rassasié avant de dormir et réclamer une tétée ou deux pendant la nuit (selon son âge).

Large choix de tire-lait

Tire-lait SMARTPUMP

IDÉAL POUR LES MAMANS EN DÉPLACEMENT

Conçu pour être pratique et performant, il allie discrétion et confort.

Facile à nettoyer et résistant, il s'adapte à vos besoins grâce à ses réglages personnalisables (intensité, rythme de succion) et son application Lansinoh Baby pour suivre l'allaitement.

Caractéristiques

- **Poids** : 600 g.
- **Alimentation** : batterie rechargeable.
- **Puissance** : jusqu'à 280 mmHg en double pompage.
- **Réglages** : intensité et rythme indépendants.
- **Modes** : 3 modes d'expression, 8 niveaux d'aspiration.
- **Phase** : stimulation et expression contrôlables.

HG964L

Les accessoires

Téterelles Lansinoh ComfortFit® (boîte de 2)	21 mm	5060420232035
	28 mm	5060420232066
	36 mm	5060420232097
Kit de démarrage Natural Wave		5060420232455
Set Expression Double	21/25 mm	5060420234541
Set Expression Mains Libres Double pompage		5060420235203



Les + du Smartpump !

Système fermé pour éviter le retour du lait.

Léger, silencieux (<37 dB) et offre 2 heures d'autonomie avec sa batterie rechargeable.

Disponible en location



Tire-lait FISIO PRO

IDÉAL POUR LES MAMANS
DÉSIRANT UN RÉGLAGE SUR-MESURE

Le tire-lait Fizio Pro offre un confort optimal grâce à ses réglages indépendants de puissance et de rythme.

Facile à assembler et à nettoyer, il s'adapte à vos besoins pour un allaitement personnalisé, même en cas de pathologies complexes. Utilisable en mode simple ou double pompage, il permet un gain de temps et une lactation stimulée.

Caractéristiques

- **Poids** : 4 kg.
- **Alimentation** : sur secteur.
- **Réglages** : puissance et rythme indépendants.
- **Modes** : simple ou double pompage.

CT981L

Les tétérelles

Simple pompage

- 2 tailles de morphologie de sein : S (small) et L (large)
- Jusqu'à 4 tailles de mamelon : 21, 24, 26 et 30 mm

Double pompage

- 2 tailles de morphologie de sein : S (small) et L (large)
- Jusqu'à 4 tailles de mamelon : 21, 24, 26 et 30 mm



Le + du Fizio Pro !

Personnalisation des réglages pour un confort optimal !

Une large gamme de tétérelles disponible en simple et double pompage.

Disponible en location



Tire-lait SYMPHONY

IDÉAL POUR UN USAGE
À LONG TERME

Disponible en location

Le tire-lait Symphony aide les mamans à déclencher, amplifier et maintenir une production de lait adéquate grâce aux programmes INITIATE et MAINTAIN.

Doux pour les zones sensibles, il prévient les engorgements et aide à traiter les mastites. Silencieux et facile à utiliser, il reproduit la succion naturelle du nourrisson avec son mode à deux phases. Utilisable en simple ou double pompage.

Caractéristiques :

- **Poids** : 2,9 kg.
- **Alimentation** : secteur (220 V, prise allume-cigare).

NE253

Les tétérelles

Simple pompage

- Jusqu'à 3 tailles de mamelon : 21, 24 et 27 mm

Double pompage

- Jusqu'à 3 tailles de mamelon : 21, 24 et 27 mm

PersonalFit™ PLUS (boîte de 2)

- 5 tailles de morphologie de sein : S, M, L, XL et XXL
- Jusqu'à 4 tailles de mamelon : 21, 24, 27, 36 mm



Tire-lait FINESSE

IDÉAL POUR UNE REPRISE
D'ACTIVITÉ

Disponible en location

Le tire-lait FINESSE est léger, discret et facile à transporter.

Il offre une expérience de tirage agréable et efficace, tout en étant simple à assembler et à nettoyer. Très silencieux, il fonctionne en simple ou double tirage.

Caractéristiques :

- **Poids** : 500 g.
- **Alimentation** : sur piles ou secteur.

PC223L

Les accessoires

Réducteur de tétérelle

- 2 tailles de mamelon : 21 et 22,5 mm

Tétérelle Extra Large

- 36,5 mm avec réducteur de 32,5 mm



Miam miam

De 0 à 4 mois, le lait (maternel ou infantile) reste l'aliment principal de bébé, lui apportant tous les nutriments nécessaires à sa croissance et à son développement. En moyenne, la diversification alimentaire peut être commencée entre 4 et 6 mois. Demandez conseil au pédiatre de bébé ou à votre pharmacien en cas de besoin.

• Essentiels 0 à 4 mois •



Biberon en verre

Biberon de 330 ml, équipé d'une tétine en silicone anticolliques, conçu pour les bébés de plus de 4 mois.

Existe en : orange, marine et vert.

3167671098174



Biberon en verre

• 110 ml : fourni avec une tétine spéciale nouveau-né.
• 240 ml : peut recevoir les tétines 2^{ème} âge (varitétine et supertétine).
Existe en : bleu, gris.

3167671244199

Dans la limite des stocks disponibles



Biberon en verre

Disponible en 240ml avec tétine nouveau né anticolliques.

3167671017229

Dans la limite des stocks disponibles



Tour 4 boîtes doseuses

Chaque boîte est équipée d'un bec doseur facilitant le remplissage du biberon.

3167672090009



Égouttoir à biberons

Égouttoir décoratif pour faire sécher les biberons.

3167671901238

• Essentiels 5 mois à 1 an •



Set de 6 pots

Pots de conservation. Facilite la gestion de la conservation des aliments pour bébé.

Contenance : 120 ml.

3167672094007



Sucette découverte

Permet de découvrir de nouvelles saveurs et d'apprendre à mastiquer les aliments.

Existe en : vert, bleu et rose.

3167671721096



Assiette garde au chaud

Permet de garder les aliments au chaud.

Existe en : vert, bleu et rose.

3167672110240



Bavoir ramasse-tout

Permet de ramasser les miettes.

Motif ourson : 3167672220604

Motif pingouin : 3167672220703



Babytasse

Permet à bébé de passer plus facilement du biberon à la tasse. Existe aussi en rose.

Bleu : 3167672150062

Rose : 3167672150086

La location, une bonne solution

Le matériel pour bébé peut être onéreux et avoir une utilisation uniquement sur le court terme. Il semble parfois plus intéressant de louer le matériel plutôt que de l'acheter. Voici une sélection de nos tire-laits à la location !

• Pour bébé •



Berceau

Pour nourrisson.
Matière : plexiglas.

Lit : BC730L

Pèse-bébé électronique évolutif

Permet de peser et mesurer les bébés avec un plateau amovible ou de peser et mesurer les jeunes enfants de 30 à 160 cm sans le plateau.

WO392L



• De 4 à 12 ans •



Pipistop

Appareil complet pour un traitement efficace de l'énurésie chez l'enfant de 4 à 12 ans.

JV289L

• Pour maman •



Rééducation périnéale

Appareil pour autotraitement à domicile de l'urine passagère.

KA270



Électrodes Dura Stick Plus

32 mm (2 paires).

3401097384344

Neurostimulateur transcutané

Le TENS ECO WIRELESS permet de soulager les douleurs chroniques tout en restant actif.

EN671L



Électrodes Stimex Wireless

EN682



Botte de pressothérapie

Système de thérapie par pression d'air. La pompe gonfle les alvéoles et comprime les muscles pour favoriser le retour du sang veineux.

LI253L



Nouveau

Soulage les gonflements et améliore la circulation pour un confort optimal pendant la grossesse.



Sécuriser bébé : les gestes essentiels à adopter

À peine sortie de la maternité, la même question se pose pour tous les parents : où faire dormir bébé ? Pour le protéger, il faut adopter les bons gestes au quotidien.

Le couchage du bébé est d'une importance capitale. Que ce soit dans votre chambre ou dans la sienne, quelques règles primordiales sont à adopter.

La chambre

Le couchage du bébé a une importance capitale. Que ce soit dans votre chambre ou dans la sienne, quelques règles primordiales sont à adopter.

- Bébé doit dormir sur un matelas bien ferme, plat et adapté aux dimensions du lit.
- Il ne faut pas ajouter : d'oreiller, de couette, de couverture, de tour de lit, de doudous ou tout autre objet avec un risque d'enfouissement et donc d'étouffement de bébé.
- Le mieux est de coucher bébé sur un drap-housse ajusté, dans une gigoteuse adaptée à la saison et à sa taille.
- Bébé doit toujours être couché sur le dos.
- Ne pas mettre le lit à côté d'une fenêtre ou d'un radiateur.
- Il faut maintenir une température dans la chambre de bébé entre 18 et 20°C.

Humidificateur d'air Charly

Diffuse l'eau sous forme de vapeur froide. Dispose d'une cuvette porte essences permettant de diffuser des huiles essentielles.



5410984795505



Humidificateur d'air Pommy

Humidificateur d'air et diffuseur d'huiles essentielles biologiques (non incluses) pour un environnement sain.

5410984060573

Paire de mouflés

En jersey de coton avec lien au poignet.

3167673450000



Le bain

Le bain est un moment de complicité avec bébé, un moment d'échange en tête à tête. Mais, il est essentiel de respecter les règles de sécurité et de toujours surveiller son bébé, même lorsqu'il grandit.

- Préparer la salle de bain avant le bain : baignoire, table à langer, thermomètre, gel lavant, serviette... Ne rien laisser au hasard, car une fois bébé installé, il sera trop tard pour chercher un objet.
- Maintenir la température de la pièce entre 22 et 25°C pour éviter que bébé n'ait froid.
- Opter pour une baignoire adaptée ou un transat pour plus de confort. Une baignoire sur pieds peut également être pratique.
- L'eau du bain doit être à 37°C. Remplir le bain avant d'y plonger bébé et ne pas le laisser trop longtemps dedans.
- Utiliser des produits doux pour la peau de bébé.
- Ne jamais laisser bébé seul, que ce soit dans le bain ou sur la table à langer. Toujours garder une main sur lui pour éviter toute chute.

Transat de bain

Dès la naissance, le transat de bain permet de maintenir bébé dans la baignoire. Existe en : rose, gris.

3167673063132



Thermomètre de bain

Pour s'assurer de la bonne température de l'eau.

3167673410059

Les essentiels



Thermomètre auriculaire Vitadomia

Il mesure la température de l'oreille, qu'on considère comme l'un des endroits les plus fiables pour prendre la température corporelle.

3665066001209

Embouts à usage unique

Boîte de 20.

3665066001674

Thermomètre sans contact

Spécialement conçu pour mesurer la température du front d'un adulte, enfant ou bébé ainsi que la détection de la température des objets, des aliments et des liquides en utilisant le mode objet.



6970392215631



Thermomètre numérique flexible

Prise de mesure en seulement 10 secondes (température rectale) et mémorise le dernier résultat.

3665066000776

Thermomètre sucette

Permet de mesurer facilement et rapidement la température de bébé.



3167673414057



Sucette pour médicaments

Permet de faciliter la prise de médicaments.

3167671710007

Pèse-bébé électronique évolutif

Permet de peser et mesurer les bébés avec un plateau amovible ou de peser et mesurer les jeunes enfants de 30 à 160 cm sans le plateau.



366104016669

Bébé est arrivé à la maison et dans quelques mois il se déplacera et partira à la découverte de son environnement... Il va falloir penser à la sécuriser. Quelques règles de base sont à respecter pour mettre bébé en sécurité.



À la maison

- Protéger les prises électriques.
- Installer des barrières aux escaliers.
- Ne pas laisser bébé seul sur le canapé ou sur tout autre meuble en hauteur non prévu pour bébé.
- Lors de la préparation des repas : tourner les poignées des casseroles vers le mur.
- Ne pas laisser les produits dangereux dans les placards du bas de votre maison, les placer en hauteur.
- Ne pas laisser les médicaments à la hauteur de bébé.
- Éloigner bébé des sources de chaleur : poêles, four, plaques de cuisson, cheminée...
- Ranger les sacs en plastique en hauteur pour éviter les risques d'asphyxie.
- Faire attention aux angles des meubles.
- Faire attention à tous les petits objets que bébé pourrait mettre à sa bouche et avaler.

Lorsqu'il marche, bébé explore toutes les zones de la maison, la plupart des mesures à prendre relèvent du bon sens et ces quelques indications sont donc là uniquement pour protéger bébé des dangers potentiels...

En voiture

Ça y est, vous quittez enfin la maternité et vous allez réaliser le premier voyage en voiture d'une longue série avec bébé. Il est important de se souvenir de quelques règles de sécurité pour voyager en toute sérénité.

- Avoir un siège auto aux normes réglementaires.
- Que ce soit avec une base isofix ou la ceinture de sécurité, s'assurer que le siège de bébé soit bien attaché. Toujours bien attacher bébé avec les sangles prévues à cet effet.
- Faire voyager bébé dos à la route le plus longtemps possible (au moins jusqu'à ses 9 kg).
- Retirer le manteau de l'enfant pour bien ajuster les sangles.

Vivre son rôle de maman

On entend souvent parler du 4^{ème} trimestre de grossesse, mais de quoi s'agit-il réellement ? Il s'agit de la période après l'accouchement jusqu'à la 12^{ème} semaine de vie de bébé. Période de transition pour bébé et les nouveaux parents !

4^{ème} trimestre

Après l'accouchement, votre corps, encore en mode « gestation », mettra entre six semaines et trois mois à retrouver son équilibre. Vous pourriez vous sentir triste ou perdue, ce qui est normal en raison de la chute hormonale.

Conseils pour bien vivre le post-partum :

- Déléguez les tâches (courses, repas, ménage) à votre entourage.
- Profitez du congé maternité pour vous reposer et vivre au rythme de bébé. N'hésitez pas à demander de l'aide si besoin.
- Prenez du temps pour vous reconnecter à votre corps.
- Faites-vous confiance et suivez votre instinct.

Rééducation

La rééducation post-natale débute 6 à 8 semaines après l'accouchement, réalisée par une sage-femme ou un kinésithérapeute. Elle vise à renforcer la sangle abdomino-pelvienne pour prévenir l'incontinence et la descente d'organes, avec environ dix séances. Elle est recommandée après tout type d'accouchement, y compris en cas de prématurité. Elle peut être manuelle ou inclure de l'électrostimulation (sonde vaginale).

★ **Notes : ne portez pas de charge lourde tant que vous n'avez pas fini vos séances de rééducation !**

Alèse de protection

Protège la literie. Existe en plusieurs dimensions. 60x90cm. Sachet de 30. 3543160842129



Couches droites Classic

Offre une protection optimale contre les fuites urinaires après l'accouchement. Maxi - 15x60cm. 5414874011027



Boxer de maintien

Disponible de la taille S/M à XXL. Taille S/M : 5414874002599

Slip de maintien ID Care

Disponible de la taille S à XXL. Taille S : 6077019

Test de grossesse

Conçu pour simplifier la détection de la grossesse. 3665066002077



Paingone Ellune

Soulage vos douleurs menstruelles et d'endométriose grâce à l'électrostimulation. 6355415



Vélo d'appartement en LOCATION

AU612L



Tapis de yoga

7640112125142

Ballon gymnastique

55 cm : 4250694700250
65 cm : 4250694700366
75 cm : 4250694700298

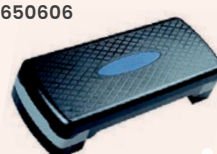
Balance fit®

Permet de travailler l'équilibre, la coordination et le renforcement musculaire. 4250694703961



Step

3347268650606



Accompagner maman : le rôle essentiel du papa après la naissance

Comment laisser une place à papa quand on décide d'allaiter ?

Comment le laisser entrer dans son rôle de parents et nouer une relation avec bébé ? Aujourd'hui l'implication des papas contribue beaucoup à la réussite de l'allaitement. Un vrai rôle de soutien ! Messieurs, cet article est pour vous !

Encouragement pour surmonter des moments difficiles

Contrairement à ce que l'on peut croire, l'allaitement n'est pas toujours une partie de plaisir. Le soutien du papa est un facteur essentiel pour la réussite et la durée dans le temps de l'allaitement. La maman peut être fatiguée ou alors trop nerveuse, la lactation devient alors plus compliquée, le lait manque et le bébé le fait savoir. C'est dans ces moments que la présence de papa permet d'établir un climat de sérénité.

Aider à être plus à l'aise dans les premières tétées

Pour une jeune maman qui allaite, les questions peuvent être nombreuses : est-ce que je m'y prends bien ? Mon lait est-il nourrissant ? Est-ce que bébé en prend assez ? Ou encore, la question de toutes les mamans : suis-je une bonne mère ? Toutes les mamans ont besoin d'entendre que ce qu'elles font pour leur bébé est bien. Les mamans apprécient que papa reste à côté d'elle lors de l'allaitement pour les aider, leur tenir compagnie, profiter de ce moment pour discuter, passer un moment à trois !

Être présent en soutien le jour comme la nuit

Le papa peut être présent pour maman comme pour bébé, par exemple en allant chercher bébé dans son lit, en aidant maman à s'installer pour la tétée, en faisant faire son rot à bébé, en l'aidant à se rendormir après l'allaitement de nuit... En cas d'allaitement mixte ou lait maternel avec tire-lait : relayer maman en cas de besoin.

Si la maman choisie de tirer son lait ou alors d'alterner avec du lait industriel, le papa peut donc donner le biberon à son bébé et substituer l'allaitement. Il peut ainsi prendre le relai le jour comme la nuit et avoir son moment de complicité avec bébé.

Profiter au maximum d'autres moments

Un lien fusionnel important se crée entre le bébé et la maman durant les 9 mois de grossesse et ne fait que grandir avec l'allaitement. Mais il est primordial de laisser une place au papa et de lui offrir la possibilité de créer un lien avec son bébé.

Le papa peut profiter de différents moments avec son bébé :

- S'investir davantage dans le rituel du coucher pour rassurer son bébé et l'apaiser avant la nuit.
- Interagir avec bébé lors du bain de bébé.
- Changer les couches.
- Profiter des moments d'éveils de bébé pour lui faire découvrir le monde.
- Apporter tout l'amour nécessaire dont un bébé a besoin.





Idéal pour les week-end !

1 jour = 5 couches

Avec notre pack week-end, partez en escapade l'esprit tranquille et ne soyez plus jamais pris au dépourvu avec bébé !

Pratique, compact et toujours à portée de main !

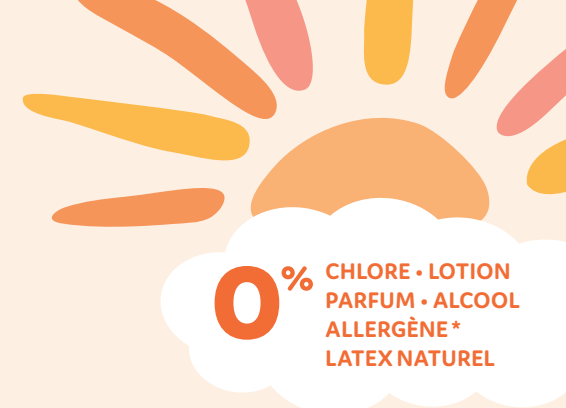
- Couches de la taille 0 à 6
 - Prématuré : 3665066002008
 - New Born : 3665066002299
 - Mini : 3665066001810
 - Midi : 3665066001827
 - Maxi : 3665066001834
 - Junior : 3665066001841
 - XL : 3665066001858
- Couches-culottes de la taille 4 et 6
 - Maxi : 3665066001988
 - Junior : 3665066001971
 - XL : 3665066001995

La Qualité et la Sécurité que bébé mérite

Les culottes et couches Babycharm sont fabriquées dans le respect de l'ENVIRONNEMENT et de la SANTÉ des plus petits.



**PROTECTION MAXIMALE
CONFORT
ET MAINTIEN OPTIMAL
VOILE RESPIRANT
INTÉGRAL
AU SEC JOUR ET NUIT
PROTECTION ANTI-FUITES**



• Megapacks couches •



Couches New Born
150 couches • Taille 1 (2-5 kg)
5411416071020



Couches Mini
138 couches • Taille 2 (3-6 kg)
5411416069676



Couches Midi
123 couches • Taille 3 (4-9 kg)
5411416069591



Couches Maxi
111 couches • Taille 4 (7-14 kg)
5411416069614



Couches Junior
102 couches • Taille 5 (11-16 kg)
5411416069638



Couches XL
78 couches • Taille 6 (13-18 kg)
5411416069652

• Megapacks couches culottes •



Couches culottes Maxi
88 couches • Taille 4 (9-15 kg)
5411416069690



Couches culottes Junior
80 couches • Taille 5 (12-17 kg)
5411416069713



Couches culottes XL
72 couches • Taille 6 (+15 kg)
5411416069737

* Aucun des 26 allergènes listés par l'Union Européenne.



Baby Charm

L'offre fidélité Babycharm !

Dès 10 mégapacks
de couches achetés,
le 11^e paquet est OFFERT !



**Demandez votre carte de fidélité
à votre pharmacien et commencez à économiser
tout en garantissant à votre bébé un confort optimal !**

Disponible chez les pharmaciens
participants à l'opération.

Les prix sont indiqués en euros TTC. Sous réserve d'erreurs typographiques. Photos et caractéristiques non contractuelles.
Offre valable dans la limite des stocks disponibles. Ne pas jeter sur la voie publique. Date de fin de validité : 31/12/2025.
Conception graphique : Acazi LH - V1/2025 - Crédits photos : Medela, Enovis, Ontex Santé France, Sissel, Dab Remond, La Diffusion Technique Française, Allinks Europe, Lanaform, Terrailon, Care Fitness, Schwa Medico, Vitadomia, Babycharm, HMS Vilgo, Pharmaouest Indust, Askle Sante, Sotec medical, Salter, Thomson, Istock.



Vitadomia
pharmacien conseil

Oxypharm
Société anonyme à Conseil d'Administration
au capital de 598 514 euros
329 879 050 RCS Rouen - Code APE 4774Z
TVA FR 94 329 879 050

39 rue des Augustins
CS 51281 - 76178 Rouen cedex

Société du groupe coopératif Astera
www.astera.coop