

Année 4 - n° 31 - Avril 2016

Bébes Mamans

Le magazine de la famille

www.bebesetmamans.com

MASSAGES

LES RITUELS DU
MASSAGE DE BÉBÉ

PETITES MAINS

DEVIENDRONT
GRANDES

FAIT DODO...

COMPRENDRE
LE SOMMEIL
DE BÉBÉ

Nouveau-né

SES CARACTÉRISTIQUES EN IMAGE

Sommaire

Avril 2016



BÉBÉ

QUESTION SUR...

Tout ce que vous devez savoir sur l'allergie respiratoire.

UN SOMMEIL DE PLOMB !

Comprendre bébé pour l'aider à bien dormir.

YAOURTS

Les bienfaits des yaourts sur la santé de l'enfant.

MASSAGES PLEIN D'AMOUR

Comment masser bébé, pas à pas.

NOUVEAU-NÉ

Un guide explicatif des caractéristiques du nouveau-né.

LES MAINS DE BÉBÉ

De 1 à 12 mois, comment bébé s'en sert...



FICHE

Il a les yeux qui pleurent !

PÉDIATRE

Tout savoir sur la dermatite atopique.

HOROSCOPE

Les prédictions du mois d'avril.



Bébé



Ce mois-ci, nous vous donnons des astuces pour que bébé dorme bien, nous vous expliquons les bienfaits des yaourts, nous vous parlons de l'allergie respiratoire et nous vous apprenons à masser bébé.



bebesetmamans.com

L'allergie respiratoire

Nous vous expliquons comment reconnaître à temps une rhinite allergique afin qu'elle ne se complique pas en asthme, ainsi que les traitements appropriés.

1 *Quels sont les symptômes de la rhinite allergique ?*

La rhinite allergique est très différente d'un rhume. L'enfant n'a pas de fièvre mais une substance aqueuse coule de son nez. Il éternue souvent plusieurs fois de suite et, dans certains cas, il a les yeux rouges et larmoyants. Son nez le chatouille et tout cela se termine généralement par une toux ou une gêne respiratoire. La rhinite allergique n'est pas causée par un virus mais par des substances inhalées qui attaquent le système immunitaire de l'enfant. Parmi les responsables, on trouve le pollen, les poils d'animaux et les déjections des acariens. Le système immunitaire prend ces substances inoffensives pour des ennemis et produit des anticorps pour les éliminer.



2 *Quel est le traitement ?*

Si elle n'est pas traitée correctement, la rhinite allergique peut se compliquer en asthme allergique. Par conséquent, en cas de doute, il est important de consulter le pédiatre. On administre des médicaments pour éliminer la gêne (corticoïdes et antihistaminiques en pulvérisation nasale), et il existe une désensibilisation thérapeutique (immunisation spécifique) qui résout définitivement l'allergie et arrête sa progression.

3 *Quels soins apporter si l'enfant en souffre ?*

Si votre enfant est allergique aux poils d'animaux et que vous avez un chat, il faut éviter de le garder dans la maison. Si votre enfant est allergique aux acariens, il faut aérer souvent les pièces de la maison, exposer oreillers et matelas au soleil et mettre le chauffage à 20°C. Enfin, il faut enlever moquettes, tapis et couettes remplies ou recouvertes de tissu (lieu de prédilection des parasites), et mettre les peluches au congélateur, le froid tuant les acariens.

Je prépare la naissance de
MON BÉBÉ



J'ouvre mon livret
BÉBÉ *gratuitement*

Ouvrez un livret "**Maternité & Bébé**"
dans votre magasin Kiabi et
RECEVEZ 10% DU TOTAL DE VOS ACHATS*
qui vous seront offerts sous forme de chèque
cadeau au premier anniversaire de votre bébé.



*dans les rayons maternité & bébé 0-18 mois.

 KIABI EUROPE SAS RCS Lille Métropole B 344 103 270.

KIABI
la mode à petits prix

Bien dormir



Un sommeil tranquille toutes les nuits?
Pour la majeure partie de mamans, ce n'est
pas comme cela que ça se passe.
Nous vous expliquons quels sont les points
critiques du sommeil de bébé et les conseils
de nos experts.

De 0 à 3 mois



- **Il ne s'endort que s'il est dans les bras.** Les rituels ont une valeur concrète et fondamentale pour le bon déroulement du sommeil de bébé. L'étape de la consolation physique, quasi primitive, qui naît du contact avec le corps de sa maman, est normale chez le nouveau-né jusqu'à ses 1 an. Plus tard, pour encourager une autonomie progressive de l'enfant, il est important qu'il s'habitue à se détacher de sa maman avant d'aller dormir, mais progressivement, par la lecture d'une histoire ou par une berceuse.

- **Il ne s'endort que dans sa poussette.** Il est normal qu'être en mouvement soit familier et relaxant pour le bébé. Pendant la grossesse, il dormait quand maman était active. Au début, nous pouvons nous adapter à ce besoin, en le berçant ou en nous promenant avec lui. Et quand il grandira, bébé arrivera à s'endormir sans mouvement, rien qu'en écoutant une berceuse.



De 3 à 12 mois

- **Réveils en pleine nuit : il réclame le sein ou le biberon en permanence !** Il faut toujours être attentifs aux besoins de bébé et tenir compte du fait que les réveils nocturnes peuvent avoir des origines médicales (comme de la fièvre), ou être dus à un excès d'alimentation, pour les bébés qui prennent le biberon. En général, aussi bien la faim que la soif sont des signaux que le bébé connaît bien et qu'il essaye de communiquer.

- **Quelles routines favorisent le sommeil de bébé ?** Pour faciliter le sommeil du tout-petit, il est recommandé d'établir des routines à suivre avant de le coucher. Vous pouvez commencer par un bain fort agréable et relaxant, puis lui faire des massages qui lui apportent un bien-être physique et émotionnel. Ensuite, vous pouvez le mettre en pyjama et lui donner à manger. Une fois que vous avez créé une atmosphère idéale dans sa chambre, vous pouvez lui chanter une berceuse ou lui lire une histoire pour l'aider à trouver le sommeil.

- **Comment le passer du berceau au lit à barreaux ?** Le lit à barreaux doit apporter au bébé la même sensation de protection et de confort que celle qu'il ressentait dans son berceau. Normalement, il s'agit d'un changement que le petit assimile en peu de temps.



mustela®

MATERNITÉ

PRÉSERVEZ LA BEAUTÉ DE VOTRE PEAU



7 SOINS EXPERTS



SÉCURITÉ MAMAN - BÉBÉ
GARANTIE

DÉCOUVRIR LA GAMME

LA SÉCURITÉ AVANT TOUT

Il est indispensable de suivre scrupuleusement ces indications pour éviter le Syndrome de la Mort Subite du Nourrisson :

Il est conseillé d'allonger votre bébé sur le dos, car il a été démontré que cela représentait un facteur de protection contre la mort subite du nourrisson, qui peut arriver au cours de la première année (surtout entre les 2ème et 4ème mois), chez des enfants sains pendant leur sommeil. Les autres précautions qui réduisent le risque de mort subite sont : dormir dans la chambre des parents, ne pas mettre d'oreiller, que le bébé dorme sur un matelas ferme, éliminer les peluches et les protections du lit, ne pas couvrir la tête (pas de bonnet pour dormir), ne pas trop le couvrir, le faire dormir dans une gigoteuse, que la température de la maison ne soit pas trop élevée (20°C max) et que personne ne fume dans la maison.



• Quand l'enfant est malade, peut-il dormir avec ses parents ?

Un enfant malade a toujours besoin de sentir la présence de ses parents. S'il montre l'envie de dormir avec ses parents, il n'y a pas de raison de l'en empêcher. Il faut seulement faire attention à ce qu'il n'ait pas trop chaud. Un enfant qui a de la fièvre doit rester frais et ne pas être trop couvert.

• **Cauchemars et terreurs nocturnes : comment le rassurer ?** Dans le cas des cauchemars, l'enfant se réveille en panique, avec des signes évidents d'angoisse et, souvent, il est capable d'expliquer son cauchemar de manière précise. Le mieux est de l'écouter et de rester prêt de lui en lui faisant des câlins, afin qu'il se calme et se rendorme.

En proie à des terreurs nocturnes, l'enfant crie et pleure de manière inconsolable et il n'y a pas moyen de le calmer. Il s'agit d'un trouble au cours duquel il semble éveillé, mais il ne l'est pas complètement. L'idéal est de rester à côté de lui jusqu'à ce qu'il se calme.

De 1 à 3 ans

• **Que faire si l'enfant a peur et invente mille histoires pour ne pas aller au lit ?** Il est important de faire appel à un rituel avant de coucher votre petit. Plus les enfants sont fatigués et plus ils sont énervés et refusent d'aller se coucher. Il est important de maintenir des horaires fixes pour coucher votre petit, d'atténuer les bruits et de baisser les lumières de la maison, en créant ainsi un climat propice pour la nuit.

De la même manière, il est important de suivre un rituel : se laver les dents, se mettre en pyjama, aller au lit et lire une histoire.



C'EST NOUVEAU,
C'EST QUOI ?



Gigoteuse d'été
à partir de **24€95**

prix
club

19€95



Des prix réduits
sur tout, tout de suite,
sans exception,
promis !
En magasin
et sur **vertbaudet.fr**

Déjà client ?

Profitez des prix Club
pendant un an.

Pas encore client ?

Dès 3 articles achetés,
bénéficiez tout de suite
des prix Club !
Et hop... **c'est gratuit !**



> JE DÉCOUVRE



Les yaourts : que des avantages !

Le yaourt est un aliment sain, nutritif et riche en ferments lactiques. Il est fortement recommandé aux femmes enceintes, pendant l'allaitement et à l'enfant, pour ses qualités nutritionnelles. Découvrez ses vertus !

BEAUCOUP DE QUALITÉS !

- Favorisant le développement de la flore bactérienne intestinale, le yaourt est très utile pour prévenir diarrhée et constipation, fréquentes pendant la grossesse.
- L'acide lactique contenu dans le yaourt stimule l'action des enzymes digestives, l'absorption des minéraux (calcium, phosphore et magnésium) et l'action des vitamines, régulant ainsi le fonctionnement de l'ensemble du système digestif. Pendant la grossesse, l'augmentation des hormones modifie le système digestif de la femme et le yaourt aide à atténuer nausées et vomissements.
- Le yaourt contient les mêmes principes nutritionnels que le lait, mais il est plus digeste. Les protéines, sucres et graisses se décomposent plus facilement et passent en plus grandes quantités dans le sang.



Il est excellent pour les petits

Bien que plus digeste que le lait, le yaourt présente les mêmes risques en cas d'allergie aux protéines. Il existe cependant des laits fermentés adaptés aux jeunes enfants (de 6 à 24 mois) et qui permettent de couvrir leurs besoins journaliers. Ces produits ont une faible acidité, une texture très agréable au palais, améliorent la digestion et, grâce à leurs ferments spéciaux, renforcent les défenses de l'organisme.

- Le yaourt est riche en calcium, dont la femme enceinte a besoin pour former les os et les dents du fœtus. La maman qui allaite a aussi besoin d'une dose supplémentaire de calcium, car elle en « donne » à son bébé à chaque tétée.
- En plus de contenir des vitamines A, D, E et K, le yaourt est riche en vitamines du groupe B, comme l'acide folique, qui aide à prévenir certains troubles du fœtus, comme la spina bifida.

L'IMPORTANCE DES PROBIOTIQUES

Les probiotiques sont des « habitants » naturels de nos intestins, où ils assurent un précieux rôle de protection. Un aliment probiotique contient plus de micro-organismes, en particulier des bactéries, capables d'augmenter les défenses et donc le bien-être de l'organisme. Les effets bénéfiques des probiotiques sur la santé sont multiples et étroitement liés.

- Ils servent à rétablir l'équilibre des fonctions intestinales et sont particulièrement efficaces dans la prévention et le traitement des diarrhées.
- Ils aident à lutter contre de nombreuses allergies et intolérances alimentaires. Ils protègent également l'organisme des infections en général, et sont une solution à certains troubles gênants de la peau.

Câlinez-le avec un massage

Le massage est excellent pour renforcer votre relation avec votre bébé. Il favorise également la relaxation et permet de soulager certaines affections mineures telles que les coliques.





CRÉER L'AMBIANCE ADÉQUATE

Quel est le meilleur moment ?

- **Il n'y a aucune règle**, chaque maman doit « capter » les signes que lui envoie son bébé pour identifier le moment de la journée qui s'y prête le mieux. Vous pouvez profiter de l'heure du bain, du change ou du coucher. L'important est que bébé soit calme et n'ait pas faim.
- **Il faut aussi créer une ambiance adéquate**. D'abord en éliminant les distractions et les bruits de fond (télé, téléphone, portables) pour ne pas être interrompus. L'environnement doit être accueillant et tranquille, l'éclairage doux et la température agréable, afin que bébé n'ait ni trop chaud ni trop froid lorsque vous lui retirez ses vêtements.



COMMENT SE PRÉPARER POUR LE MASSAGE

Vous devez retirer bagues et bracelets qui pourraient blesser bébé ; appliquez ensuite un peu d'huile sur vos mains et allongez bébé sur le dos, face à vous.

- **Ce massage, destiné à cajoler et détendre bébé, peut être réalisé en créant une sorte de nid** : asseyez-vous sur le sol, le dos appuyé contre le mur, les genoux fléchis et la plante des pieds se touchant. L'espace créé entre vos jambes forme un nid pour accueillir bébé qui se sent alors bien protégé. Si vous n'êtes pas à l'aise dans cette position, utilisez un coussin d'allaitement en forme de « U ».
- **Avant de commencer, demandez la permission à bébé**. Ainsi, il apprendra à associer le rituel à cette phrase.

COMMENT PROCÉDER ?

On commence le massage par les pieds, puis on monte le long des jambes pour terminer tout doucement sur le visage.

- **Les pieds.** Avec votre pouce, exercez une légère pression sur la plante du pied, en commençant par le talon et en allant peu à peu vers les orteils. Puis caressez le dessus du pied, des orteils vers la cheville, comme si vous enfiliez une chaussette.
- **Les jambes.** Avec vos mains, caressez la jambe de bébé de la cheville vers les cuisses.
- **Le visage.** Avec vos index, partez du centre de la lèvre supérieure et allez doucement vers l'extérieur de la bouche. Faites de même sur la lèvre inférieure.



POUR SOULAGER LE MAL DE VENTRE

- Si bébé a des difficultés pour faire caca ou sortir des gaz, faites-lui des petits massages sur le ventre dans le sens des aiguilles d'une montre. Commencez très doucement puis, si vous voyez qu'il apprécie, vous pouvez appuyer un peu plus. Si bébé a de la diarrhée, massez dans le sens inverse.
- En cas de coliques, en plus de ce massage, prenez les pieds de bébé et faites-lui fléchir les genoux par mouvements délicats vers le ventre ; puis appuyez légèrement et réalisez un mouvement circulaire ; enfin, étirez ses jambes. On conseille de masser son ventre 2 fois par jour, en dehors des « crises », pendant au moins 2 semaines.

BABYBJÖRN®

Les lignes parallèles sont l'un des signes de l'authenticité des produits BABYBJÖRN.

The
WATERCOLOR
COLLECTION*



*Peindre le monde
à l'Aquarelle



Tout savoir sur le nouveau-né

Quelles sont ses caractéristiques physiques et les capacités sensorielles du bébé les premières semaines ? Nous vous expliquons tout !



LES PIEDS : IL EST NORMAL QU'ILS SOIENT FROIDS

Bien souvent, les pieds de bébé (voire aussi ses mains) sont froids, mais cela ne doit pas vous inquiéter outre mesure. Cela est dû au fait que l'appareil circulatoire n'est pas encore bien « rodé » et que la circulation sanguine dans les extrémités du corps est un peu ralentie. Si vous mettez votre bébé en position droite avec les pieds appuyés au sol, il donnera l'impression d'essayer de marcher : c'est ce qu'on appelle le réflexe de marche.

LES MAINS : PRÊTES POUR TOUCHER À TOUT

Parmi les cinq sens que possède chaque être humain, celui du toucher est le plus développé chez un nouveau-né, car bébé a pu s'entraîner dans le ventre de sa maman, en jouant avec le cordon ombilical ou en suçant son pouce pour certains ! Si vous touchez avec le doigt le centre de la paume de la main de bébé, celui-ci s'y accrochera dans un mouvement réflexe. Ses ongles, bien qu'ils soient très fins, peuvent être très long et poussent très vite.

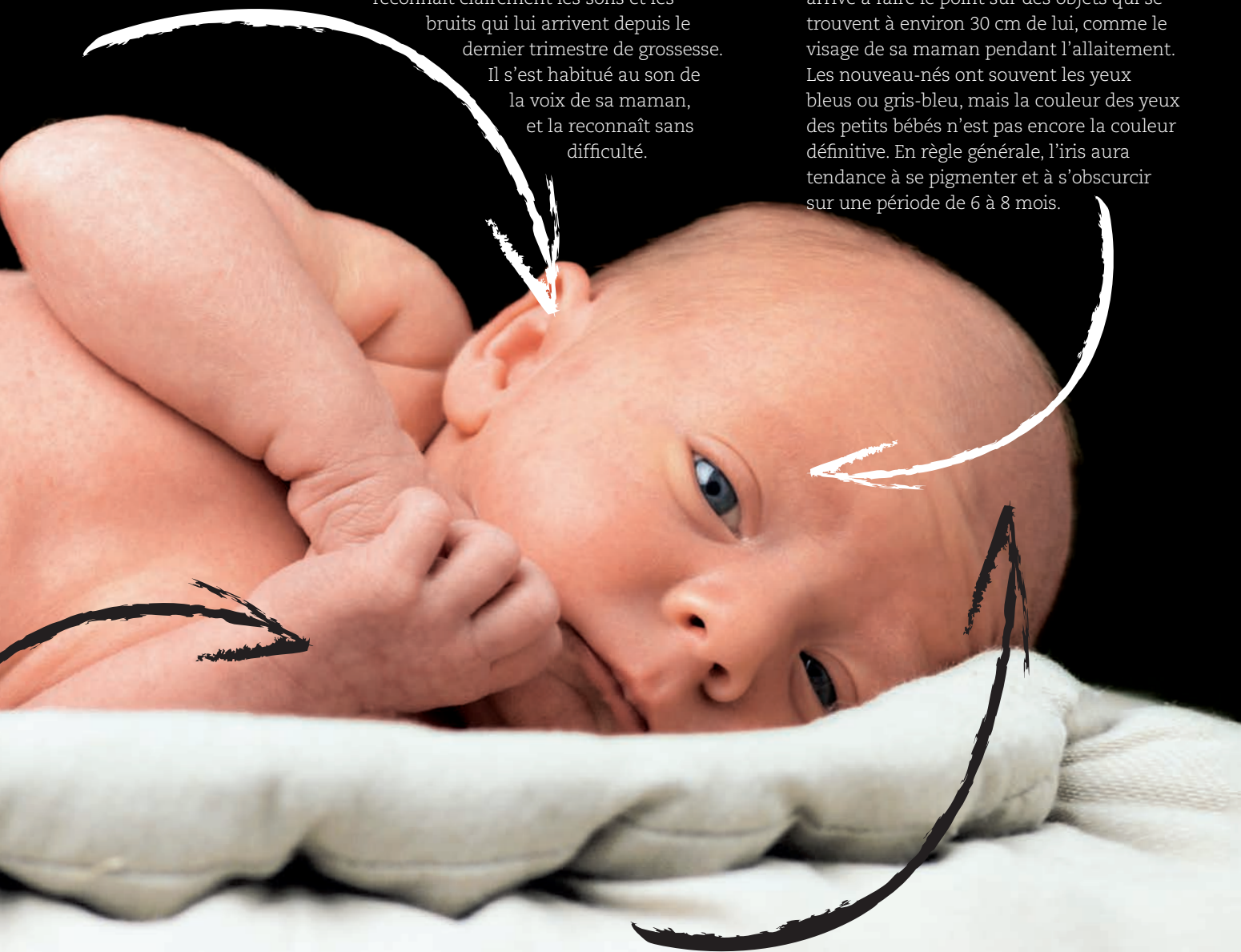
LES OREILLES : DÉJÀ EN ALERTE !

Il arrive que certains bébés naissent avec une oreille pliée, conséquence du passage par la voie vaginale. Ne vous affolez pas, très vite l'oreille reprendra sa forme normale. Quoi qu'il en soit, votre bébé entend bien, il reconnaît clairement les sons et les bruits qui lui arrivent depuis le dernier trimestre de grossesse.

Il s'est habitué au son de la voix de sa maman, et la reconnaît sans difficulté.

LES YEUX : IL VOIT CE QU'IL A BESOIN DE VOIR

Le nouveau-né a une capacité visuelle en accord avec ses besoins du moment. Il arrive à faire le point sur des objets qui se trouvent à environ 30 cm de lui, comme le visage de sa maman pendant l'allaitement. Les nouveau-nés ont souvent les yeux bleus ou gris-bleu, mais la couleur des yeux des petits bébés n'est pas encore la couleur définitive. En règle générale, l'iris aura tendance à se pigmenter et à s'obscurcir sur une période de 6 à 8 mois.



LES FONTANELLES : FONDAMENTALES POUR L'ACCOUCHEMENT !

Elles sont constituées de six petites zones molles présentes sur la tête du nouveau-né, situées à des points au niveau desquels les os du crâne ne sont pas encore soudés. Grâce à leur élasticité, la tête de votre bébé a pu légèrement se déformer et passer le long de la voie vaginale. La fontanelle principale est située sur la partie supérieure avant du crâne et mesure environ 2 cm. Bien qu'il faille traiter les fontanelles avec délicatesse, elles ne sont pas aussi fragiles qu'on le pense. La manipulation de votre bébé durant le bain ne comporte aucun risque.



LES ORGANES GÉNITAUX : DE GRANDE TAILLE ET UN PEU ROUGES

À cause des hormones que la maman transmet à son bébé durant la grossesse et pendant la naissance, la vulve pour les petites filles et les testicules pour les petits garçons, sont un peu plus grands, en proportion, que le reste du corps. De plus, les parties génitales du bébé peuvent être rouges, ceci étant dû à l'affluence de sang dans cette zone. Il s'agit de phénomènes complètement normaux qui ne doivent pas vous inquiéter et qui disparaîtront au fur et à mesure que le corps de bébé se développera.



LE MOIGNON DU CORDON OMBILICAL : À GARDER BIEN SEC

Le ventre d'un nouveau-né est très arrondi. Au centre du ventre se situe le reste du cordon ombilical, qui doit rester au sec afin de guérir et de sécher le plus rapidement possible. C'est pour cela qu'il est important, si le temps le permet bien entendu, de laisser le ventre de bébé à l'air de temps en temps. En général, le reste de cordon ombilical (aussi appelé moignon) tombe tout seul entre 3 et 7 jours après la naissance et laisse une petite croûte qui, à son tour, tombera quelques jours plus tard. La cicatrice qui sera ainsi laissée s'appelle le nombril !

LES PLEURS : UNE FAÇON DE COMMUNIQUER

En général, le bébé pleure de quatre façons différentes, suivant ce qu'il souhaite exprimer : la faim avec des pleurs forts et intenses ; le besoin de dormir, par une sorte de lamentation ; la nervosité, avec des pleurs par intermittence ; et enfin la douleur, qui commence par un cri puissant et soudain. Concernant ce dernier point, au cours des premiers mois, la douleur est souvent due à des coliques et les pleurs s'accompagnent d'une flexion des jambes sur le ventre.



LE VISAGE : UNE PALETTE DE COULEURS

La peau du visage du nouveau-né est très délicate et souvent rougeâtre. Elle présente parfois des petits boutons blancs, résultats de l'accumulation de cellules épidermiques stagnantes à l'entrée d'un follicule, ou encore des croûtes de lait, minuscules morceaux de peau jaunâtres ressemblant à des pellicules et dus à une prédisposition génétique et à la difficulté à métaboliser un certain nombre d'hormones provenant de la mère.



Petites mains

Le monde passe dans les mains d'un enfant. Il commence par essayer de le connaître, puis le modifie, et le rend meilleur. Un voyage fascinant qui commence dès la naissance.

1 mois

Bébé attrape un doigt ou un objet que l'on pose dans sa petite main et le serre avec force. C'est l'un des tests que le pédiatre effectue pour vérifier le tonus musculaire du nouveau-né. Ce n'est pas un mouvement volontaire, mais un réflexe moteur inné, appelé « réflexe de préhension », provoqué par un tonus musculaire très développé, caractéristique du nouveau-né. Pour développer la capacité de préhension en tant que mouvement intentionnel, le bébé doit perdre ce réflexe et recommencer à zéro. En général, il atteint cet objectif vers 1 an.





2 mois

Bébé commence à garder les mains ouvertes et à découvrir qu'elles peuvent être un bon moyen de contact. Quand il est éveillé, il les observe avec fascination. Puis il les met à la bouche et tète ses doigts : ils se sont transformés en un excellent outil de consolation en attendant la tétée.



5 mois

Bébé peut maintenant attraper ses pieds avec ses mains et les mettre à la bouche. Il aime aussi prendre un jouet et le «goûter» pour découvrir sa consistance. Il passe de l'exploration de son corps à la découverte du monde extérieur. Il commence également à taper par terre les objets pour entendre le son qu'ils produisent et voir ce qui se passe.

M
LES CADRES
DE MARIE

Le cadre au prénom de votre
bout'chou en lettres décoratives

Création originale !

10% de
réduction

avec le code **MB40**
en contactant Marie par email
lescadresdemarie@yahoo.fr



<http://www.lescadresdemarie.fr/>



9 mois

Bébé expérimente de manière plus fine. Il sait rester assis sans problème et sa vision est plus nette : il fait le point sur des objets éloignés ou très petits, ce qui éveille sa curiosité et son désir de les découvrir. Il utilise le pouce et l'index pour faire la pince : il attrape des morceaux dans son assiette et les observe avant de les mettre à la bouche.



12 mois

Bébé se déplace tout seul et, à 4 pattes, il est plus rapide que l'éclair ! Chaque fois, il essaye d'aller plus loin. Il lance ses jouets et les récupère avec brio. Il esquivé habilement les obstacles sur son chemin. Il découvre également qu'un objet ne disparaît pas quand il sort de son champ de vision, mais qu'il continue à exister et peut même réapparaître...

LA BOUTIQUE EN LIGNE LA PLUS COMPLÈTE POUR BÉBÉS ET MAMANS

SHOP Bebes  Mamans
by bebitus

VOTRE COMMANDE CHEZ VOUS EN 48 / 72 H

shop.bebesetmamans.com

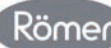
LE MEILLEUR POUR BÉBÉ AU MEILLEUR PRIX !

5€

de RÉDUCTION
sur les COUCHES
pour toujours



+ de
13.000
PRODUITS
des MEILLEURES
MARQUES



Les yeux qui pleurent

C'est un phénomène courant chez les nourrissons qui peut être causé par des agents irritants ou par une obstruction temporaire du conduit lacrymal.



Souvent, les bébés ont les yeux larmoyants, même s'ils ne pleurent pas. Les causes les plus courantes sont la conjonctivite, d'origine bactérienne, virale ou allergique, ou encore une obstruction des canaux sous-cutanés qui connectent le bord de la paupière inférieure avec l'angle interne de l'œil et du nez.

Quelles sont les causes ?

- **L'obstruction** est due à l'absence de perforation d'une membrane dans la partie inférieure des canaux. Chez certains enfants, elle reste partiellement ou totalement fermée.
- **Les conjonctivites bactériennes** sont souvent provoquées par des staphylocoques, et les virales par des adénovirus ou de l'herpès. La contagion se fait par contact.
- **La conjonctivite allergique** peut être associée à des allergies au pollen ou aux poils de chats ou d'autres animaux. Ces manifestations allergiques sont souvent associées à une rhinite (inflammation des muqueuses nasales) et, moins fréquemment, à de l'asthme.

Une bonne prévention

- **La conjonctivite se transmet par contact.** Il est nécessaire d'apprendre aux enfants à bien se laver les mains et à éviter de partager serviettes et mouchoirs.
- **Les enfants avec les symptômes de la conjonctivite virale ou bactérienne** ne doivent pas aller à la crèche ou à l'école, afin d'éviter la contagion.
- **Pour éviter la conjonctivite allergique,** gardez les portes et les fenêtres fermées les jours de pollinisation et passez l'aspirateur régulièrement pour enlever poussière et autres allergènes.



Méfiez-vous des complications

- *La conséquence la plus fréquente de la sténose des voies lacrymales est l'apparition d'une conjonctivite due à la présence de germes et à la stagnation des larmes dans le sac lacrymal.*
- *Si on les néglige, les conjonctivites virales peuvent affecter la cornée (kérato-conjonctivite virale), avec le risque d'effets graves sur la vision.*

Que faire...

La sténose du canal lacrymal se résout généralement d'elle-même quelques semaines après la naissance. Faire un massage 2 ou 3 fois par jour dans la zone entre l'angle de l'œil et la base du nez marche bien. Il faut aussi garder le nez de l'enfant propre et lui nettoyer souvent les yeux. Si la situation ne s'améliore pas avant ses 6 mois, il est conseillé de consulter un spécialiste qui saura exclure d'autres causes de larmoiement de l'œil et saura évaluer l'opportunité d'une intervention chirurgicale.

- **En cas de conjonctivite bactérienne,** le traitement consiste en l'application d'un collyre antibiotique pendant 5 à 7 jours, toujours sous prescription médicale.
- **Le traitement de la conjonctivite virale est surtout symptomatique** et consiste en l'administration d'un collyre anti-inflammatoire. Si l'infection est due à un herpès, les médicaments à base d'acyclovir sont efficaces.
- **Enfin, en cas d'allergie,** on peut administrer des gouttes et un collyre antihistaminiques.

Dermatite atopique

Aussi connu sous le nom d'eczéma atopique, c'est une affection cutanée courante qui apparaît après le troisième mois.



La peau des nouveau-nés et des nourrissons est très fragile et, afin de la protéger, la sécrétion de sébum est abondante, d'où l'aspect luisant de la peau des bébés. De plus, l'épiderme est très mince et souffre souvent de l'action irritante des agents physiques et infectieux touchant différentes zones du corps de bébé, en particulier la zone des fesses et celle de la couche en général.

- La dermatite atopique est une lésion qui provoque des rougeurs et de fortes démangeaisons.
- En général, elle débute au niveau du visage et affecte les joues, sur lesquelles apparaissent des vésicules qui, si elles ne sont pas traitées, finissent par se rompre et s'étendent.
- Les autres zones concernées sont les mains, surtout le dos de la main, les doigts, les plis derrière les oreilles et, plus généralement, les plis de la peau des zones de flexion tels que

les coudes et les genoux. Dans ces dernières zones, la dermatite est particulièrement tenace et prend beaucoup de temps à disparaître.

- Le développement de la dermatite atopique se fait généralement par à-coups. La situation s'améliore lors des périodes d'ensoleillement et disparaît même en été, pour réapparaître dans les saisons les moins ensoleillées lorsque la peau est couverte en permanence.
- C'est une maladie qui désespère les parents par ses caractéristiques et son évolution très lente. Cependant, il est bon de rappeler que 10 à 30% des enfants sont guéris dans les trois ans, et 80 à 90% le sont dans les dix ans.

SOINS DE BASE

Il existe un certain nombre de mesures pour aider à prévenir l'apparition de l'eczéma atopique :

- Pour l'hygiène quotidienne, préférez une douche rapide à un bain. La température de l'eau doit se situer entre 32 et 36°C.
- Le savon, de qualité, doit être utilisé uniquement dans des zones spécifiques, plutôt que de l'étendre sur tout le corps.
- Il est nécessaire d'appliquer des crèmes ou des laits hydratants sur la peau encore humide avant de sortir de la douche.
- Les nids à poussière, tels que les tapis, les moquettes, les peluches, etc. doivent être évités.
- Aérez votre appartement ou votre maison tous les jours.



BÉLIER

(21/03 au 20/04)



GÉMEAUX

(21/05 au 21/06)



LION

(23/07 au 23/08)



BALANCE

(23/09 au 22/10)



SAGITTAIRE

(23/11 au 21/12)



VERSEAU

(21/01 au 19/02)

BM HOROSCOPE

Il est si joyeux, bien disposé et tranquille que vous vous demandez s'il ne vous prépare pas quelque chose... Il est tout simplement sous l'influence de Mars et de Vénus qui le calment et le rendent plus affectueux.

Mercury et le Soleil dans son signe annoncent un mois riche en événements agréables. Il développe de façon étonnante sa capacité créatrice et vous surprend avec une multitude d'idées nouvelles.

Prenant très au sérieux tous les sentiments qu'il vit, il se réfugie dans de profonds moments de « recueillement ». Il préfère se consacrer à ses passions plutôt que d'être en compagnie. Il agit avec délicatesse.

Il se montre un peu distant, préférant la stimulation intellectuelle aux câlins. Il fait le même choix pour ses jeux et ses amis en recherchant la nouveauté et le mouvement.

Actif, débordant d'idées et pétillant... il avale tout ! S'appropriant vos « ordres-conseils », il sait reconnaître ses erreurs et fait des efforts pour bien se comporter.

Son esprit vif l'aide à acquérir des concepts élaborés et à apprendre des mots plus longs. Surveillez-le quand-même un peu... il a tendance à déformer la réalité et à faire preuve de beaucoup d'imagination !

Des changements imprévus et des situations qui sortent du quotidien provoquent des émotions qui le déséquilibrent. La colère qu'il peut ressentir se transforme en idées folles et ça lui fait du bien !

Il contrôle le langage même s'il ne se montre pas spécialement curieux. Il tend l'oreille... et tire ses propres conclusions, drôles et originales ! Mercury en opposition l'incite à s'ouvrir aux autres et à être plus sociable.

Il se sent attiré par les saveurs et les odeurs intenses. Il prend tous ses jeux très au sérieux, cherchant à réaliser des constructions solides, durables et que l'on admire. Il se sent fier et indépendant.

Sous l'influence des planètes de la communication, il excelle dans l'écoute, la réflexion et l'explication. En revanche, physiquement il se sent faible et a du mal à suivre le rythme.

Vénus favorise les amitiés, les voyages et les promenades. Il aime les blagues et son appétit s'améliore. À la maison, il cherche l'altercation... ou se réfugie calmement dans les livres.

Les contes lui permettent de s'extérioriser et ainsi d'accepter des défis et d'être astucieux dans les jeux avec ses frères et sœurs ou avec ses amis.



TAUREAU

(21/04 au 20/05)



CANCER

(22/06 au 22/07)



VIERGE

(24/08 au 22/09)



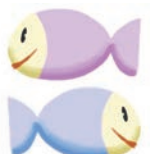
SCORPION

(23/10 au 22/11)



CAPRICORNE

(22/12 au 20/01)



POISSON

(20/02 au 20/03)

Bebes et Mamans.com

Le site et le magazine de la famille

CLIQUEZ ICI
ET DECOUVREZ LE VITE !

