

AVOIR UN BÉBÉ PENDANT LA COVID-19

Félicitations aux futurs parents!

Avoir un bébé peut être une période excitante, intense ou stressante dans la vie.

Les hôpitaux et les centres de naissance de l'Ontario ont mis en place des politiques supplémentaires pour assurer votre sécurité et celle de votre bébé durant la COVID-19. Il est préférable de vous rendre à votre lieu de naissance prévu, où les prestataires de soins et vos dossiers de santé sont disponibles.

Les politiques peuvent être différentes à votre lieu de naissance et peuvent changer à mesure que la pandémie évolue. Votre santé et celle de votre bébé sont une priorité. Les hôpitaux et les centres de naissance sont sécuritaires. Votre équipe de soins de santé est là pour vous aider.

Voici quelques renseignements pour savoir à quoi vous attendre si votre bébé a besoin de soins particuliers. Les pouponnières néonatales ou de soins spéciaux sont également appelées USIN ou PSS. Pour raccourcir cette fiche d'information, nous utilisons seulement le terme USIN (unité de soins intensifs néonatales).

Pour tous les parents :

Il est normal de ressentir stress, anxiété et inquiétude lorsque votre bébé est à l'USIN, surtout pendant cette période difficile. Prenez du temps pour vous, essayez de manger sainement, connectez-vous avec vos proches via FaceTime, Skype, Zoom, etc. et reposez-vous autant que possible.

En cas de solitude, de dépression ou d'anxiété, parlez-en sans tarder à votre professionnel de la santé.

Consultez le personnel de l'USIN sur la politique qui vise votre présence auprès de votre bébé.

La COVID-19 n'est pas transmise par le lait maternel. À l'USIN, vous pouvez donner votre lait maternel à votre bébé en l'allaitant, ou en exprimant votre lait à la main ou par tire-lait.

Essayez d'allaiter votre bébé et d'exprimer votre lait à la main ou par tire-lait au moins huit fois en 24 heures. Cela assure la nutrition nécessaire pour votre bébé, contribue à votre production de lait maternel et facilite l'allaitement une fois que vous et votre bébé pourrez être ensemble. Pour plus d'information, consultez "Allaiter votre bébé très prématuré" ou "Allaiter votre bébé peu prématuré" à <https://resources.beststart.org/fr/product-category/sujets-de-ressources/allaitement/>.

Si vous tirez votre lait maternel à la maison ou à l'hôpital, suivez les instructions du personnel de l'hôpital. Vous devez nettoyer et stériliser votre tire-lait et votre équipement après chaque utilisation.

AVOIR UN BÉBÉ PENDANT LA COVID-19

Pour les parents qui vont bien (n'ont pas la COVID-19) :

Dans de nombreuses USIN, vous pouvez être avec votre bébé. Dans certains hôpitaux, vous pouvez peut-être dormir dans la même chambre que votre bébé.

Souvent, un seul parent à la fois peut être avec le bébé et vous devez décider qui restera. Cela maintient une distance sécuritaire entre les personnes de l'USIN.

Toutes les personnes doivent répondre à des questions sur la COVID-19 avant d'entrer à l'hôpital. Il est important de dire la vérité pour assurer la sécurité des bébés, des parents et du personnel.

On pourrait restreindre vos entrées et sorties de l'USIN, et aucun visiteur n'y est autorisé.

Lavez-vous les mains à votre arrivée à l'USIN. Suivez les instructions du personnel de l'USIN pour assurer la sécurité des bébés, des parents et du personnel.

Vous pourrez peut-être tenir votre bébé peau à peau.

Vous pourrez peut-être allaiter votre bébé si votre bébé est suffisamment bien.

Pour les parents qui ont, ou ont peut-être, la COVID-19 :

Pour prévenir l'infection des autres bébés, des familles et du personnel, vous **NE POUVEZ PAS** être avec votre bébé à l'USIN.

Si l'autre parent va bien, on peut lui permettre d'être avec le bébé.

Il se peut que l'autre parent puisse aussi tenir le bébé peau à peau.

Vous pouvez envoyer votre lait maternel pour votre bébé à l'USIN. Suivez attentivement les instructions du personnel de l'USIN pour exprimer, conserver et envoyer votre lait maternel, ainsi que pour stériliser l'équipement de tire-lait.

Quelques conseils :

Informez-vous de la santé de votre bébé en personne (si possible) ou virtuellement.

Essayez de vous joindre en ligne aux groupes de soutien aux parents d'USIN.

Si vous pouvez être avec votre bébé à l'USIN, commencez à créer des liens avec votre bébé (peau à peau, parler, chanter, lire, allaiter (si possible), nourrir en exprimant votre lait maternel à la main ou par tire-lait). Vous pouvez également aider avec ses besoins de base, par exemple en changeant sa couche.

Pour augmenter votre production de lait dès la naissance, allaitez votre bébé et exprimer votre lait à la main ou par tire-lait.

Gardez votre téléphone propre et demandez au personnel de l'USIN comment le nettoyer. Il faut le faire beaucoup, et le type de nettoyant varie selon le genre de téléphone.