



QUIZ ALLAITEMENT PROFESSIONNEL

Ce quiz a été élaboré à l'intention de tous les professionnels qui souhaitent accompagner l'allaitement maternel au sein du Réseau de santé périnatal parisien.

Les représentations personnelles et idées reçues relatives à l'allaitement maternel sont extrêmement variées. Certaines interrogations et affirmations reviennent cependant comme un leitmotiv et peuvent à la longue biaiser nos discours.

Nous avons besoin d'en savoir un peu plus sur vos propres connaissances afin d'élaborer une formation sur-mesure qui puisse nous permettre de soutenir efficacement les mères qui contacteront une écoute de la permanence SOS Allaitement 75.

Les informations recueillies par le biais de ce quiz ont pour but de servir à la mise en œuvre de ce programme de formation. Elles resteront confidentielles.

A propos de vous

Nom : **Prénom :**

Mail :

Quel est votre profil ?

- | | | |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Aide-soignante | <input type="checkbox"/> Auxiliaire de puériculture | <input type="checkbox"/> Infirmière/puéricultrice |
| <input type="checkbox"/> Sage-femme | <input type="checkbox"/> Médecin | <input type="checkbox"/> Autre... |

Où exercez-vous ?

- | | | |
|--|---|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Cabinet libéral | <input type="checkbox"/> Hôpital / clinique | <input type="checkbox"/> PMI |
|--|---|------------------------------|

Avez-vous reçu une formation en allaitement ?

- Oui, dans le cadre de ma formation initiale
- Oui, dans le cadre de ma formation continue
- Non

En combien de jours le bébé né à terme et en bonne santé doit-il avoir repris son poids de naissance ?

- 3 à 5 jours 10 jours 21 jours

A quel moment la mère doit-elle proposer le sein ?

- En présence des signes d'éveil A intervalles réguliers
 Toutes les 3 heures Je ne sais pas

Selon l'OMS, combien de fois un bébé tète-t-il en moyenne sur 24h au cours du premier mois ?

- 4 fois De 6 à 8 fois
 De 8 à 12 fois Plus de 20 fois

Il est impératif que la mère lave ses mamelons avant chaque tétée pour assurer une hygiène optimale

- Vrai Faux Je ne sais pas

Si un bébé se montre somnolent et peu efficace au sein lors d'une tétée, quels sont les deux meilleurs moyens à utiliser pour l'aider ?

- Le déshabiller pour qu'il ait froid et qu'il se réveille
 Le mettre en peau à peau contre sa mère
 Le stimuler en le chatouillant
 Comprimer le sein pour lui envoyer plus de lait quand il tète
 Attendre qu'il soit plus réveillé pour qu'il tète
 Lui donner un biberon de lait artificiel pour lui donner des forces et réessayer plus tard
 Attendre que le sein soit bien plein pour lui faciliter la tâche

Les signes d'une tétée satisfaisante sont : *(plusieurs réponses possibles)*

- Succions amples et régulières
 Pas d'inconfort en cours de tétée
 Bébé détendu
 Assouplissement des seins en fin de tétée
 Déglutition visible et/ou audible après installation de la montée laiteuse
 Durée de la tétée de 20 minutes (10 minutes par sein)

Quels sont les signes de transfert de lait optimal ?

.....
.....

Combien de selles abondantes par 24h ?

- 1 1 à 3 > 3



Combien de couches lourdes d'urine par 24h ?

1 à 3 3 à 5 > 6

L'allaitement peut être rendu difficile par :

Une petite poitrine Vrai Faux
Des mamelons plats Vrai Faux
Des antécédents de chirurgie mammaire Vrai Faux

Dans une grande majorité des cas, les crevasses sont dues à :

La fatigue Oui Non
La durée des tétées Oui Non
Une hygiène insuffisante des mamelons Oui Non
Une prise incorrecte du mamelon par le bébé Oui Non

Quelle est la conduite à tenir en cas de survenue de crevasses ?

Ne pas donner le sein lésé Vrai Faux
Revoir la position du bébé et soigner la crevasse Vrai Faux
Nettoyer à l'eau savonneuse et rincer en cas de lésions suintantes et donner le sein Vrai Faux

Quelle est la conduite à tenir en cas d'engorgement ?

Mettre le(s) sein(s) engorgé(s) au repos Vrai Faux
Commencer la tétée du côté atteint (sauf douleur) Vrai Faux
Pointer nez ou menton en direction de la zone atteinte Vrai Faux
Appliquer du chaud avant la tétée Vrai Faux
Appliquer du froid entre les tétées Vrai Faux
Envelopper le sein d'une feuille de chou vert Vrai Faux
Bander les seins Vrai Faux

Quelle est la conduite à tenir en cas de mastite ?

Surtout ne pas donner le sein Vrai Faux
Eviter de boire Vrai Faux
Drainer le sein autant que possible (tétée, tire-lait) Vrai Faux
Consulter un médecin si les symptômes ne disparaissent pas au bout de 24h Vrai Faux

Pendant l'allaitement, il est possible de :

- | | | | | | | |
|--------------------|--------------------------|------|--------------------------|------|--------------------------|----------------|
| Manger de tout | <input type="checkbox"/> | Vrai | <input type="checkbox"/> | Faux | <input type="checkbox"/> | Je ne sais pas |
| Manger épicé | <input type="checkbox"/> | Vrai | <input type="checkbox"/> | Faux | <input type="checkbox"/> | Je ne sais pas |
| Manger du chou | <input type="checkbox"/> | Vrai | <input type="checkbox"/> | Faux | <input type="checkbox"/> | Je ne sais pas |
| Manger des agrumes | <input type="checkbox"/> | Vrai | <input type="checkbox"/> | Faux | <input type="checkbox"/> | je ne sais pas |

Pendant l'allaitement, la maman doit boire : (plusieurs réponses possibles)

- | | | | | | | |
|--|--------------------------|------|--------------------------|------|--------------------------|----------------|
| A sa soif | <input type="checkbox"/> | Vrai | <input type="checkbox"/> | Faux | <input type="checkbox"/> | Je ne sais pas |
| Au moins 1 litre d'eau par jour | <input type="checkbox"/> | Vrai | <input type="checkbox"/> | Faux | <input type="checkbox"/> | Je ne sais pas |
| Au moins 2 litres d'eau par jour | <input type="checkbox"/> | Vrai | <input type="checkbox"/> | Faux | <input type="checkbox"/> | Je ne sais pas |
| Au moins 1 litre de lait de vache
ou 3 produits laitiers par jour | <input type="checkbox"/> | Vrai | <input type="checkbox"/> | Faux | <input type="checkbox"/> | Je ne sais pas |

Savez-vous utiliser un tire-lait ?

- Oui Non

Savez-vous expliquer à une mère comment exprimer son lait à la main ?

- Oui Non

Est-il indispensable selon vous qu'une mère allaitante dispose d'un tire-lait personnel ?

- Oui Non

Dans quelle situation êtes-vous amené à encourager les mamans à tirer leur lait : (plusieurs réponses possibles)

- En cas de séparation mère/bébé
- En cas d'arrêt d'alimentation de courte durée
- En cas d'arrêt d'alimentation prolongée
- Prise de médicaments chez la maman contre-indiqués avec l'allaitement
- En cas de tétée insatisfaisante (bébé fatigué, mise au sein irrégulière, inefficace ...)

Connaissez-vous la démarche pour effectuer le don de lait au lactarium ?

- Oui Non Je ne sais pas

Avez-vous déjà proposé à une mère de faire un don au lactarium ?

- Oui Non



Quels conseils donneriez-vous à une mère allaitante concernant le démarrage et le maintien de son allaitement maternel en cas de séparation d'avec son bébé ?

- « Tant que vous êtes séparée de votre bébé, il est important de mettre les seins au repos et de vous reposer »
- « Stimulez votre lactation (tétées ou tire lait) lorsque vous êtes auprès de votre bébé. Reposez-vous le reste du temps. »
- « Mettez votre bébé au sein ou faites du peau à peau fréquemment lors de votre présence à ses côtés. Stimulez votre lactation à l'aide du tire-lait (y compris la nuit) lorsque vous êtes séparée de votre bébé. »

En cas de difficulté d'allaitement – pour un bébé à terme et en bonne santé – comment la mère peut-elle donner son lait ? *(Plusieurs réponses possibles)*

- Au biberon
- A la seringue
- A la tasse
- Au doigt/paille
- Par nutrition entérale

Selon les recommandations françaises actuellement en vigueur, combien de temps une mère peut-elle conserver son lait à son domicile ?

Dans une pièce à température ambiante :

- 1 heure
- 4 heures
- 12 heures
- 48 heures

Au réfrigérateur :

- 12 heures
- 24 heures
- 48 heures
- 8 jours

Au congélateur à -20°C :

- 8 jours
- 2 mois
- 4 mois
- 6 mois

Décongelé et placé au réfrigérateur :

- 1 heure
- 12 heures
- 24 heures
- 48 heures

La réglementation du travail favorise la poursuite de l'allaitement lors de la reprise :

- Oui
- Non
- Je ne sais pas

La réglementation du travail donne le droit à deux séances d'1/2 heure par jour pour allaiter son bébé ou tirer son lait:

- Oui
- Non
- Je ne sais pas

Citez au moins une ressource sur laquelle vous vous appuyez lorsque l'on vous pose une question sur la compatibilité d'un médicament avec l'allaitement :

.....