

Mes relais perso



Ma sage-femme :

Nom :

Tel. :

@ :



PMI

Ma PMI de secteur :

Nom :

Tel. :

@ :



Mon pédiatre :

Nom :

Tel. :

@ :



Mon association :

Nom :

Tel. :

@ :



Petit carnet lacté

Mes numéros utiles

Siège social

6 avenue de l'Île-de-France - CS 90079 Pontoise
95303 Cergy-Pontoise Cedex

Vous voilà de retour à la maison. Félicitations !

Vous avez des questions sur l'allaitement, des difficultés apparaissent ?

Ce « petit carnet lacté » est là pour vous aider.

Quand consulter ?

Pour bébé :

- Urines et selles insuffisantes (moins de 6 couches bien mouillées /jour après le 3ème jour de vie).
- Pas de reprise de poids entre le 10ème et le 15ème jour de vie.
- Bébé dort beaucoup, difficulté à le réveiller.
- Refus de téter ou tétée inférieure à 5 min très fréquentes.
- Ictère persistant : bébé fatigué et teint jaune.

Pour maman :

- Douleurs intenses et persistantes aux mamelons.
- Crevasses avec douleurs et/ou saignements.
- Engorgement, mastite : sein rouge, tendu, douloureux et chaud.
- Tristesse, anxiété, épuisement important rendant l'allaitement maternel difficile.

Qui consulter ?

• HOPITAL DE PONTOISE :

Consultation allaitement 01.30.75.53.54 le lundi matin (consultante en lactation)

• PMI DU VAL D'OISE :

Consultantes en lactation

Secteur Val d'Oise + visites à domicile

BONTEMPS Magali 06.77.90.12.48

PMI d'Argenteuil : BONNOTTE Justine 06.60.18.34.76

justine.bonnotte-andarelli@valdoise.fr

PMI de Beaumont : BRESSAN Aurélie 06.59.60.74.00

aurelie.bressan@valdoise.fr

PMI de Cergy : BELLAIR Cécile cecile.bellair@valdoise.fr

PMI d'Eragny : CHAUSSIVERT Marie 01.34.33.50.50

marie.chaussivert@valdoise.fr

PMI de Vauréal : DERRIEN Muriel 01.34.33.50.03

muriel.derrien@valdoise.fr

• S.O.S ALLAITEMENT ILE DE FRANCE :

0800 800 315

de 19h à 22h en semaine

et de 10h à 13 h et 18h à 21h le week end

• ASSOCIATIONS DE SOUTIEN :

LECHE LEAGUE llfrance.org

SOLIDARILAIT 01.40.44.70.70

• AFCL :

Annuaire des consultantes en lactation par département

