

# Le changement de couche

fiche **4**



## un ensemble de 10 fiches

- |                           |                                   |                                  |
|---------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|
| ① Le bain emmailloté      | ⑤ L'emmaillotement                | ⑧ Les déplacements               |
| ② La méthode Kangourou    | ⑥ Les méthodes de retour au calme | ⑨ Les méthodes de positionnement |
| ③ Le toucher              | ⑦ Le portage                      | ⑩ Les massages                   |
| ④ Le changement de couche |                                   |                                  |



Le contenu de cette fiche est tiré du livre Être parent à l'unité néonatale : tisser des liens pour la vie (2017) écrit par Marie-Josée Martel et Isabelle Milette en collaboration avec Audrey Larone Juneau, inf. CHU Sainte-Justine. Reproduit avec la permission des Éditions du CHU Sainte-Justine.

© Marie-Josée Martel 2018

Une production du CEIDEF

La méthode traditionnelle de changement de couche implique de soulever les fesses du bébé pour avoir accès à la zone à nettoyer et pour remplacer la couche. Le bébé prématuré tolère souvent moins bien les changements de position en raison de l'immaturation de son sens de l'équilibre. Le bébé malade né à terme peut également avoir de la difficulté à tolérer ce soin vu son état de santé.

**Comment faire pour changer la couche de votre bébé le plus délicatement possible ?**

F-Fiches\_Etre\_parent-180418 — 180418

## Avant

1. Placez le matériel habituel (petit linge humide, nouvelle couche) à portée de main.
2. **Préparez votre bébé** pour qu'il reste organisé durant le soin.
3. Assurez-vous qu'il est en position fœtale, les mains près du visage et/ou qu'il a une sucette d'amusement dans la bouche.

## Pendant

fiche **8**

- Placez votre bébé sur le côté en utilisant l'**enroulement en position fœtale** (idéalement dos à vous pour vous permettre de bien voir la zone à nettoyer).
- Gardez le haut de son corps emmailloté dans une couverture ou déposez une couverture sur lui afin de maintenir un contact rassurant. Dégagez seulement le bas du corps.
- S'il est en pyjama, ne découvrez que les jambes en prenant soin de les maintenir légèrement fléchies.
- Avant de détacher sa couche souillée, placez la couche propre sous lui dans la position appropriée (la partie qui comporte les petits rabats collants au niveau de chaque hanche). N'ayez pas peur d'enfoncer la couche dans le matelas pour la placer dans la bonne position afin de ne pas à voir à soulever votre bébé par la suite et d'éviter les stress.
- Détachez la couche souillée et soulevez légèrement la jambe de dessus pour bien dégager la partie à laver. Tout au long de cette étape, maintenez fléchie la jambe soulevée.
- Attachez la couche propre.

# Le changement de couche

## Après

1. Prenez le temps de dire au bébé que le changement de couche est terminé (s'il le tolère bien, évidemment).
2. Assurez-vous d'appliquer les **méthodes de retour au calme** pendant les minutes qui suivent afin de lui laisser le temps de se réorganiser et de s'endormir doucement.
3. Retirez vos mains **progressivement** de sorte que votre bébé sente toujours un contact à mesure qu'il se détend et s'endort.

fiche **6**