

Bien
coucher
son bébé

Pour prévenir
la mort
inattendue
du nourrisson

Ille-et-Vilaine, la vie
à taille humaine

Ille & Vilaine
LE DÉPARTEMENT

CHU
Rennes

Naitre
et Vivre

Conseils et gestes simples

Mai 2018 - F-PEEC-0518-001 - Studio graphique du Département d'Ille-et-Vilaine - Illustration : Liner, Freepik - COM-PMI30.

**Et si mon bébé
régurgite, il peut
s'étouffer sur le dos ?**

Non
S'il régurgite,
le bébé va tourner
la tête sur le côté
et le lait coulera
sur le drap.

Non

**Mon bébé aura
la tête plate
s'il dort sur le dos !**

Non
On peut éviter en laissant
bébé sur le dos libre de ses
mouvements (sans cale
bébé ni cale tête) et à plat
ventre pour jouer lorsqu'il
est réveillé. Limiter aussi
le temps passé dans
le cosy ou le transat.

**Stop
aux idées
reçues**

**Mon bébé
peut-il dormir
sur le côté ?**

Non
C'est une position
instable : le bébé peut
se retrouver sur le ventre
et c'est dangereux :
il peut s'étouffer.

Au fait !

Le cosy c'est
uniquement
pour le transport !

Bébé pleure ? Bébé a des coliques ? Bébé ne dort pas bien ?

Vous avez besoin d'aide ? Vous n'êtes pas seuls !

Appelez votre médecin ou votre sage-femme ou **votre équipe PMI**.
Ils sont là pour vous aider.



Département d'Ille-et-Vilaine

1, avenue de la Préfecture
CS 24218 • 35042 Rennes Cedex
Tél : 02 99 02 35 35

Suivez-nous sur



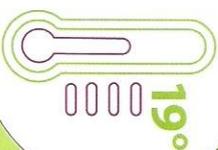
Naitre et vivre : 01 47 23 05 08

www.ille-et-vilaine.fr/fr/pmi
www.naitre-et-vivre.org

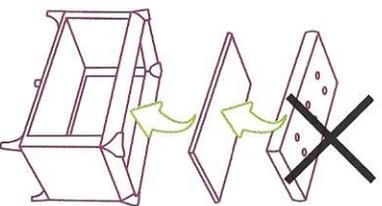
J'ai besoin d'un **lit** à **barreaux**, d'un **matelas ferme** adapté aux dimensions du lit et d'une **turbulette**

Je respire bien, je suis bien, je dors bien **en toute sécurité**

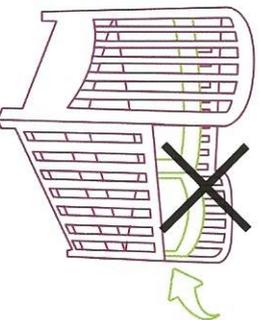
Je dors **sur le dos**



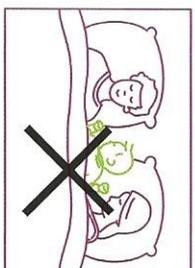
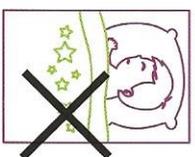
Partout et tout le temps, jour et nuit : je dois toujours **dormir sur le dos**, en toute sécurité



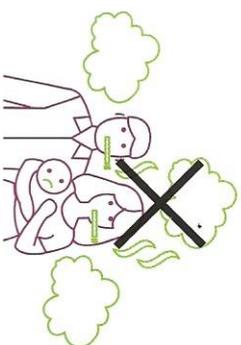
Pas de **matelas en plus** dans le lit parapluié



Pensez à moi, pas de **tour de lit**, pas de **couverture** ni d'**oreiller**



Je peux dormir dans la chambre de mes parents mais **pas dans leur lit**



Je dors dans un **environnement sain** : pas trop chaud et sans tabac

