





Situation des parents

En coupe depuis 2004, 2 interruptions de grossesses (à 9 sa et à 17 sa) et une fausse-couche

Ce que l'on savait

Grossesse monozygote-monoamniotique

-> Prématurité annoncée, hospitalisation au CHUV et césarienne

Date du terme : 21 juillet 2017

Hospitalisation au CHUV dès la 25^e semaine (maturation des poumons) Naissance le 3 mai 2017 (en urgence) au CHUV – 28 sa et 5 j.

Allaitement

Prise de contact avec une sage-femme (privée). Ses conseils : tiré mon lait entre 6-8 heures après l'accouchement (si possible) et l'importance du colostrum Rencontre avec les conseillères en allaitement du CHUV



L'importance du colostrum

La vie s'adapte aux rythmes des peau-à-peau et du tire-lait

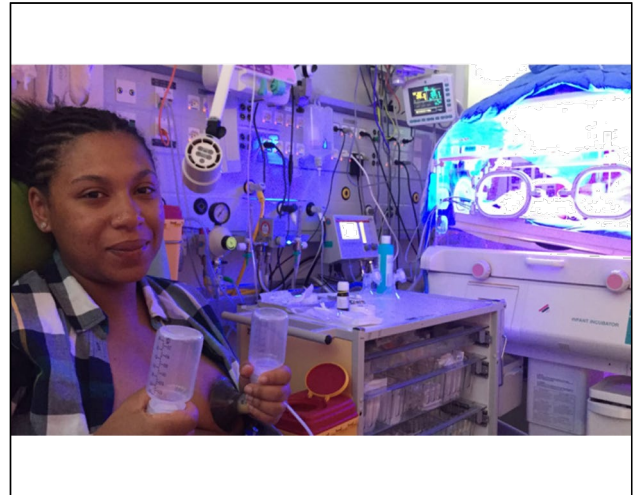


Avant l'accouchement

-Souhait de l'allaitement, conviction profonde et héritage culturel familial, aucune réticence

-Donner sa place au père

-Entretien avec Céline Fischer le lendemain de la naissance (médecin référente de nos filles)



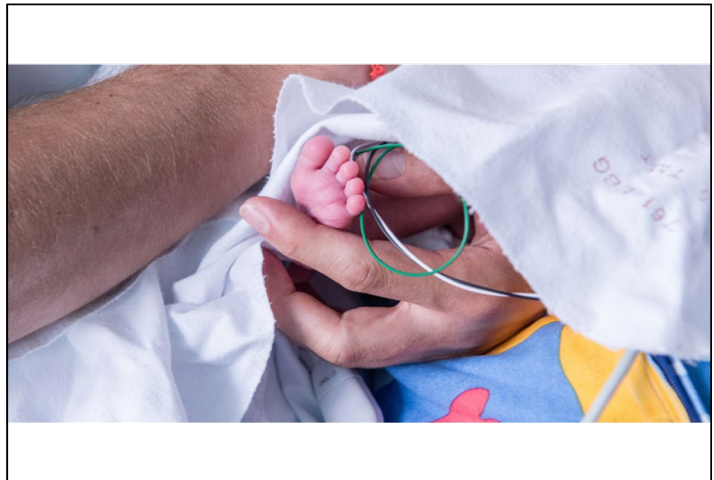
Pendant – Aide du papa au quotidien, à l'hôpital, puis à la maison

- Préparer les repas de la maman
- Déménagements de chambre (pré-natal à la maternité, puis de la maternité au studio). Le doute de la sortie...
- Logistique du tire-lait (location, CNI, étiquettes, hygiène, tirer son lait le plus souvent possible auprès des enfants)
- Une sieste par jour (si possible avec les enfants)
- Biberons préparés pour la nuit à la maison (lait maternelle)
- Placer les bébés pour l'allaitement
- Soutien moral et positif auprès de la maman



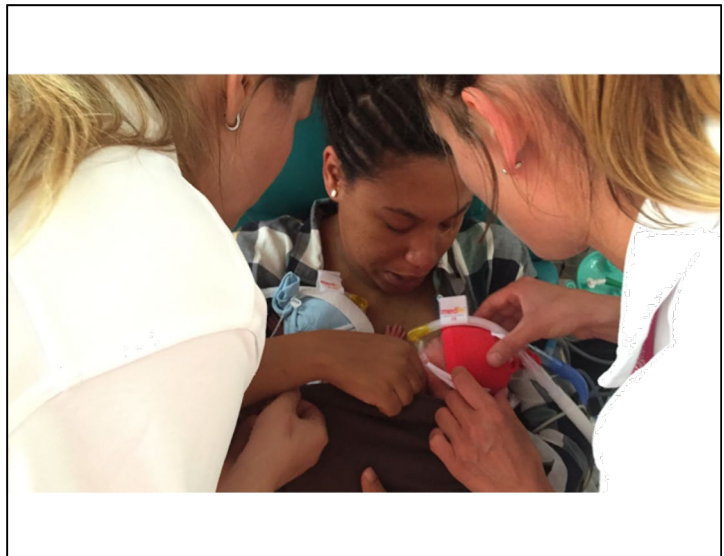
Difficultés rencontrées

- Manque de modèle (allaitement gémellaire) -> réseaux sociaux
- Quand l'hospitalisation se fait longue (3,5 mois pour l'aînée, 5,5 mois pour la cadette), la fatigue se fait sentir encore davantage, laissant place au doute sur sa propre capacité de résistance. La motivation reste !
- Peu d'aide familiale
- CNI, adapter la quantité de lait par biberon à la quantité donnée aux enfants (recommandation du CNI pour éviter le gaspillage)



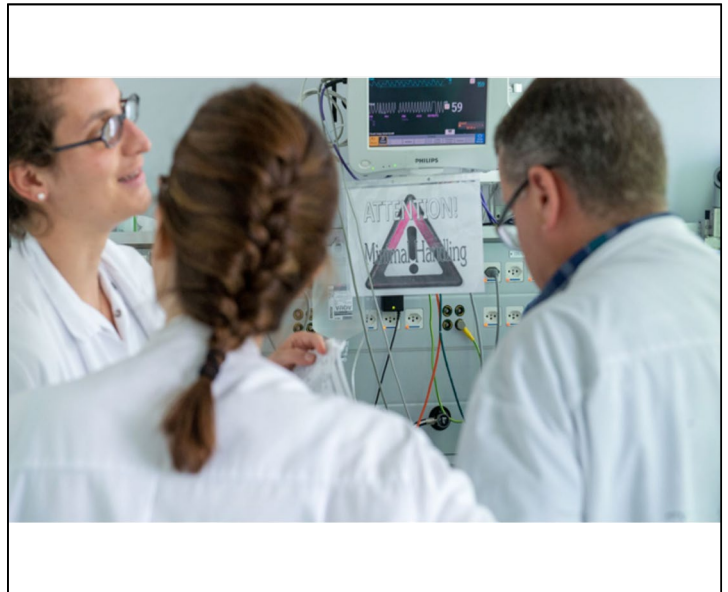
Le rôle du père..

- Central
- A l'égal de celui de la mère (sauf l'allaitement), si ce n'est bien entendu que maman avait la « priorité » sur les peau-à-peau et a passé plus d'heures sur sa chaise...
- Gestes identiques, si ce n'est la stimulation de l'enfant à l'allaitement au sein



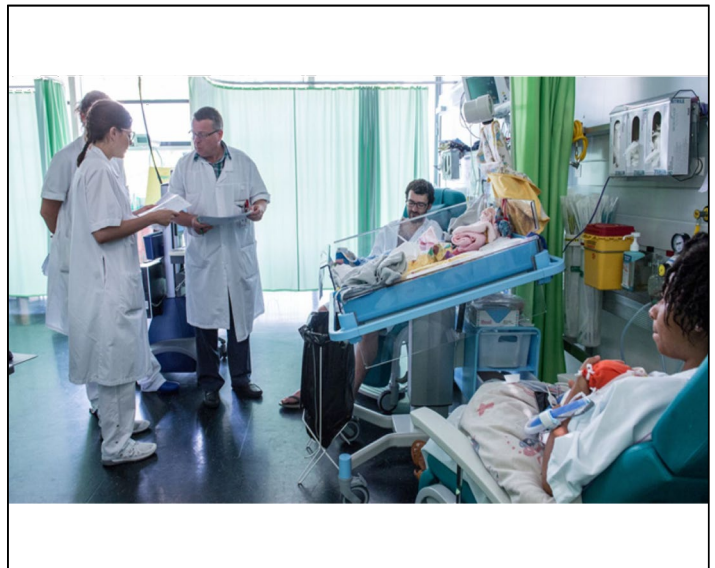
Rôle du père

- Partager ces moments uniques et émouvants, comme la première réunion des filles auprès de maman (13 jours après la naissance)



Epreuves

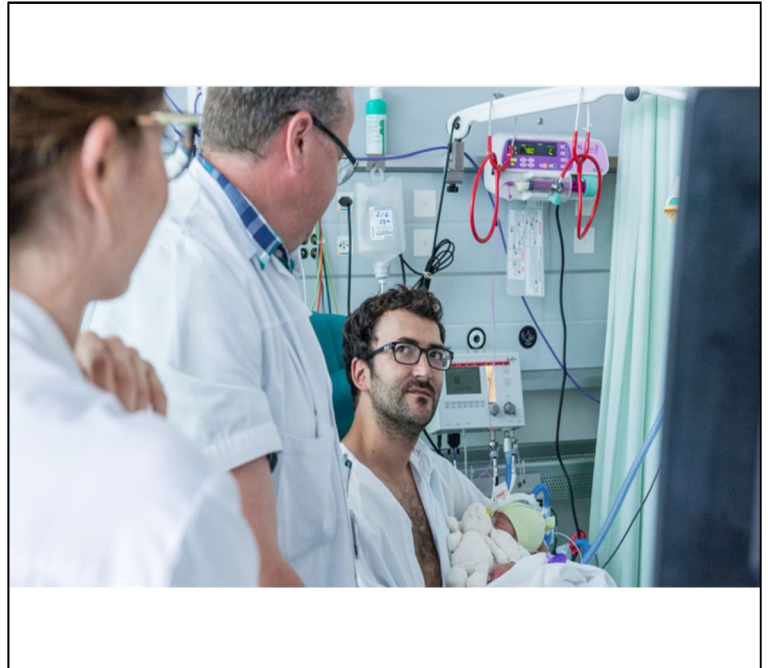
Minimal handling, la feuille que l'on n'aime pas voir de sortie... Rester positif (à deux c'est mieux), soutien psychologique



Epreuves

Vie bouleversée (vie en milieu hospitalier, pas toujours drôle, appartement à proximité immédiate -> une nécessité !)

Incertitude sur l'avenir (chambre préparée en août 2017...)



Importance d'être deux lors des rendez-vous spécialisés et points réguliers avec le pôle de médecins

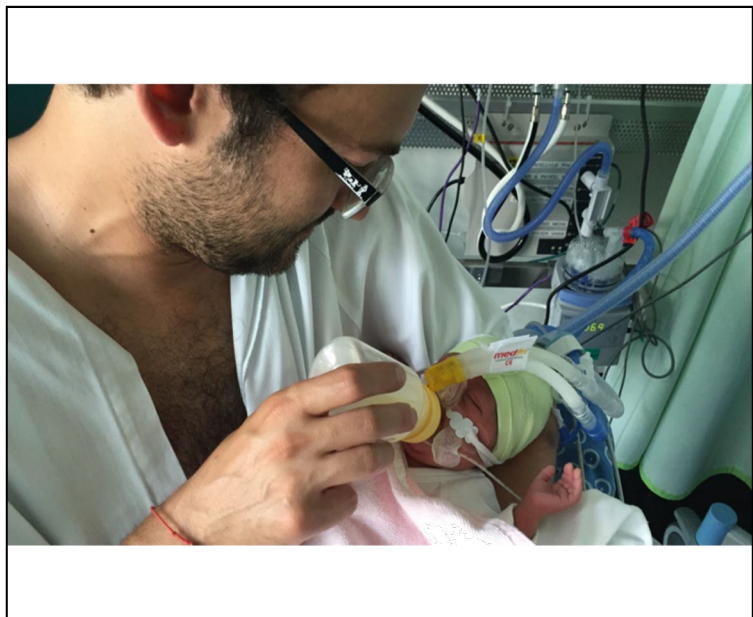


Analyse et debrief à deux...

Mémoire sélective et/ou appréciation divergente sur les discours et attitudes du corps médical,
appréciation parfois différente de la situation chez les deux parents
On oublie vite ou on occulte beaucoup d'aspects lorsque le discours est difficile à entendre...



De nouveau, soutenir la maman dans les tâches quotidiennes : gestion de la logistique du lait maternel



Gestes à l'identique de ceux de maman ; stimulation de la sphère orale avec du lait maternel



Gestes à l'identique de ceux de maman : les soins quotidiens



Peau-à-peau en famille



Parenthèse câlins quotidienne

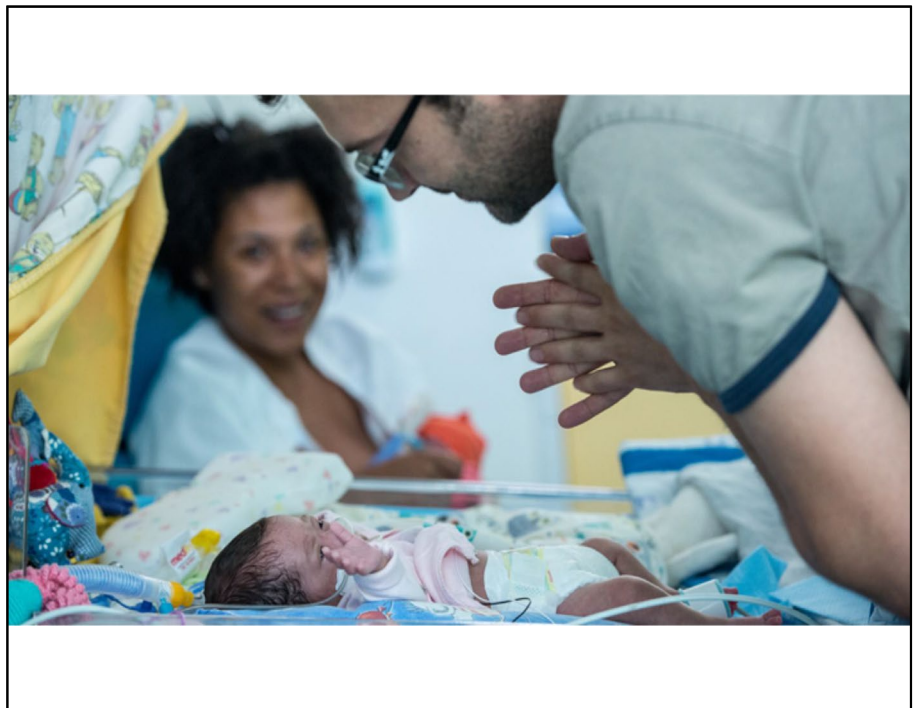


Se reposer...

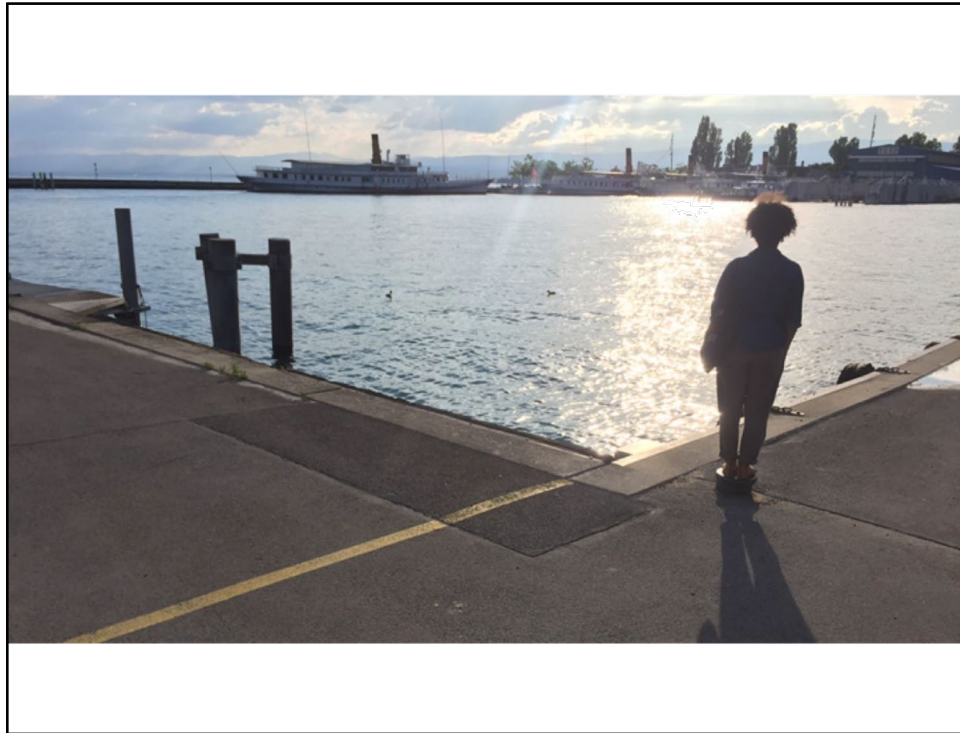
Une sieste par jour, si possible avec les enfants



Câliner, caresser, jouer...



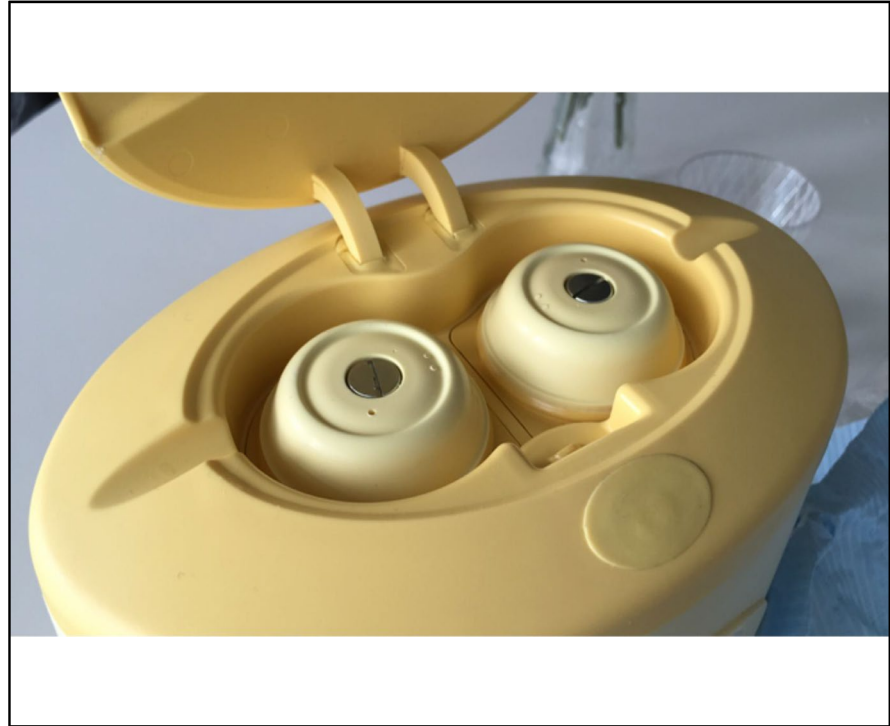
...donner de l'attention et beaucoup l'amour



Sortir s'aérer l'esprit (lorsque le rythme des filles le permet, notamment durant les heures d'alimentation...)

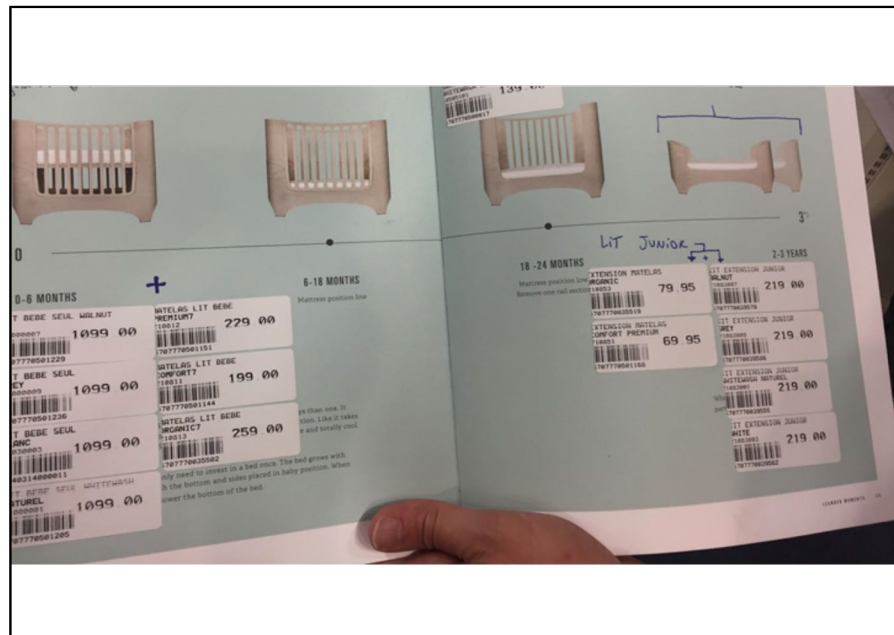


Par chance, c'est l'été et la région est agréable...



Toujours penser au tire-lait :)

Notre nouveau partenaire de sortie « jamais sans mon tire-lait »



Anticiper la sortie... Enfin !

Les perspectives sont heureuses, préparation de la chambre, achat de poussette-double



Accompagner la sortie, du CHUV à l'hôpital de zone (GHOL) Visite du GHOL par le papa (repérage des lieux)



Maintenir le lien

Et après deux mois bonus en pédiatrie au GHOL à Nyon, Nina découvre sa chambre et sa sœur la retrouvera tous les après-midi pour dormir (sieste)



Retour à une vie « presque » normale à la maison Allaitement de Yuna et Nina

Durée : 10 mois (mai 2017 à mars 2018)

Alimentation : 100% lait maternel jusqu'à octobre 2017 Tire-lait : jusqu'à novembre 2017

Alternance des tétées et des biberons

Alimentation mixte : complément aux 5 céréales dans le biberon du soir (23 octobre 2017, arrivée de la deuxième jumelle à la maison).

Arrêt de l'allaitement (mars 2018) Moins de lait

Fatigue accumulée

Reprise du travail en mai 2018

Recommandations

- Sensibiliser les mamans sur l'énergie demandée par l'allaitement gémellaire (hydratation 3lt par jour, repas plus fréquents, favoriser l'allaitement double simultané)
- Documentation spéciale pour les parents de jumeaux
- Encourager les mamans qui souhaite et se sentent capable d'allaiter deux bébés

REMERCIEMENTS :

- **Dr. Céline Fischer-Fumeaux**, Médecin-associée, néonatalogie, CHUV
- **Conseillères en allaitement**, département Femme-Mère-Enfant, CHUV
- **Louise Colassis**, sage-femme, Le Vaud
- **Dr. Marina Diaz-Bria**, FMH spéc. en gynécologie et obstétrique opératoire, Gland
- **Dr. Cécile Guénot et Prof. David Baud**, CHUV

Contacts :
Sabrina Gomes, sab.gomes@hotmail.com, 078 893 53 03
Aurélien Mabon, aurelmabon@hotmail.com, 076 473 93 84