

Des fesses bien à l'aise

La peau de bébé est douce, souple – et cinq fois plus fine que celle des adultes. Elle a donc besoin de soins spécifiques. Pourtant, mieux vaut souvent ne point trop en faire...

Le nouveau-né vient de s'endormir tranquillement dans les bras de son père. A la sortie de son premier bain, il a été lavé pour la première fois. Un vrai défi en matière de soin du postérieur. Heureusement, la sage-femme était là et elle a délicatement essuyé le méconium, autrement dit les premières selles de bébé, avant de le langer. «J'enlève toujours les premières selles épaisses avec des tampons d'ouate sur lesquels je verse quelques gouttes d'huile d'amande ou de calendula», explique **Susanne Schmid**, sage-femme de Kirchlintach (BE).

Sa longue expérience lui a permis de constater que les problèmes ne se manifestent généralement pas au début. «Durant les premiers jours, voire les premières semaines, les fesses de bébé sont encore intactes. La peau, qui reforme naturellement sa couche de protection lipidique, n'a pas besoin de produits spéciaux.» Un peu d'eau et d'ouate ou des serviettes pour les langes suffisent amplement. Les parents qui veulent absolument en faire plus peuvent ajouter quelques gouttes d'huile de soin pour la peau. «Je déconseille en revanche d'utiliser des serviettes hydratantes parfumées», précise Susanne Schmid. La fine peau de bébé ayant une couche de pro-

tection acide plus fine que celle des adultes, elle est moins résistante aux assauts des bactéries et des champignons. La sage-femme conseille donc aux mères qui allaitent de surveiller leur alimentation. Car si les selles de bébé deviennent acides, elles agressent cette fine couche de protection. «Ce sont en particulier les agrumes et l'ananas qui peuvent modifier la composition des selles et donc agresser la délicate peau des fesses.» Conséquence, la peau devient de plus en plus rouge. L'irritation peut même provoquer des squames. Ce qui est particulièrement douloureux car chaque pipi ou chaque passage à la selle provoque de fortes sensations de brûlure.

Réactions aux fruits acides

Mais même quand maman surveille son alimentation, il peut arriver que la composition des selles de l'enfant se modifie et devienne plus acide. Notamment quand bébé déguste de nouvelles bouillies ou tout simplement parce qu'il réagit plus à certains aliments que les autres enfants. Ce sont surtout les fruits acides, les baies, les noix, le lait de vache et les épices qui peuvent déclencher de telles réactions. La consommation de tels aliments durant la période de l'allaitement

peut avoir de sérieuses conséquences sur la peau des fesses de bébé. Des réactions peuvent aussi survenir plus tard, quand l'enfant commence à consommer lui-même certains de ces aliments. En revanche, les aliments qui provoquent des ballonnements, comme les haricots ou le chou, ne constituent pas de problème pour la peau. «Ils peuvent certes provoquer des flatulences et des coliques, mais, de toute ma carrière, je n'ai jamais vu que cela puisse provoquer des irritations cutanées», assure Susanne Schmid. Qui ne manque pas d'expérience: après avoir travaillé pendant de nombreuses années comme puéricultrice, elle exerce aussi comme sage-femme depuis huit ans et accompagne de nombreuses femmes après l'accouchement. Elle peut donc rassurer les mères inquiètes: «A chaque changement, l'équilibre de l'enfant peut être un peu perturbé. Ainsi, lorsqu'il fait ses premières dents, il faut



De précieuses substances très concentrées soignent, protègent et hydratent la peau. Les produits Remederm sont hypoallergéniques et ont une tolérance cutanée optimale. Ils conviennent parfaitement aux bébés et aux enfants. Ils sont disponibles en version légèrement parfumée ou sans parfum. MADE IN SWITZERLAND.



**Louis
Widmer**
SWISS + DERMATOLOGICA



REMEDERM – SOINS INTENSIFS POUR LA PEAU TRÈS SÈCHE
PROTÈGE ET HYDRATE EFFICACEMENT LA PEAU SENSIBLE

s'attendre à ce que bébé soit un peu grognon, que son nez coule et que son derrière devienne rouge.»

Quand les fesses de bébé rougissent presque à vue d'œil, elle préconise de «réagir immédiatement. Rincer doucement la peau avec beaucoup d'ouate et de l'eau

Les fesses de bébé apprécient d'être de temps en temps débarrassées de leurs couches et exposées à l'air frais.



chaude – sans frotter! – et appliquer ensuite une crème de protection». L'idéal est la pommade à l'oxyde de zinc ou une crème de protection de la peau spécialement conçue pour les nourrissons. «L'objectif étant d'éviter tout contact de la peau avec les acides, afin qu'elle puisse se remettre et que les rougeurs disparaissent», explique la sage-femme. L'oxyde de zinc favorisant la guérison, notre interlocutrice recommande d'appliquer une épaisse couche de pommade, sans chercher à la faire pénétrer. «Il faut que le produit forme une véritable couche de protection.»

L'idéal pour la peau: laisser les fesses à l'air

Si ni l'application de pommade ni le changement fréquent des couches ne servent à rien, reste une solution toute simple: l'air frais. «Je recommande toujours aux femmes de poser une serviette de bain pliée en deux sur le sol et de laisser bébé y gigoter les fesses, sèches et propres, à l'air», explique Susanne Schmid. Les spécialistes déconseillent aujourd'hui de recourir à un vieux truc: sécher les fesses de bébé avec un sèche-cheveux n'est plus recommandé et totalement obsolète. Car l'air chaud sèche effectivement la peau, mais beaucoup trop fortement – il dessèche littéralement l'épiderme. Ce qui perturbe aussi les capacités naturelles de protection de la peau.

A la place, la sage-femme Susanne Schmid nous confie une astuce qui peut sembler saugrenue de prime abord mais dont elle a pu vérifier les effets bénéfiques au service de néonatalogie de l'Hôpital pédiatrique de Zurich: «Les pansements liquides en spray. Il suffit de vaporiser une fine couche sur la peau propre et sèche des fesses pour la protéger de la brûlure des acides et pour favoriser la guérison.» Elle utilise toujours un produit contenant du dexpanthénol et précise: «Il est important de veiller à l'inscription «Ne brûle pas», car certains sprays brûlent énormément.» Les sprays doux, qui ne provoquent pas de sensation de brûlure, peuvent s'utiliser à chaque changement de couches. «Cela fait des miracles.»

Les précieux conseils de la droguerie

Les parents qui cherchent des produits de soins pour la peau efficaces pour les fesses des nourrissons trouveront aussi de nombreux produits en droguerie et bénéficieront, en plus, de conseils avisés. C'est notamment le cas dans la droguerie Hörler, à Rapperswil (SG). La droguiste Rhea Hörler ne fait pas seulement profiter ses clientes de ses compétences professionnelles, mais aussi de son expérience personnelle puisqu'elle est la mère d'un petit garçon de six mois. Pour l'instant, elle n'a pas eu de problèmes sérieux avec sa peau. «Je change souvent ses langes, à savoir toutes les deux heures, pour qu'il ne doive jamais rester longtemps dans des langes



Moments de bien-être pour peau sensible

Sibonet propose une ligne de produits soumis à des tests dermatologiques et spécialement adaptés au soin des peaux sensibles qui répond à tous les besoins. Qu'il s'agisse de déodorant, de gel douche, de savon liquide, de shampooing, de crème pour les mains ou de lotion pour le corps, Sibonet vous fait du bien! Soignez votre peau en douceur, testez nos produits de grande qualité et profitez maintenant de 20 % de réduction!



Une ligne complète de produits hypoallergènes et au pH neutre de grande qualité: le meilleur soin pour votre peau. Sibonet – le spécialiste des peaux sensibles depuis 1952.

sibonet
pH 5.5 HYPOALLERGEN

20%

de réduction sur tous les produits Sibonet.
Offre valable du 1^{er} au 30 novembre 2014
dans les drogueries et les pharmacies.

mouillés.» Elle veille aussi à la qualité des langes et conseille aux mères dont les bébés ont souvent des irritations de tester des marques différentes. «Au final, il ne vaut pas la peine d'économiser sur les langes, car les couches bon marché sont souvent très peu absorbantes», constate-t-elle. «C'est pourquoi, il suffit parfois simplement de changer de produit.»

Pour soigner la fine peau de bébé, les uns ne jurent que par l'huile de millepertuis, appliquée doucement avec de la ouate. D'autres ne se fient qu'aux bains tièdes à l'extrait d'écorce de chêne. Pour sa part, la sage-femme Susanne Schmid préfère l'huile de calendula, même pour les soins quotidiens, ou les produits de bain spécialement conçus pour les bébés. Concernant ces produits, il est important de vérifier qu'ils ne soient pas parfumés et ne contiennent pas de substances minérales. «Je conseille de ne pas se lancer dans des expérimentations farfelues mais de déterminer au plus vite quel produit convient le mieux aux parents et surtout à la peau de bébé.» Une chose est sûre: «La peau est le plus grand organe du corps et absorbe tout. Il est donc important de bien

choisir ce qu'on applique dessus!» En la matière, les produits les plus chers ne sont pas toujours les meilleurs. «L'essentiel n'est pas que le produit ait le nom d'une marque prestigieuse, mais qu'il contienne des ingrédients naturels et de qualité.»

A la droguerie Hörler, les mères reçoivent encore un autre conseil personnel: l'huile de massage pour le périnée à base d'huiles d'amande et de germes de blé et d'huiles essentielles naturelles. Rhea Hörler assure: «Elle agit aussi très bien sur la peau des fesses des nourrissons.» Sa mère, qui était déjà droguiste, avait découvert ce remède maison et l'a recommandé des années durant à ses clientes. «Il préserve la souplesse de toutes les peaux douces et leur offre une protection optimale.» En revanche, droguiste et sage-femme s'entendent pour déconseiller l'usage de la poudre. «On recommandait autrefois d'utiliser de la poudre, mais cela ne se fait plus aujourd'hui», assure Susanne Schmid. «La poudre peut former des petits grumeaux désagréables et dessèche la peau plus qu'elle ne la protège.» La droguiste Rhea Hörler ne recommande pas non plus la poudre à ses clientes. «Les pommades

grasses ou l'air frais sont de bien meilleurs remèdes.» Et quand aucun de ces moyens n'agit, elle conseille aussi de recourir à un spray pour les plaies. De préférence un spray de désinfection liquide et adapté aux muqueuses. «On peut aussi l'utiliser pour le nombril, car il prévient les infections et favorise la cicatrisation.»

Consulter en cas de pustules purulentes

Lorsqu'on lave le popotin de bébé, il est important de toujours aller de l'avant vers l'arrière chez les filles, pour éviter d'amener des bactéries fécales dans la zone du vagin. Pour les garçons, la droguiste a aussi un petit truc personnel: «Après le nettoyage, appliquer une goutte d'huile pour le périnée sur le «zizi», cela préserve la douceur de la peau du prépuce et prévient son rétrécissement.» Son produit préféré, une crème pour bébé de la droguerie, contient des ingrédients naturels et elle ne se sépare pas non plus d'une pommade à l'extrait de fleurs de camomille. Mais elle met en garde contre les produits à base de substances végétales préparés soi-même. «S'ils sont trop concentrés, ils peuvent provoquer de violentes réactions», explique-t-elle. «Il ne faut pas croire que «si ça ne sert à rien, ça ne fait pas de mal». Au contraire, certains ingrédients naturels peuvent provoquer de nombreux problèmes.»

Si les rougeurs s'accompagnent de pustules purulentes ou de saignements, il convient, ne serait-ce que par prudence, de consulter le pédiatre. En effet, ces signes peuvent indiquer la présence de spores de champignons ou de bactéries. Et là, camomille et calendula ne sont d'aucune utilité. Les parents attentifs peuvent facilement voir la différence: s'il ne s'agit pas d'une maladie, mais simplement d'une irritation des fesses due à l'acidité des selles ou de l'urine, alors l'air frais, un peu de pommade vulnérable, quelques vaporisations de spray pour les plaies ou encore l'application d'une pommade de protection et la situation devrait s'améliorer en un ou deux jours. «Tout devrait être en ordre après deux jours», résume la sage-femme.

Une fois la douce peau des fesses rétablie, bébé n'a plus mal au derrière. Et langé de frais, il peut tranquillement sommeiller dans les bras de ses parents.



Ω7 SANDDORN®
ARGOUSIER
Pharma Medica

NOUVEAU

UN BIEN-ÊTRE NATUREL PAR LA FORCE DES BAIES D'ARGOUSIER

- ✓ NOUVEAU: Sanddorn Argousier® crème de soin intime
- ✓ Favorise l'hydratation des muqueuses et de la peau pour une meilleure élasticité
- ✓ Pour bénéficier des précieux effets combinés; utiliser les capsules à l'huile d'argousier en combinaison avec la crème de soin intime à l'huile d'argousier

Disponible dans votre pharmacie et droguerie.
www.sanddorn-argousier.ch

pharma medica
FOR YOUR HEALTH

Texte: Claudia Weiss / trad: cs

Photo: fotolia.com