

TRUCS ET ASTUCES

Pour une vaccination tout en douceur de votre bébé

Pour accompagner votre bébé en douceur et favoriser son confort lors de la vaccination.

Voici des trucs et astuces qui ont fait leurs preuves.

AVANT | En préparation à la maison

1. **Mettre** dans le sac à couches **quelques jouets préférés** de votre bébé ou un toutou/doudou réconfortant.
2. **Lui choisir des vêtements confortables** et qui s'enlèvent facilement.
3. **Préparer une solution sucrée (à donner avec la suce)** pour distraire bébé si l'allaitement ou le biberon ne conviennent pas. Dissoudre 1 sachet de sucre dans 10 ml d'eau froide.

4. **Acheter une crème anesthésiante** sans ordonnance à la pharmacie (derrière le comptoir).

Les anesthésiants locaux engourdissent la peau et réduisent la douleur causée par la piqûre de l'aiguille.

1 heure avant le rendez-vous :

étapes pour appliquer la crème anesthésiante

- Appliquer la crème sur la peau à l'endroit où l'enfant recevra le vaccin :
 - **Enfants 0 – 3 mois** : sur le haut des deux cuisses, côté extérieur, de la taille d'une pièce de 5 sous (5¢)
 - **Enfant 3 – 12 mois** : sur le haut des 2 bras, côté extérieur, de la taille d'une pièce de 2 dollars (2 \$)
- Recouvrir d'un pansement (Tegaderm^{MD})
- Laisser la crème agir jusqu'au moment du vaccin (selon les recommandations du pharmacien)



PENDANT | Au centre de vaccination

1. **Rester calme et parler sur un ton rassurant.** Les bébés vont souvent éprouver les émotions vécues par leurs parents.
2. **Adopter une position confortable et sécuritaire** avec l'aide du personnel infirmier. Garder votre bébé dans vos bras pour diminuer son inconfort et le rassurer.
3. **Pour distraire bébé pendant le vaccin :**
 - Allaiter. Commencer avant le vaccin, et continuer l'allaitement pendant et après l'injection.
 - **Donner une solution sucrée combinée à une suce**, si l'allaitement ne convient pas (1 cuillère à thé d'eau sucrée s'il démontre des signes d'inconfort).
 - Présenter ses objets préférés.

APRÈS | De retour à la maison

1. **Réconforter et féliciter** votre bébé.
2. **Faire une activité de détente.**
3. **Si votre bébé présente de la fièvre ou des signes d'inconfort après la vaccination**, veuillez suivre les indications qui vous ont été transmises par votre professionnel de la santé. Au besoin, n'hésitez pas à communiquer avec votre équipe de soins ou votre pharmacien.

**POUR PLUS
D'INFORMATIONS**
Quelques outils



Site web Tout Doux

**toit
doux**
POUR des soins
tout en douceur

**CHU
Sainte-Justine**
Le centre hospitalier
universitaire mère-enfant
Université
de Montréal