



Couches jetables-changer la couche de bébé

BÉBÉ ENTRE 0 ET 6 MOIS

ARTICLE

AVRIL 17, 2021

2 MINS

Vous allez devoir souvent changer la couche de bébé au cours des prochains mois. Voici donc une checklist utile pour vous aider à changer la couche de bébé. Découvrez-la et faites en sorte que chaque changement de couche soit aussi doux que les fesses de bébé.

- Rassemblez tout ce dont vous avez besoin avant de commencer : matelas à langer, serviette propre, couche propre, boules de coton, eau bouillie refroidie (pour y tremper les boules de coton) ou lingettes sans parfum ni alcool, crème

de protection.

- Placez la serviette sur le matelas à langer, allongez votre bébé sur la serviette.
- Si vous utilisez une table à langer, gardez toujours les yeux sur bébé - il peut gigoter énormément.
- Chanter ou bavarder avec votre bébé peut l'apaiser et le calmer.
- Défaites la couche sale. Si elle est pleine, utilisez-la pour enlever la plus grande partie des saletés.
- Nettoyez les fesses de votre bébé avec des boules de coton humidifiées ou des lingettes. Nettoyez de l'avant vers l'arrière pour une fille, de l'arrière vers l'avant pour un garçon.
- Tapotez les fesses de votre bébé avec la serviette pour les sécher.
- Soulevez doucement les jambes de bébé d'une main et placez la couche propre (avec les languettes à l'arrière) sous ses fesses de l'autre main.
- Si les fesses de votre bébé sont rouges ou sensibles, utilisez une crème protectrice.
- Repliez le devant de la couche jusqu'à la taille de bébé et fixez les languettes sur les côtés.
- Lavez et hydratez vos mains après chaque changement de couche.