



FÉDÉRATION  
Nourri-  
Source

# LE RÉFLEXE D'ÉJECTION FORT

## PISTES À EXPLORER

- **Exprimer du lait avant la mise au sein permet au premier réflexe (qui est le plus fort) de passer. Il sera plus facile pour bébé de gérer les suivants.**
- **Prendre une position d'allaitement penchée vers l'arrière telle que la biologique ou couchée en raison de la gravité qui permet au bébé de mieux en gérer le débit**
- **Faire des pauses et le rot du bébé plus souvent pour l'aider à améliorer sa digestion**



**Une vidéo  
sur ce  
thème est  
disponible  
sur notre  
chaîne  
YouTube**

**2023**

[www.nourri-source.org](http://www.nourri-source.org)



## N'oubliez pas

- **Les manifestations peuvent être associées à d'autres problèmes d'allaitement**
- **Si la situation persiste après avoir tenté les pistes de solutions, consultez pour vérifier s'il s'agit vraiment d'un REF**
- **D'autres solutions pourraient être envisagées, mais nécessitent un suivi avec une IBCLC**

**RÉFÉRENCE : LE PETIT NOURRI-SOURCE**

