

Bébé

Fesses irritées (Érythème fessier)

par Céline Arsenault

La percée dentaire peut être banale chez certains bébés et catastrophique pour d'autres. On ne sait pas vraiment comment prévenir mais l'allaitement maternel donne sûrement de meilleurs outils au corps pour vivre cette étape.

L'érythème fessier est relié directement à un excès d'acidité chez le bébé. Ce n'est pas provoqué par les couches de coton bien que ces dernières doivent être changées plus régulièrement si le problème se présente. En période estivale, il se peut que les urines du bébé nourris au biberon soient trop concentrées parce qu'il ne boit pas assez d'eau. Offrez-lui de l'eau entre ses boires en période de grandes chaleurs. Le bébé allaité à la demande aura toujours un lait adapté à ses besoins. Il est possible aussi que cette irritation soit reliée à une percée dentaire. On prendra les mêmes moyens pour le

soulager. Si votre bébé a commencé à manger, vérifiez les sortes de céréales que vous lui donnez. Sont-elles trop acides (blé, avoine, orge)? Lui avez-vous offert des jus citrins ces derniers jours (orange, pamplemousse) ou des tomates ? Avez-vous intégré des petits fruits de saison dans ses repas (fraises, framboises, bleuets)? Aime-t-il les kiwis (acidifiant)? Éliminez ces facteurs temporairement pour hâter la guérison car ils sont tous sources d'acidité.

La mère qui allaite devra réviser son alimentation. En plus des éléments précédents, il faudra être prudente avec les épices, les excès de féculents, de pain, de viande, de sauce tomate, le chocolat, le sucre et l'alcool. Ajoutez plutôt des aliments alcalins comme beaucoup de légumes ou de jus frais maison (sans tomate) dans votre diète et tout particulièrement les jus de carottes. Tous les moyens suivants sont aussi efficaces pour guérir les fesses irritées. Aérez les fesses le plus souvent possible en enlevant la couche car l'humidité entretient l'érythème fessier. Placez le petit lit au soleil devant la fenêtre et couchez le bébé sur le côté (le dos appuyé sur un rouleau) ou sur le ventre. Une exposition de 5 minutes d'ensoleillement 3 à 4 fois par jour est très efficace. Pensez à bien couvrir le matelas avec une couche ou un piqué.

Éviter d'essuyer les fesses directement, éponger plutôt en douceur car le frottement de la serviette augmente la douleur et irrite davantage. Appliquez une pâte faite d'argile blanche (1/2) et d'huile d'olive (1/2), cette crème maison est très alcaline et guérissante pour les fesses irritées.. Il existe aussi sur le marché de bonnes crèmes à base de plantes comme Bébé-bio de la compagnie Clé des champs ou encore HerboZinc de la compagnie Souris verte.

Évitez les couches de papiers parfumées et laver les couches de coton avec du savon de source naturelle sans ajout de produits chimiques ou de parfum. Éviter les assouplisseurs qui peuvent contenir des produits irritants et bien rincer vos couches.

Par contre, si l'éruption commence par de petits boutons autour de l'anus, qui s'étendent au siège et aux plis cutanés et que la peau prend un aspect rouge uniforme, légèrement suintant, il s'agit probablement d'une infection à champignons. Consulter votre médecin et consulter l'article sur la mycose du siège chez les bébés.