

# « Enceinte, j'ai continué à allaiter mon aînée »



Enceinte de trois mois, Émilie souhaite allaiter de longs mois ce nouveau-bébé comme elle l'a fait pour Ninon et Garance, pourtant très rapprochées.

Émilie, 30 ans, allaitait encore sa fille de 7 mois lorsqu'elle a appris qu'elle attendait un second bébé. Pas question pour elle de sevrer sa fille pour autant : elle a ainsi continué à l'allaiter durant sa grossesse et même après l'accouchement.

Par Ariane Langlois

**A**llaiter n'était pas forcément un rêve pour Émilie. Comme bien des femmes, c'est son bébé qui l'a convaincue. « Ninon et moi avons fait du peau à peau pendant deux heures à sa naissance. Quelques minutes après être sortie de mon ventre, elle a commencé à bouger et s'est hissée d'elle-même jusqu'à ma poitrine pour trouver le sein, c'était incroyable ! Tout s'est vite mis en place et a très bien fonctionné, je ne me suis pas posé plus de questions. » Émilie et son mari souhaitent avoir des enfants rapprochés : Ninon n'a que 7 mois lorsque la jeune femme s'aperçoit avec bonheur qu'elle est à nouveau enceinte. « En fait, c'est l'allaitement

qui m'a mis la puce à l'oreille ! sourit-elle. Tout à coup j'ai eu beaucoup plus de lait : je me souviens des yeux étonnés de Ninon lorsqu'elle tétait. Elle non plus n'en revenait pas ! » La jeune femme se demande alors si elle peut continuer son allaitement : elle demande conseil à sa gynécologue, spécialiste de l'allaitement, qui la rassure aussitôt. « Ninon était encore mon bébé, je n'avais d'yeux que pour elle et n'imaginai pas devoir la sevrer au profit du nouveau bébé. Dès que mon médecin m'a dit que c'était possible de continuer, j'ai été soulagée : Ninon en avait besoin et moi aussi. »

## Aucune frustration

Contrairement à ce que l'on pourrait imaginer, allaitement et grossesse font bon ménage : pour preuve, Émilie n'est pas plus fatiguée. « Allaiter ne m'a jamais fatiguée, au contraire. C'est lorsque j'ai arrêté d'allaiter mes deux enfants que j'ai été malade ! » Toutefois, à 4 mois de grossesse, la jeune femme remarque que sa production de lait diminue. « Cela ne m'a pas inquiétée car Ninon avait 11 mois. Elle ne tétait plus que matin et soir, puis uniquement le matin, puis plus du tout. Ce fut très progressif. Elle était déjà diversifiée : je suis donc passée au lait de croissance qu'elle a pris sans problème. » Émilie elle-même accepte bien la situation. « Je n'en ai pas souffert dans la mesure où cela s'est fait sans problème, en douceur. Aucune de nous n'a été frustrée. » Le 2 décembre 2010, Émilie donne naissance à sa deuxième fille, Garance, qui, tout comme sa sœur, trouve le sein facilement. La production de la jeune femme repart à nouveau, en quantité très importante. Contrainte de tirer son lait pour éviter les engorgements, elle décide de ne pas le congeler car sa reprise de travail est encore loin. « Je ne voulais pas non plus le jeter, alors je me suis dit : et si je le proposais à Ninon ? Je lui ai fait goûter et elle a beaucoup aimé ! » Matin et soir, Ninon prend alors à nouveau 120 ml

de lait maternel. Au biberon toutefois. « Je ne savais pas combien de temps j'allais avoir autant de lait, je voulais donc éviter de nous faire subir un second sevrage », explique Émilie.

## Fière de donner le meilleur

Durant quelques mois, Ninon et Garance prennent donc du lait maternel toutes les deux. Au final, Émilie aura allaité son aînée pendant treize mois et sa deuxième fille pendant dix-huit mois. Une belle performance pour cette maman qui, au départ, n'imaginait pas aller aussi loin. « Je suis très heureuse de l'avoir fait et, bien sûr, très fière de leur avoir donné ce que j'avais de meilleur », confie-t-elle. Seule ombre au tableau : les critiques de l'entourage, pas toujours faciles à supporter. « On me demandait : "À quoi ça sert de donner ton lait

Vous souhaitez raconter votre histoire ? Laissez-nous vos coordonnées sur le site [neufmois.fr](http://neufmois.fr), rubrique « Témoignages ».

à Ninon ?", comme si mon lait était un poison ! On me disait aussi que j'étais esclave de mes enfants. Heureusement que mon mari m'a toujours soutenue car c'était difficile de faire comprendre que j'y trouvais beaucoup de bonheur et que je n'allais pas acheter du lait alors que j'en produisais quotidiennement. » Aujourd'hui enceinte de trois mois, Émilie souhaite plus que tout allaiter à nouveau. Elle espère ainsi que son troisième bébé prendra aussi bien le sein que ses aînées ! **NM**



**Véronique Darmangeat, consultante en lactation**  
Auteur de *L'allaitement malin*, éd. Leduc.s

## « On peut allaiter conjointement deux enfants d'âges différents »

**Neuf Mois : Allaiter en étant enceinte, est-ce possible pour toutes les mères ?**  
**Véronique Darmangeat :** Oui, et cela ne pose aucun problème vis-à-vis du bébé à venir. Ce n'est pas plus fatigant : la plupart des mamans sont même contentes de pouvoir se reposer tout en allaitant tranquillement leur aîné. La seule chose à savoir, c'est qu'à un moment donné, la lactation va s'arrêter pour repartir en colostrum. Il n'y a pas de date précise, c'est différent selon chaque grossesse. Si la production met du temps à redémarrer, l'enfant peut être contrarié de n'avoir rien à téter. Certains se sevrèrent ainsi naturellement car le colostrum a un goût salé qui leur

déplaît, et d'autres vont continuer de téter comme si de rien n'était.

**NM : La composition du lait sera-t-elle toujours adaptée à l'aîné ?**  
**V. D. :** Le lait sera adapté aux besoins du plus jeune. Mais cela ne signifie pas qu'il n'est plus bon pour le grand, au contraire ! Après la naissance, on peut ensuite allaiter ses deux enfants. Le corps produit la quantité nécessaire pour deux enfants. D'autant plus que l'aîné stimule bien la lactation : il est plus efficace qu'un nouveau-né. Par contre, s'il tète encore beaucoup, il faudra veiller à ce que le petit prenne le sein en premier. On peut aussi les faire téter ensemble, cela crée une belle complicité entre les enfants.

**NM : Et si l'on souhaite sevrer l'aîné ?**  
**V. D. :** Pour éviter un trop grand chamboulement, le mieux est de le sevrer pendant la grossesse, en espaçant progressivement les tétées et en lui expliquant qu'il va être grand, que ce n'est pas facile pour lui mais qu'on l'aime tout autant. Il faut être claire pour que l'enfant sente qu'il peut s'appuyer sur sa maman. L'important est aussi de maintenir le contact physique avec lui : portage, massages et câlins aident à compenser le manque.