

Journal : tirage du lait et allaitement

Breastmilk Pumping or Feeding Log (French)

Nom : _____ Date : _____

Les bébés boivent toutes les deux à quatre heures, selon leur poids et leurs besoins en énergie. Si vous tirez votre lait, il importe de le tirer au moins toutes les trois heures de six heures à minuit chaque jour. Chaque fois que vous tirez votre lait, il serait peut-être bon d'écrire la durée du tirage, la méthode utilisée et la quantité de lait exprimée. Si vous allaitez, il serait peut-être bon d'écrire le nombre de fois que le bébé boit au sein et la durée du boire. Inscrive les heures et le nombre de couches souillées (urine et matières fécales).

Jour	1 h	2 h	3 h	4 h	5 h	6 h	7 h	8 h	9 h	10 h	11 h	Midi	13 h	14 h	15 h	16 h	17 h	18 h	19 h	20 h	21 h	22 h	23 h	Minuit	Total pour 24 heures
																									lait :
																									boires :
																									urine :
																									matières fécales :
																									lait :
																									boires :
																									urine :
																									matières fécales :
																									lait :
																									boires :
																									urine :
																									matières fécales :
																									lait :
																									boires :
																									urine :
																									matières fécales :