

A photograph of a man, a woman, and a baby. The man is on the left, looking down at the baby. The woman is on the right, smiling and looking at the baby. The baby is in the center, looking directly at the camera. They are all smiling and appear to be in a happy, intimate moment.

GÉNÉRATION AMBROISE PARÉ

Revue n°3 : Automne 2017

LE PORTRAIT

Découvrez l'hématologie pédiatrique exercée par le Docteur Caroline Pawlik.

LE DOSSIER

L'alimentation du nourrisson né à terme.

LES BONNES NOUVELLES

Découvrez les dernières actualités du service de pédiatrie.

Emportez-moi !

NOTRE ÉQUIPE

Dr S. VAN STEIRTEGHEM, Chef de Service
spécialisé en pneumologie
Maître de stage universitaire

NOS PÉDIATRES

Dr C. BABUSIAUX
spécialisée en pneumologie
Dr A. CAILLEAUX
spécialisé en néphrologie
Pr G. CASIMIR
spécialisé en pneumologie
Dr M. CAVENAILE
spécialisée en neurologie
Dr J. COULON
spécialisée en pédiatrie générale
Dr A. CUPA
spécialisé en pédiatrie générale
Dr J. DE BOCK
spécialisé en cardiologie
Dr E. DEGROOTE
spécialisée en neurologie
Dr F. DE MEYER
spécialisée en cardiologie
Dr G. IVANOF
spécialisée en allergologie
Dr D. LAUVAU
spécialisé en gastro-entérologie
et nutrition
Dr M-F MULLER
spécialisée en néonatalogie et
suivi des grands prématurés
Dr C. PAWLIK
spécialisée en pédiatrie
générale (hématologie)

INFOS PRATIQUES

CONSULTATION :

+32 (0) 65 41 41 31

Localisation : Niveau 0 - Aile A

HOSPITALISATION :

+32 (0) 65 41 44 60

Localisation : 6^{ème} étage - Aile D

Valérie Fouquart, infirmière en chef

Dr A. SALAME

spécialisé en gastro-entérologie

Dr A. STIEVENART

spécialisée en pédiatrie générale

Dr I. THOMAS

spécialisée en néonatalogie

Dr A.M. UDISTEANU

spécialisée en pédiatrie générale

Dr J. VAN HEES

spécialisée en pédiatrie générale

Dr L. VAN MALDERGEM

spécialisé en génétique

NOS SPÉCIALISTES

Dr N. BUSIAU, orthopédie

Dr D. DESMETTE, orthopédie

Dr A-L. DONFUT, chirurgie infantile

Dr N. GERARD, pédopsychiatre

Dr V. GODEAU, pédopsychiatre

Dr C. LEMOINE, pédopsychiatre

Dr D. PAMART, urologue

NOTRE ÉQUIPE PARAMÉDICALE

V. FABRIZIO, psychologue

S. LEROY, ergothérapeute

S. SIMON, psychologue

P. SIRAUT, kinésithérapeute

C. WATTIEZ, assistante sociale

CONSULTATION LAST MINUTE :

+32 (0) 65 41 41 31

Localisation : Niveau 0 - Aile A

URGENCES :

+32 (0) 65 41 44 44

Localisation : Niveau -1 - Aile H



Dans un monde en profonde mutation, notre équipe pluridisciplinaire de pédiatrie se dévoue, chaque jour, pour offrir les meilleurs soins aux enfants. Elle souhaite aussi accompagner les parents afin qu'ils puissent assurer à leur famille le bien-être nécessaire à un épanouissement optimal au sein de notre région.

Dans ce cadre, j'espère que les informations présentées avec bienveillance et professionnalisme, dans cette 3^{ème} édition de notre revue Génération Ambroise Paré, pourront vous être utiles.

Je vous en souhaite une excellente lecture. Bien entendu, nous restons à votre entière disposition afin de recueillir vos avis, commentaires et pistes d'amélioration pour que cet outil de communication réponde au mieux à vos besoins.

Joëlle Kapompole, Présidente du CHU Ambroise Paré

LE SOMMAIRE

L'ÉDITO	P.02
LES BONNES NOUVELLES	P.03
LE PORTRAIT : NOTRE SPÉCIALISTE EN HÉMATOLOGIE	P.04 - 06
LE DOSSIER : L'ALIMENTATION DU NOURRISSON NÉ À TERME	P.07 - 11
LES RECETTES	P.12
QUESTIONS / RÉPONSES	P.13
NOS PARTENAIRES	P.14

Notre service de pédiatrie innove chaque jour pour offrir à vos enfants une prise en charge de qualité !



L'école à l'hôpital

Au 6^{ème} étage de l'aile D et depuis de nombreuses années se trouve une école bien particulière. Cette dernière dépend administrativement de l'école fondamentale "l'Orée du Bois", située à Havré.

Nos institutrices prennent en charge tous les enfants hospitalisés, de tous niveaux, issus des différents réseaux de l'enseignement classique ou spécialisé à partir de deux ans et demi jusqu'à quatorze ans, quelle que soit la durée de leur séjour.



Cécile Desquennes,
institutrice primaire

Notre classe se veut avant tout un lieu d'accueil. Elle offre aux jeunes malades un espace d'apprentissage, d'écoute, de partage et de détente afin qu'ils puissent réintégrer au mieux leur école.

Nous organisons notre classe en fonction des âges, des niveaux et des pathologies. Nous débutons toujours par le travail scolaire remis par l'école d'origine ou les parents pour ensuite exécuter un projet collectif. Ce dernier permet de rassembler tous les élèves autour d'une thématique.



Mélanie Faraone,
institutrice préscolaire

Être enseignant au sein d'une structure hospitalière peut se résumer en deux mots : humanité et adaptabilité. Il n'est pas chose aisée de prodiguer un enseignement aussi diversifié que les petits patients dont nous avons la charge. Nous devons sans cesse faire preuve de créativité pour susciter et ce malgré la maladie, l'envie d'apprendre. Nous sommes à leur écoute et nous formons un lien particulier entre eux et l'équipe soignante.

Nous nous efforçons d'offrir quotidiennement à ces enfants un lieu d'apprentissage sécurisant, chaleureux et respectueux de tous.



Le portrait

L'hématologie est une spécialité de la médecine qui s'occupe des maladies du sang telles que des anémies, des leucémies (cancers du sang), des leucopénies (pas assez de globules blancs avec pour conséquence des infections fréquentes) ou encore des difficultés à coaguler...

Ces maladies peuvent être de naissance ou acquises durant l'enfance (lors d'infections par exemple).

Caroline Pawlik, médecin spécialisée en pédiatrie générale (hématologie), vous raconte son parcours !

" Originaire de Charleroi, c'est dans cette ville que j'ai effectué mes études primaires et secondaires (Athénée Royal Vauban).

Après un passage avec succès en faculté de philosophie et

lettres, j'ai finalement décidé de me réorienter vers la faculté de médecine. Je me suis donc inscrite à l'UMONS pour me lancer dans cette nouvelle aventure. Une structure familiale, à dimension plus humaine me tendait les bras.

J'ai réalisé ma première année de médecine à Charleroi. À l'époque et dans le contexte du *numerus clausus*, je suis arrivée à Mons pour suivre mes 2^{ème} et 3^{ème} "candi".

Ensuite, tout s'est très vite enchaîné... Après les matières théoriques et ô combien rébarbatives, les années de "candi" terminées, place aux premières expériences en milieu hospitalier lors des années de doctorat que j'ai effectuées à l'Université Libre de Bruxelles.

Rapidement, j'ai aimé l'approche développée lors des stages de pédiatrie. Cependant, je ne me suis décidée que tardivement

vers cette discipline : "trop de choix tue le choix" ! Beaucoup de matières et de spécialités me plaisaient, je suis donc longtemps restée indécise.



C'est grâce à un stage d'hématologie réalisé à l'HUDERF (Hôpital universitaire des enfants Reine Fabiola) que je me suis finalement décidée. La pédiatrie, c'est cela que je voulais faire et rien d'autre !

Diplômée en 2007, les années de spécialité sont passées à une vitesse folle. Des stages à l'HUDERF, au

CHU Charleroi et à l'hôpital Erasme m'ont permis d'acquérir une certaine expérience en Pédiatrie générale.

Devenue maman de trois enfants entre-temps, je suis arrivée au CHU Ambroise Paré il y a de cela un an.

Mes orientations restent inchangées depuis toujours : la pédiatrie générale d'abord, que ce soit en consultation et surtout en hospitalisation. Il n'est rien de plus intéressant que la recherche d'un diagnostic et de voir ensuite l'amélioration de l'état d'un enfant en cours de séjour. L'hospitalisation m'a également permis de développer le versant plus humain de la discipline, que ce soit en soutien des enfants bien entendu, mais aussi de leurs parents, pour lesquels un tel parcours n'est pas toujours facile.

Je garde bien entendu un intérêt accru pour l'hématologie générale. C'est cette discipline particulière qui m'a permis d'opter pour la pédiatrie lorsque je suis devenue médecin.

En collaboration avec l'HUDERF, une gestion des cas non complexes d'hématologie générale est maintenant réalisable et évite parfois quelques trajets vers Bruxelles à nos petits patients."

Le service en quelques chiffres

- 20 pédiatres
- 30 lits dont 8 lits de haute surveillance
- présence d'un pédiatre 24h/24
- 2.900 hospitalisations par an
- 20.000 consultations par an
- 10.000 passages aux urgences par an

Dr Caroline Pawlik

LE DOSSIER : L'ALIMENTATION DU NOURRISSON NÉ À TERME

À travers ce dossier, nos spécialistes en diététique et nutrition vous donnent de nombreux conseils sur l'alimentation à adopter pour votre bébé, de sa naissance à son premier anniversaire.

Le lait

Si possible, l'allaitement maternel doit être favorisé au minimum jusqu'aux six premiers mois de votre bébé.

Le cas échéant (si l'allaitement maternel est non souhaité par exemple), des laits maternisés, copiant le mieux possible le lait maternel, sont nécessaires. Ils ne présentent ni trop de protéines ni trop de calcium, plus de graisses désaturées, de fer et de zinc pour le développement du cerveau et le renforcement des défenses immunitaires.

Des suppléments de pro et prébiotiques (petites molécules d'hydrate de carbone ou microbes naturels du tube digestif) sont souvent ajoutés aux laits maternisés pour permettre une meilleure digestion, stimuler les défenses immunitaires et éviter les allergies...

Qu'il soit maternel ou maternisé, le lait doit constituer le seul aliment de votre bébé et ce jusqu'à ses quatre mois au minimum.

L'unique complément alimentaire qui peut être ajouté au lait est la vitamine D, à une dose de huit cents unités par jour. Ce chiffre est important pour deux raisons :

- en Belgique, nous subissons tous le manque de soleil ;
- les mamans ne mangent pas assez de poisson, dès lors leur lait regorge moins de cette vitamine.

Ce complément est à donner quotidiennement à votre nourrisson jusqu'à ses deux ans et par la suite, uniquement en hiver.

La vitamine D favorise le développement osseux et immunitaire de votre bébé.

La diversification alimentaire

À partir de 4 mois (plus tard en cas d'allergie alimentaire avérée) :

- pour le **repas de midi**, n'hésitez pas à réaliser une purée avec des légumes variés et des féculents (pomme de terre ou riz blanc) cuits soit à l'eau soit à la vapeur. Pour compléter le repas, proposez de l'eau en bouteille en quantité égale pour arriver à un total de 150 grammes au début.
- **pour toutes les préparations**, n'utilisez pas l'eau de cuisson qui peut contenir des toxines et n'ajoutez pas de sel ou de bouillon en cube.
- **ajoutez ensuite des graisses** (3 càc soit 10 grammes) sous forme de beurre non salé, d'huile d'olive ou de colza, riches en oméga 3 nécessaires au développement du cerveau en pleine croissance.
- complétez les premières panades et purées par une tétée ou un biberon jusqu'à la prise de 150 grammes minimum.
- **Après une semaine**, introduisez les protéines sous forme de viande blanche (15 grammes soit une bonne cuillère à soupe) puis les viandes variées et les poissons maigres (cabillaud, sole, flétan...) une fois par semaine et poissons gras ensuite (saumon, truite, thon, sardine, etc.).

Bon à savoir, l'allaitement maternel protège des réactions allergiques lorsque de nouvelles protéines sont introduites à l'alimentation de bébé.

Si votre bébé est allergique, à partir de 5 mois, introduisez de façon progressive les aliments : une nouvelle protéine par semaine (poulet d'abord, viande rouge ensuite, poisson maigre et poisson gras enfin). Les œufs sont introduits après 6 mois puis le gluten.

Il est nécessaire de profiter de cette "fenêtre de tolérance alimentaire" pour introduire les diverses protéines allergisantes. Celle-ci s'étend du 4^{ème} au 7^{ème} mois de votre bébé.

- essayez aussi d'introduire des légumineuses dans l'alimentation de votre bébé comme des pois, lentilles, haricots... qui sont riches en protéines et minéraux.



À partir de 5 mois :

- introduisez progressivement les fruits à 16h00 de 150 à 300 grammes tels que les fruits locaux (pomme, poire...) et ensuite la banane. N'hésitez pas à les cuire sans sucre afin de réaliser une compote.

À partir de 6 mois :

- passez au lait deuxième âge contenant davantage de protéines, de graisses végétales et de fer. Donnez-en 500 ml par jour au minimum ou continuez l'allaitement maternel.
- introduisez des féculents contenant du gluten comme par exemple du blé, des pâtes, du pain, de la semoule, etc.
- essayez l'œuf ; le jaune d'abord puis le blanc et ce, maximum une fois par semaine. Enfin, tentez les fruits de mer (moules, crevettes) de temps en temps.
- augmentez progressivement les portions pour arriver à la satiété mais sans jamais forcer votre bébé à manger.
- augmentez les protéines à 20 grammes (8 mois), 25 grammes (10 mois) et 30 grammes après un an.
- si votre nourrisson refuse de boire 500 ml de lait par jour, essayez les produits laitiers type fromage ou yaourt pour bébé contenant moins de protéines.

Les boissons

Faites boire de l'eau plate après le repas à votre bébé et à volonté. Évitez de lui donner toutes les boissons sucrées (y compris les jus de fruits) car elles favorisent l'obésité, le diabète et les mauvaises habitudes.



Surtout, faites du repas un moment de partage et de plaisir !



Dr Daniel Lauvau, pédiatre gastro-entérologue et nutritionniste
et **Caroline Haube**, diététicienne infantile

L'alimentation du nourrisson et de l'enfant

L'alimentation est un moment essentiel dans la vie du nourrisson et du jeune enfant mais elle participe aussi à l'établissement de la relation avec son parent.

Lorsqu'un bébé mange, tous ses sens sont éveillés : le goût, l'odorat, la vue, le toucher et l'ouïe. C'est avant tout un temps de "partage" où bébé profite d'un lien relationnel et affectif avec son parent : la manière de se regarder, de se parler, d'être porté, d'être réconforté... Au travers de l'alimentation et de la relation affective qui l'accompagne, le nourrisson va se représenter petit à petit son corps ainsi que le lien à l'autre.

Adopter les mêmes habitudes lors des repas aide bébé à gérer sa sensation de faim et par là, à développer un sentiment de sécurité interne. Voici quelques exemples de ritualisation :

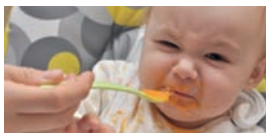
- donner le repas dans un environnement calme ;
- la même personne qui nourrit bébé ;
- apporter une réponse rapide à la faim ;
- ...

À terme, ces habitudes l'amèneront à se débrouiller seul lors du repas (manger à la cuillère, boire...).

Lorsque l'alimentation inquiète le parent (pas de prise de poids du bébé, refus de s'alimenter, impression de n'être jamais rassasié, n'accepte que certains aliments...), il est conseillé dans un premier temps d'aller consulter le pédiatre afin de s'assurer de la bonne santé du bébé.

Il est toutefois normal qu'il y ait des variations de comportements de l'enfant face à la nourriture.

Virginie Fabrizio, Sarah Simon & Marie-Béatrice Vanderpas, psychologues



Recette de purée



Ingrédients

- 50 g de pommes de terre ou de riz blanc ;
- 50 g de carottes ou de légumes verts ;
- 25 ml à 50 ml d'eau en bouteille (ne pas utiliser l'eau de cuisson) ;
- 15 g de viande ou de poisson ;
- 10 g de graisses de type beurre non salé, huile de colza ou d'olive (pas d'arachide qui provoque des allergies).



Étapes

- Lavez et épluchez les carottes et les pommes de terre ;
- Cuisez le tout à l'eau ou à la vapeur ;
- Mixez ou écrasez l'ensemble à la fourchette ;
- Ajoutez la matière grasse et mélangez.

Recette de panade de fruits

Ingrédients

- 1 banane ;
- 1 poire ;
- 20 ml de jus d'agrumes ;
- Ne pas ajouter de sucre.

Si vos fruits ne sont pas assez mûrs, n'hésitez pas à les cuire (à l'eau ou à la vapeur).

Étapes

- Épluchez les fruits et écrasez-les ;
- Ajoutez le jus d'agrumes et mélangez le tout.



TOUS NOS SPÉCIALISTES RÉPONDENT A VOS QUESTIONS



Jonathan - 28 ans - Boussu

Que faire si un enfant avale des aiguilles ou des clous ?

Il sera nécessaire de réaliser une radiographie afin de contrôler si les objets ingérés sont bien passés dans l'estomac. Si tel est le cas, il faut laisser le transit opérer. Bon à savoir, les objets pointus sortent par les voies naturelles en quelques jours et avancent toujours le bout non piquant en premier.

Joëlle Van Hees, médecin pédiatre

Pierre - 34 ans - Warquignies

Mon enfant a 5 ans et fait encore pipi au lit, dois-je m'inquiéter ?

Pas du tout ! Il est normal pour un enfant de moins de 6 ans de ne pas encore avoir acquis la propreté. Il faut savoir que l'énurésie nocturne (= faire pipi au lit la nuit) affecte entre 15 et 30% des enfants de moins de 6 ans et que la résolution est spontanée dans la majeure partie des cas. Pour pouvoir aider votre enfant à acquérir la propreté de nuit, il est primordial que ce dernier soit "acteur" de son traitement ! Les médicaments peuvent aider mais ne doivent pas être la première intention. Les réprimandes, quant à elles, sont à éviter plus que tout. Surveillez que votre enfant s'hydrate de façon répartie sur la journée, qu'il fréquente régulièrement les toilettes (à l'école comme à la maison) en prenant son temps, qu'il arrête de boire et manger 2h avant d'aller au lit lui permettront d'acquiescer plus facilement la propreté de nuit. Cependant, cela nécessite une certaine maturité de la part de votre enfant, maturité qui s'exprime surtout après leur entrée à l'école primaire.



Adrien Cailleaux,
médecin pédiatre

Vous aussi, vous souhaitez poser une question spécifique à notre équipe de spécialistes et ne savez pas comment procéder ? Rien de plus simple !

Envoyez-la à communication@hap.be.

Le prochain numéro du magazine "Génération Ambroise Paré", édité début 2018, abordera un dossier sur la diarrhée.

Numéros d'urgences

Appels d'urgence : **100** / Numéro d'urgence européen : **112** / Croix-Rouge : **105**
Centre Antipoison : **070/245 245** / Renseignements nationaux : **1207**



Des bases solides pour le futur

NAN OPTIPRO® 2, avec nos meilleures protéines*

Amour, câlins et moments de tendresse... Vous faites tellement pour construire l'avenir de votre bébé. Chez Nestlé, nous avons développé **NAN OPTIPRO® 2, avec nos meilleures protéines***.

Il contient du zinc pour soutenir le **système immunitaire** de votre bébé et du fer qui participe à son **développement cognitif** normal. C'est notre manière à nous de lui donner des bases solides pour le futur.



Apprenez-en plus sur les protéines et la santé de votre bébé sur www.nestlebaby.be

*Conformément à la réglementation. Le lait maternel est l'aliment idéal pour les bébés.


Nestlé
Bien Grandir
C'est pour la Vie

GÉNÉRATION AMBROISE PARÉ



Éditeur responsable - CHU Ambroise Paré

Comité de rédaction : Dr D. LAUVAU (rédacteur en chef),

V. FOUQUART, S. SIMON, Dr S. VAN STEIRTEGHEM (conseil de rédaction),

F. BROHÉE & S. GIANCATERINI (mise en page et correction).



CHU
AMBROISE
PARÉ