

BABY BLUES

LISTE DES SYMPTÔMES

- HUMEUR MAUSSADE TEMPORAIRE
- PLEURS
- SAUTES D'HUMEUR: ALTERNER RIRES ET LARMES SANS RAISON APPARENTE
- TRISTESSE
- IRRITABILITÉ
- FRUSTRATION
- FATIGUE
- INSOMNIE
- SENSATION D'ÊTRE DÉPASSÉ(E) PAR LES ÉVÉNEMENTS
- SENTIMENT DE VULNÉRABILITÉ OU NE PAS SE SENTIR COMPÉTENT(E) EN TANT QUE PARENT
- MANQUE D'APPÉTIT

Apparaît 3-5 jours après l'accouchement (à peu près au moment de la montée de lait).

Avec du support adéquat, du repos et une bonne nutrition, le baby blues se résout naturellement.

Ne dure pas plus de 2 jours à 2 semaines