

*Chère Madame,*

*Pour vous aider à préparer au mieux la naissance de votre enfant, vous trouverez ci-dessous, la réponse à certaines de vos questions concernant l'accompagnement que l'on vous propose au sein de notre établissement. Vous pourrez également compléter ce projet de naissance.*

*Le jour de la naissance, vous et votre accompagnant(e), serez accueilli(e)s et accompagné(e)s par une équipe de professionnels passionnés et conscients que vous êtes sur le point de vivre un moment important de votre vie.*

### Comment se déroule mon arrivée à la maternité ?

A votre arrivée, la sage-femme réalise un CTG (enregistrement du cœur de votre enfant) d'au moins 30 min, la prise de vos paramètres (tension, pulsations, température), une analyse d'urine et un toucher vaginal pour évaluer l'avancée de votre travail. Le respect de votre pudeur et de vos souhaits sont au cœur de nos préoccupations. Vos interlocuteurs seront votre gynécologue et sage-femme.

Notre équipe soignante promeut et a été formée à un suivi du travail le plus physiologique possible. Des étudiantes sages-femmes sont régulièrement en stage au sein de notre équipe, il est donc possible que vous soyez accompagnée par un binôme sage-femme/étudiante (après votre accord).

Plusieurs situations sont possibles lors de votre admission. Voici les plus fréquentes :

- Vous avez des contractions régulières, fréquentes et douloureuses, et votre col de l'utérus se modifie : le travail a commencé. En fonction de l'avancée de celui-ci, vous pourrez choisir de rester en salle d'accouchements avec éventuellement une analgésie péridurale ou de patienter dans votre chambre en maternité (à partir de 5cm de dilatation du col, une surveillance continue du cœur de votre enfant est préférable et vous resterez donc obligatoirement en salle d'accouchements).
- Vous avez des contractions mais le col ne s'est pas ou peu modifié : si l'examen est normal et en accord avec votre gynécologue, vous pourrez retourner à votre domicile pour revenir lorsque vos contractions seront plus fréquentes et/ou régulières et/ou douloureuses.
- Vous avez perdu les eaux mais n'avez pas encore de contractions : vous serez hospitalisée en maternité avec une surveillance régulière de votre enfant et des signes d'infection. Après 12h de pertes de liquide, selon les recommandations internationales, une prise d'antibiotiques vous sera administrée. Un déclenchement artificiel du travail peut être nécessaire si ce dernier ne commence pas naturellement.

Lors de ces situations et à chaque étape, vous avez la possibilité de discuter avec l'équipe et votre gynécologue ou son remplaçant.

### Mon compagnon peut-il toujours m'accompagner ?

Votre accompagnant(e) est toujours présent à vos côtés. Il se peut qu'il doive sortir quelques instants au moment de la pose de la péridurale.

## Dois-je avoir une perfusion ?

Afin de garantir votre sécurité et celle de votre enfant, la sage-femme place un cathéter (avec ou sans sérum physiologique) sur votre avant-bras ou votre main.

## Comment la sage-femme m'accompagne-t-elle ?

L'enregistrement continu du cœur de votre enfant est fait au moyen de capteurs sans fils qui vous permettent de vous mobiliser librement (le volume du son de l'appareil est réglable selon votre convenance).

Nous ne pratiquons pas de touchers vaginaux de manière systématique mais à l'appréciation de la situation. Il en est de même pour la rupture de la poche des eaux.

La lumière de la pièce peut être tamisée selon vos souhaits ; vous pouvez aussi apporter de la musique.

Vous pouvez boire régulièrement, y compris des boissons sucrées ; l'alimentation en petites quantités est à discuter avec votre sage-femme selon la situation (de l'eau est à votre disposition).

La sage-femme vous encourage à vous mobiliser si vous le souhaitez ; plusieurs outils sont à votre disposition : ballon, corde de suspension, tapis, lit d'accouchement.

Pour vous aider dans la gestion de la douleur, elle peut vous proposer bouillotte, bain chaud, douche, huile de massage, médicaments antidouleurs... L'homéopathie peut être utilisée pour favoriser le bon déroulement du travail.

A votre demande, l'anesthésiste est contacté pour la pose de la péridurale « ambulatoire » (dose adaptée au maintien de la marche) ou « classique » (dose qui empêche la station debout mais permet la mobilisation sur le lit).

Si une complication se présente, la sage-femme avertit le gynécologue et au besoin une équipe pluriprofessionnelle: pédiatre, anesthésiste, bloc opératoire. En cas de césarienne, votre accompagnant(e) peut rester à vos côtés sauf en cas d'extrême urgence ou d'anesthésie générale.

## Comment se déroule l'accouchement ?

Au moment de l'accouchement, votre gynécologue ou son remplaçant est présent, de même que la sage-femme qui vous accompagne ainsi qu'une de ses collègues.

Vous êtes guidée au moment de la poussée ; votre accompagnant(e) peut vous encourager, et vous pouvez accoucher dans la position qui vous semble la plus confortable, sauf complication.

Nous ne pratiquons pas d'épisiotomie de manière systématique ; nous utilisons l'huile de massage Weleda® ainsi que des compresses chaudes sur le périnée.

Si une instrumentation est indispensable (ventouse, spatules, forceps), le gynécologue vous en expliquera la nécessité.

Le cordon ombilical est clampé lorsqu'il a cessé de battre, la possibilité de le couper est donnée à votre accompagnant(e). Nous attendons ensemble la délivrance de votre placenta. Votre gynécologue réalise des points de suture si nécessaire (sous anesthésie locale si besoin).

Votre enfant est placé en peau-à-peau dès sa naissance ; par la suite il est pesé, mesuré, examiné par la sage-femme juste à côté de vous ; du Konakion® (vitamine K) lui est administré par la bouche selon les recommandations internationales. Dans de rares cas où son état le nécessite, il sera rapidement examiné par le pédiatre dans une autre pièce du service.

Votre enfant est remis en peau à peau contre vous (ou votre accompagnant (e) si votre état ne le permet pas) pendant 1h30 à 2h, afin de s'adapter à son nouvel environnement de la façon la plus douce possible, et de vous permettre un moment d'intimité et de rencontre à 3.

Pendant cette période, la sage-femme surveille régulièrement vos pertes sanguines et la tonicité de votre utérus. Elle reste également vigilante à l'adaptation de votre bébé. Dès les premiers signes de faim, elle vous accompagne pour la première mise au sein ou le premier biberon. Elle reste disponible pour répondre à vos interrogations.

### Quel est l'accompagnement à la maternité ?

La présence de votre accompagnant(e) est favorisée et votre enfant est avec vous en chambre 24h/24.

Une consultation médicale avec le pédiatre est programmé le lendemain de la sortie.

Le premier bain est fait 2 à 3 jours après la naissance. Nous vous accompagnons dans ces premiers soins qui sont organisés afin de respecter son rythme et le vôtre.

L'allaitement maternel est fait à la demande, aucun complément de lait artificiel n'est donné de façon systématique. Des consultantes en lactation sont disponibles en plus de l'équipe de maternité pour vous accompagner au mieux dans votre allaitement.

### En résumé



- Lumière tamisée



- Musique



- Enregistrement des bruits du cœur de bébé par capteur sans fils permettant la mobilisation



- Encouragement à la mobilisation , mise à disposition de ballon, corde de suspension, tapis, table d'accouchement, baignoire à disposition



- Gestion de la douleur par bouillote, bain chaud, huile de massage, médicaments antidouleurs et homéopathie



- Pose de cathéter obligatoire pour votre sécurité et celle de bébé



- Pas de touchers vaginaux de manière systématique, mais à l'appréciation de la sage-femme qui suit votre travail



- Péridurale à la demande



- Position d'accouchement qui vous semble la plus confortable



Pas d'épisiotomie de manière systématique, utilisation huile de massage Weleda® pour le périnée



Explications, si nécessité de recours à une instrumentation



Possibilité de couper le cordon pour l'accompagnant



Cordon clampé lorsqu'il a cessé de battre



Bébé en peau à peau dès sa naissance



Allaitement à la demande

Autres :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....