

MON SEJOUR à la MATERNITE DE VILFRANCHE DE ROUERGHE



*«Aussi n'est-ce peut-être un hasard si, dans notre langue, «bien naître» et «bien-être»
s'entendent de la même façon » Frédéric Leboyer*

Vous trouverez dans ce **livret** et dans le **Passeport Accouchement**, informations et conseils, concernant notre service de Maternité.

Toute l'équipe se mobilise afin que ce séjour soit le plus agréable pour vous et votre bébé.

I PRESENTATION DU SERVICE

La maternité est composée de 3 unités :

- **Le secrétariat et les bureaux de consultations** où vous êtes accueillies tout au long de votre grossesse.
- **Le bloc obstétrical**, lieu de naissances et de consultations en urgence.
- **Le service d'hospitalisation des suites de couches** pour votre séjour après la naissance de votre enfant, mais aussi durant la grossesse si une surveillance particulière était nécessaire.

A- Les locaux

- Le secrétariat :

Les 3 secrétaires sont disponibles pour vous donner les rendez-vous de suivi pour vous-mêmes et votre enfant après l'accouchement, elles se chargent de la transmission des informations médicales vous concernant auprès de votre médecin traitant.

- Le bloc obstétrical se compose de:



1 salle d'examen

l'espace physiologique





Salle de naissance



Salle accueil nouveau-né

- 1 salle de césarienne qui se situe au bloc central.

- **Le service de maternité** de compose de:

- 14 chambres individuelles équipées d'une salle de bain, d'un WC, d'une table à langer, d'un ventilateur, d'une télévision (forfait disponible au bureau des entrées), d'une armoire, d'un coffre-fort, d'un petit réfrigérateur.
- une salle de soins bébé où sont réalisés les bains, les soins et les examens du pédiatre.
- un réseau WIFI gratuit est à la disposition des patients (code personnel délivré par le bureau des entrées).



chambre

Pouponnière



Les **visites** sont autorisées à partir de 11h, jusqu'à 21h. Cependant, privilégiez les visites après 15h pour permettre aux mamans de faire la sieste. *Les papas peuvent évidemment être présents 24h/24.*

C'est un grand bonheur de découvrir son petit frère ou sa petite sœur mais il faut faire attention lorsqu'un de vos enfants est malade et cela est souvent le cas dans la petite enfance ; les nouveaux nés sont extrêmement fragiles, nous devons tout mettre en œuvre pour éviter qu'ils soient malades ; soyez vigilants et prenez conseil auprès des sages-femmes au moindre doute ;

Votre bébé reste 24h sur 24h avec vous et sous votre responsabilité, si vous devez sortir de votre chambre, ne jamais laisser votre bébé seul, sans surveillance, vous devez en informer la sage-femme ou l'auxiliaire de puériculture.

Une couchette est fournie gratuitement pour le papa ou accompagnant **majeur** (la fratrie n'est pas autorisée à rester la nuit) pour la durée du séjour. Celle-ci doit être rangée, par vos soins, avant le service des petits déjeuners.

Des repas accompagnants peuvent être commandés avec des tickets repas achetés au bureau des entrées, ceux-ci devront être donnés à l'équipe la veille pour le lendemain pour les petits déjeuners et déjeuners et le jour même avant 11h pour les repas du soir.

B- L'équipe de la maternité

Un médecin de chaque spécialité (obstétricien, pédiatre, anesthésiste) est disponible 24h/24 et 7j/7

Nos 15 auxiliaires de puériculture et aides-soignantes vous accompagnent pour

les tétées ou les biberons et dans les soins quotidiens de votre bébé. Elles vous fournissent également le matériel nécessaire pour votre enfant (couches, biberons, compresses, liniment, ...). Elles relèvent les renseignements de surveillance de votre bébé. Elles répondent à vos questions et vous donnent des conseils adaptés.

Nos 15 **sages-femmes** assurent la surveillance médicale de la mère et de l'enfant après la naissance, Elles vous examinent, vous fournissent votre traitement éventuel et évaluent votre douleur tout au long de la journée. Elles s'occupent également du bien-être de votre bébé en collaboration avec les auxiliaires de puériculture. Elles réalisent les prises de sang éventuelles et pratiquent les tests de dépistage

Le **pédiatre** examine votre bébé en début et en fin de séjour, il est tenu au courant de l'évolution de votre bébé chaque jour par les auxiliaires de puériculture



Les **médecins gynécologues** interviennent sur demande de la sage-femme, si nécessaire.

Une **psychologue** et une assistante sociale sont disponibles si besoin.

II DEPART POUR LA MATERNITE

A- Motifs de consultations

Les consultations en urgence sont effectuées par la sage-femme de garde au 2eme étage, au bloc obstétrical. La nuit, l'entrée se fait par les Urgences

Les motifs de consultations les plus fréquents sont :

- **Rupture de la poche des eaux** ou écoulement anormal
- **Saignements**
- **Contractions utérines régulières**
- **Fièvre**
- **Diminution des mouvements fœtaux**

En cas de doute, n'hésitez pas à contacter la sage-femme de garde au bloc obstétrical 24h/24, 7j/7 au: 0565653132

Si vous n'avez toujours pas accouché à la **date de terme** prévue, veuillez nous contacter le matin afin de planifier une consultation dans la journée avec la sage-femme et le médecin.

B) Documents nécessaires à votre admission

Pour votre enregistrement au **bureau des entrées** :

- Votre Carte Nationale d'Identité ou carte de séjour
- Votre carte vitale et votre carte de mutuelle

• Pour la **salle de naissance** :

- les documents de la grossesse (dossier, échographies, bilans sanguins, carte de groupe sanguin...) et le passeport accouchement ;
- le livret de famille ou une reconnaissance anticipée
- les premiers habits de bébé (1 pyjama, 1 body manches longues, 1 brassière en laine, chaussettes, 1 bonnet et une gigoteuse)

C- Que mettre dans sa valise

Pour votre **séjour à la maternité**:

Pour vous:

Pyjamas

Tenues confortables pour la journée

Soutiens gorges (d'allaitement si nécessaire)

Serviettes hygiéniques

Nécessaire de toilette

Bas de contention (si vous en avez)

Pour votre bébé:

Bodys manches longues (5)

Brassières en laine (3-4 en toute saison)

Pyjamas en cotons (5)

Chaussettes

Bonnet

Bavoirs Une gigoteuse (turbulette)

Un vêtement chaud pour la sortie

LAVER LES VETEMENTS AVANT DE LES METTRE LA PREMIERE FOIS

Les petits plus:

Écharpe de portage

Pour l'allaitement: coussinets, bout de sein en silicone, crème (lanoline), coussin

Une veilleuse pour éviter la lumière trop forte la nuit.

NB : la maternité fournit les protections hygiéniques des deux premiers jours et les slips filets ainsi que les couches, le nécessaire de change et de toilette de votre bébé.

D- Au moment de votre accouchement

Pour la venue au monde de votre enfant, une sage-femme et une auxiliaire de puériculture seront présentes à vos côtés pour **vous accompagner** et **vous guider** dès votre admission, pour votre travail, votre accouchement, l'accueil de votre bébé, jusqu'au retour dans votre chambre.

Le téléphone portable est interdit en salle de naissance

Nous sommes attentifs à votre projet de naissance ; ce dernier, si vous l'avez rédigé, à été discuté normalement lors de la consultation du 9 eme mois avec votre médecin ou sage-femme.

Il sera de nouveau évalué avec la sage-femme qui vous prendra en charge le jour J (quelquefois les situations de fin de grossesse changent mais nous nous adaptons en accord avec vous).

Sachez qu'il sera respecté au plus proche de vos attentes dans la limite **des conditions de sécurité** pour vous et votre bébé.

Nous sommes formés au travail positionnel et nous pouvons vous proposer des alternatives à la péridurale si vous le souhaitez ; nous restons aussi proche que possible de l'approche présentée lors des séances de préparation à la parentalité.

La personne majeure de votre choix sera à vos côtés, selon vos souhaits.

Notre **espace physiologique** (baignoire de dilatation, suspension ...)est accessible à



toute femme ne présentant pas de contre-indication à son utilisation. Vous pourrez y rester jusqu'au dernier moment avant la naissance.

Après la naissance, vous resterez en salle d'accouchement au minimum deux heures avant de retourner dans votre chambre.

C'est un moment d'intimité où nous privilégions le **peau à peau**, la **première mise au sein** ou la **tétée de bienvenue si vous le souhaitez**.

L'équipe, tout en restant discrète, sera là pour vous soutenir en fonction de votre choix d'allaitement avec des conseils adaptés.

Le lait maternel reste le meilleur pour votre bébé.

Avant le retour en chambre le bébé reçoit ses premiers soins devant vous en salle de naissance (poids, taille, vitamine K...)

L'examen pédiatrique peut être fait à ce moment-là ou au plus tard dans les 24 H.

III- VOTRE SEJOUR A LA MATERNITE

Notre objectif durant votre séjour est de vous accompagner vers l'**autonomie** dans la prise en charge de votre enfant et vous permettre de rentrer chez vous en ayant acquis avec confiance les soins de bases primaires.

Si vous avez un traitement médical personnel, vous devez le remettre à la sage-femme du service dès votre admission.

A- Déroulement d'une journée à la maternité:

- 7h service des petits déjeuners
- entre 8h30 et 11h30 : ménage des chambres, visites de la sage-femme, du médecin gynécologue si besoin. Les soins et bains des nouveaux nés sont faits dans la pouponnière par les auxiliaires de puéricultures ou aides-soignantes.

Afin d'éviter toute hypothermie chez votre bébé, nous ne les baignons pas le premier jour ; ils gardent ainsi la couche de protection contre le froid et les agressions du monde nouveau dans lequel ils arrivent.



Votre chambre



la pouponnière

- 12h service des repas
- entre 14h30 et 16h, tour de l'auxiliaire (goûter, réapprovisionnement en couches, biberons ou autre....)
- 19h service du dîner
- 21h30 visite de l'équipe du soir (sage-femme et auxiliaire de nuit)

Nous évitons de multiplier les venues dans les chambres afin de respecter le repos des mamans et des bébés ainsi préparer vos questions et noter vos besoins ; si vous souhaitez vous reposer merci de le signaler à l'équipe , elle s'organise pour changer les horaires . Il est demandé de ne pas décrocher le téléphone , si vous ne répondez pas nous pouvons penser que vous avez un problème de santé. Contacter le standard qui ne vous passera pas de communication si vous voulez dormir.

B- Les services supplémentaires proposés à toutes les patientes durant le séjour:

- Une **photo** de votre enfant vous sera offerte par l'hôpital (le photographe passe le mardi et le vendredi)
- Les **puéricultrices de PMI** passeront vous voir pour vous présenter leur structure (le lundi, mercredi et vendredi)
- La **conseillère PRADO** (Programme d'Accompagnement du retour à Domicile) passera également vous voir pour mettre en place un rendez-vous avec une sage-femme à domicile.
- Le **photographe du Villefranchois** (journal local) passera également dans la semaine et vous proposera une photo de votre enfant à faire paraître dans le journal accompagné d'un petit article (au choix des parents)
- Une **ostéopathe** intervient également le mercredi dans le service pour les nouveaux nés (sur prescription du pédiatre)

C-La sortie:

La durée moyenne d'un séjour en maternité est de 3-4 jours pour un accouchement voie basse et de 4-5 jours pour un accouchement par césarienne sans compter le jour de la naissance,

Les sorties se font en général en fin de matinée (11h) après l'examen de sortie du pédiatre qui remplira le carnet de santé de bébé et le premier certificat de santé. Les ordonnances pour vous et votre enfant vous sont généralement remises et expliquées la veille par la sage-femme. Elle vous donne également les conseils de sortie en vous présentant le carnet de santé. Elle vous explique les différents rendez-vous médicaux à prendre pour vous et votre enfant.

La veille ou le jour de la sortie, vous devrez passer au bureau des entrées afin de régulariser votre dossier administratif.

D- Le suivi médical futur

Pour vous :

- Prendre RDV pour une **consultation post-natale** avec votre **sage-femme** ou **gynécologue** à programmer 6 à 8 semaines après l'accouchement.
- Prévoir une possible **rééducation périnéale** d'ici 2 mois.
- Réfléchir à la contraception.

Pour votre bébé :

- Prendre RDV **à la fin de la 1ère semaine** pour surveiller l'allaitement et la prise de poids avec une sage-femme libérale ou une puéricultrice de PMI
- Prendre les **RDV mensuels obligatoires** avec votre pédiatre ou votre généraliste (surveillance de la croissance, vaccin, diversification alimentaire)

IV AUTOUR DE BEBE

A- Le vécu de la grossesse pour bébé

Durant la grossesse, votre enfant a grandi, il s'est développé dans un environnement propre à lui. Dans votre ventre, votre bébé se sentait **en sécurité, recroquevillé** et maintenu dans un **espace confiné, bienveillant**.



*Tout est calme,
il perçoit vos battements de cœur, votre respiration, le son de votre voix et celle du papa.*



*Son odorat s'est développé,
votre bébé est imprégné de votre odeur et de celle du papa à travers le liquide amniotique.*



*Tout était sombre,
la lumière n'arrivant pas jusqu'à lui.*



Votre bébé bougeait, se touchait, ressentait le contact de l'utérus et les touchers affectifs.



*Son goût s'est développé avec le liquide amniotique,
la succion et la déglutition sont des réflexes déjà présents.*

B- La naissance pour bébé

La vie a déjà commencé avant sa venue au monde. La naissance est un **changement brutal d'environnement** qui peut créer des stress s'exprimant souvent par des pleurs.

Vous pouvez **l'apaiser et l'accompagner dans cette transition** en reconstituant certaines sensations connues dans votre ventre en limitant le bruit, avec le peau à peau, avec votre

voix, le portage, le contact....

La journée de votre bébé est fractionnée avec une alternance des phases d'éveil et de sommeil.

C'est en fin de matinée et en début d'après-midi que le sommeil du nouveau-né est le plus régulier et le plus paisible.

Le début et le milieu de la nuit sont au contraire les moments où les pleurs et les réveils sont les plus nombreux.

Il s'agit de son rythme physiologique. Il ne s'agit pas de « caprices ». On ne prend jamais trop un nouveau-né dans ses bras.

Pour lui, il n'y a aucune différence entre le jour et la nuit.

En moyenne, il va se réveiller 12 fois sur 24h et pleurer 2-3h sur 24h

Ce n'est pas forcément la faim qui réveille le nouveau-né, il se réveille car il cherche ses parents, pour combler un besoin (une couche sale, un câlin, un mal de ventre...). Il veut créer du lien. C'est pour quoi, pour favoriser ce lien si précieux, nous ne séparons pas le nouveau-né de ses parents.

Nous encourageons également les papas à participer le jour comme la nuit aux soins du nouveau-né.

B- Le peau à peau :



Si vous le souhaitez, immédiatement après la naissance, votre enfant sera déposé sur votre torse ou celui de son papa. Vos deux peaux se retrouveront en contact, en peau à peau. Ce qui présente de multiples avantages pour vous et votre bébé:

► Ce contact intime aura pour effet de rassurer et réchauffer votre bébé. Ainsi il retrouvera tout ce qui il lui était familier pendant sa vie utérine : votre voix, votre odeur, les battements de votre cœur. Cela lui permettra de se calmer, d'évacuer la tension liée à l'accouchement. A votre contact, votre tout petit réduira sa sécrétion d'hormone de stress (adrénaline), tout en augmentant sa sécrétion d'endorphine, un antidouleur naturel, qui va lui permettre de retrouver un état de bien-être.

Le peau à peau stimulera aussi chez vous la sécrétion d'ocytocine, l'hormone favorisant l'amour et l'attachement maternel. Vous aurez tout naturellement envie de câliner votre bébé,

de lui parler tout doucement et de le caresser. Cette hormone joue également un rôle déterminant dans la mise en route de l'allaitement maternel.

Ce contact direct, permettra à votre bébé d'être colonisé par les bactéries présentes sur votre peau. Elles lui seront utiles pour sa digestion et ses défenses naturelles.

D- L'allaitement

Suivant soit votre choix l'équipe est là pour vous conseiller, vous guider et répondre à vos questions, nous faisons des formations régulièrement pour actualiser nos connaissances.

Dès la naissance, votre enfant aura besoin de téter entre 8 et 12 fois par jour. A sa naissance, son estomac a la taille d'une cerise. A 4 jours (moment de la sortie de la maternité) son estomac aura la taille d'un abricot. Ce qui implique que ses rations alimentaires vont augmenter petit à petit.

Tout cela peut paraître compliqué et fatiguant, mais ne vous inquiétez pas, l'équipe de la maternité sera là pour vous accompagner et vous permettre de rentrer chez vous sereins.

V- CONSEILS DE SORTIE POUR MAMAN

Lors de votre dernière journée la sage-femme viendra discuter avec vous et vous donnera tous les conseils nécessaires pour le retour à la maison ; Elle fera le lien avec la sage-femme du PRADO ou votre médecin traitant en fonction de chaque situation.

VI- CONSEILS DE SORTIE POUR BEBE

L'équipe répondra à vos questions ?

- Quand et qui consulter ?
- L'hygiène du bébé ?
- les vaccins ?
- la sécurité de bébé ?
- éviter les maladies ?
- la plagiocéphalie («tête plate») pour l'éviter ?
- comment le coucher ?
- Les sorties avec bébé ?.....

Nous en avons l'habitude, mais sachez que vous trouverez dans le carnet de santé de votre enfant de riches conseils aussi il est judicieux de le lire durant votre séjour ainsi nous pourrons répondre à vos questions.

VII- CONCLUSION

- Ayez **confiance** en vous
- Soyez **indulgent** et **bienveillant** envers les autres et envers vous-même.
- N'essayez pas d'être pas d'être parfait, **soyez simplement vous-même**.
- Il existe autant de **manières de bien faire** que de couples parents-enfant.
- Sachez-vous **reposer** et passez la main à une tierce personne

Ne pas oublier de nous rendre votre passeport Accouchement (vert) ou passeport césarienne (orange) avec les documents que nous devons conserver dans votre Dossier Patient.(notés avec ©)

En remplissant le questionnaire de satisfaction à la fin de votre séjour vous nous témoignez l'intérêt que vous portez à notre maternité, vos remarques sont pour nous nécessaires à notre évolution pour assurer au mieux notre mission.

Nous vous en remercions.

Je note mes questions

