

MATERNITÉ SAINT VINCENT DE PAUL

# MATERNITÉ

## 9 mois pour se préparer de A à Z





Bienvenue .....	3
9 mois pour se préparer .....	4
Une équipe à votre service .....	5
Partenaires et relais .....	6
Consultation prénatale .....	8
Échographie .....	9
Dépistage de la trisomie 21 .....	10
Diagnostic anténatal .....	10
Handi'cap vers la maternité .....	11
Préparation à la naissance et à la périnatalité .....	12
Prévention des infections .....	14
Autres consultations .....	15
Urgences de gynécologie-obstétrique .....	17
Grossesse pathologique .....	18
Service de néonatalogie .....	18
Salle de naissance .....	19
Accueil du nouveau né .....	20
Suite de naissance .....	21
Allaitement maternel .....	22
Trousseau pour la maternité .....	25
Les étapes à ne pas oublier .....	26

Avant de commencer le suivi de votre grossesse, vous devez **impérativement** vous inscrire à la maternité dès votre première échographie, sur place ou en ligne via le lien suivant :



## Madame, Monsieur,

Nous vous remercions d'avoir choisi la maternité Saint Vincent de Paul (type IIB), labellisée HAB depuis 2014 (Hôpital Ami des Bébés).

Ce livret est conçu pour vous informer de l'organisation du service. Il vous apportera de précieux conseils pour un séjour que nous vous souhaitons agréable.

L'équipe soignante sera toujours à votre disposition pour vous guider tout au long de ces quelques mois à venir. La maternité fait partie du réseau régional des maternités : le réseau OREHANE ([www.orehane.com](http://www.orehane.com)).

## 9 mois pour se préparer !



- Le service des consultations (ascenseur B, jaune, rez-bas) regroupe les consultations prénatales, les échographies, le diagnostic anténatal, l'acupuncture et les consultations de sevrage tabagique.
- Les consultations de surveillance ambulatoire se déroulent dans le service des urgences (rez-haut).
- La préparation à la naissance, la réunion sur les thèmes de l'accueil du nouveau-né et de l'allaitement maternel ont lieu au 2<sup>ème</sup> étage (ascenseur B, jaune) dans une salle aménagée.
- L'atelier portage a lieu en salle de préparation à la naissance (2<sup>ème</sup> étage) le jeudi de 14h à 15h.  
Contact : Violaine Motte, psychomotricienne : 03 20 87 76 06

Services :	Téléphones :
Secrétariat : • Obstétrique et gynécologie (pour fixer un RDV et s'inscrire à la maternité) • Diagnostic anténatal • Urgences gynécologiques et obstétricales (24h/24)	<b>03 20 87 48 30</b>
Service social	<b>03 20 87 48 10</b>
Pour obtenir le numéro de chambre d'une patiente hospitalisée	<b>03 59 22 92 60</b>

## Une équipe à votre service :



### Une équipe médicale pluridisciplinaire composée de :

- médecins gynécologues-obstétriciens ;
  - pédiatres ;
  - anesthésistes ;
  - sages-femmes ;
  - infirmières ;
  - auxiliaires de puériculture ;
  - aides-soignantes ;
  - agents de service logistique ;
  - secrétaires médicales ;
  - radiologues.
- Mais aussi des :**
- pédopsychiatres ;
  - endocrinologues ;
  - sexologue ;
  - kinésithérapeutes ;
  - ergothérapeutes ;
  - assistantes sociales qui travaillent en collaboration avec le service d'obstétrique et peuvent intervenir pendant la grossesse et après la naissance.

Cette équipe pluridisciplinaire assure la surveillance clinique et les soins en veillant à votre bien-être et celui de votre enfant. Tous sont là pour répondre à vos questions et vous aider.

### Mixité des équipes :

Les équipes soignantes sont mixtes, **HOMMES et FEMMES** occupent toutes les fonctions représentées en consultation d'obstétrique, échographie, urgences, salles d'accouchement, anesthésie, suites de naissance.

Certaines patientes demandent à être prises en charge exclusivement par une femme. Compte tenu de contraintes organisationnelles, nous ne pouvons garantir que ce souhait sera respecté en toutes circonstances. L'inscription en maternité implique que vous acceptiez cette règle.

Partenaires et Relais



Site et application mobile d'information et d'accompagnement des parents pour les 1000 premiers jours.

A télécharger gratuitement sur Google play ou App store.

[www.1000-premiers-jours.fr](http://www.1000-premiers-jours.fr)



Organisation régionale Hauts de France autour de la périnatalité.

Site d'information sur le suivi gynécologique, la grossesse, la naissance et les premiers mois avec votre enfant.

[www.orehane.fr](http://www.orehane.fr)



Association de soutien à la parentalité : [www.alloparentsbebe.org](http://www.alloparentsbebe.org)

Tél. : 0800 00 34 56 (numéro vert)



La PMI : Le service de protection maternelle et infantile (PMI) est un service départemental chargé d'assurer la protection sanitaire de la mère et de l'enfant.

Associations de mères et de soutien à l'allaitement



[www.lillfrance.org](http://www.lillfrance.org)



COORDINATION FRANÇAISE pour l'Allaitement Maternel

[www.cofam-allaitement.org](http://www.cofam-allaitement.org)



[www.solidarilait.org](http://www.solidarilait.org)

Centre de prise en charge des femmes victimes de violences



Tél : 03 20 87 45 47  
mail : [safe@ghicl.net](mailto:safe@ghicl.net)



Tél : 03 20 87 45 47  
mail : [lecocon@ghicl.net](mailto:lecocon@ghicl.net)

À tout moment de votre prise en charge, selon votre besoin, vous pouvez bénéficier d'un contact ou d'un accompagnement avec nos équipes formées

Associations de lutte contre les violences faites aux femmes



SOLidarité Femmes Accuei

[www.solfa.fr](http://www.solfa.fr)

94 rue de Wazemmes, Lille  
Tél : 06 58 23 65 79



NORD - LILLE

[www.cidff.lille.online.fr](http://www.cidff.lille.online.fr)



Numéro national d'écoute et d'orientation.



[www.commentonsaime.fr](http://www.commentonsaime.fr)  
Informations et tchat en ligne gratuit et anonyme pour les jeunes femmes

## Consultation Prénatale

**Le suivi est mensuel, il est effectué par les gynécologues-obstétriciens et les sages-femmes.**

La première consultation appelée "ouverture de dossier" dure 45 minutes. Vous devez apporter tous documents relatifs à votre grossesse et en particulier, les bilans sanguins et échographies réalisés depuis le début de votre grossesse.

Les consultations suivantes durent 20 minutes.

Votre dossier si vous le souhaitez peut vous être restitué après chaque consultation, pour permettre une coordination optimale entre tous les professionnels qui interviennent pendant votre grossesse.

Vous avez la possibilité de vous faire suivre par une sage-femme proche de votre domicile.

Après vous en avoir informé, une sage-femme libérale ou de PMI (Protection Maternelle et Infantile) peut vous contacter à la demande d'un professionnel de la maternité afin de mieux surveiller l'évolution de votre grossesse entre deux consultations.

**Vous pouvez prendre rendez-vous par téléphone 03 20 87 48 30.**

**Lors de la prise de rendez-vous, si besoin merci de signaler au secrétariat l'usage d'un fauteuil de façon à optimiser vos conditions de prise en charge.**

### Pour le bon déroulement de votre rendez-vous :

- toujours être munie de votre dossier de suivi de grossesse ;
- arriver 15 minutes avant le rendez-vous pour votre enregistrement administratif ;
- la présence des enfants (sauf nourrisson) n'est pas autorisée au cours de la consultation ;
- prévenir le secrétariat de tout empêchement au 03 20 87 48 30.



## Échographie

**1<sup>er</sup> trimestre** : entre 11 et 13 semaines (SA)

**2<sup>ème</sup> trimestre** : entre 21 et 23 semaines (SA)

**3<sup>ème</sup> trimestre** : entre 31 et 33 semaines (SA)

Au cours de la grossesse, 3 échographies sont recommandées : **une à chaque trimestre.**

Cet examen permet d'obtenir des informations primordiales pour le suivi de la grossesse : âge exact de la grossesse, nombre de fœtus, croissance, bon développement des différents organes, qualité des échanges entre la mère et le fœtus.

*Ces examens ne font pas partie des examens obligatoires, vous pouvez signaler au consultant que vous ne souhaitez pas que les recherches de malformations soient faites.*

### Qu'est ce que l'échographie ?

L'échographie permet d'obtenir des images grâce à des ultrasons émis par une sonde et renvoyés par le fœtus. Ces signaux sont transformés par la machine en images visualisées sur un écran. Des photos sont prises pendant l'examen, mais la meilleure analyse se fait en temps réel au cours même de l'échographie.

L'échographie en 3 dimensions peut s'avérer utile pour préciser certaines malformations, mais ne fait pas partie de l'échographie de dépistage.

Le doppler mesure la vitesse du flux sanguins dans différents vaisseaux du fœtus ou du placenta, il permet ainsi d'évaluer les échanges materno-fœtaux et le bien-être du fœtus.

L'échographie permet de mettre en évidence certaines malformations éventuelles du fœtus. Malgré une technique avancée, l'échographie n'est pas parfaite et il est possible qu'une anomalie, pourtant bien présente, ne soit pas détectée à l'examen.

A l'inverse, certaines images visualisées lors de l'examen, peuvent faire évoquer à tort une malformation, source d'anxiété pour les futurs parents.

En cas de découverte ou de doute sur une malformation, une échographie de contrôle par un échographiste de référence sera programmée, des examens complémentaires pourront vous être proposés (prise de sang, amniocentèse, IRM...).

L'échographie est un examen médical qui nécessite vigilance et concentration de la part de l'opérateur. Des informations médicales importantes concernant la santé de votre bébé sont délivrées, il est donc essentiel de réaliser l'examen dans le calme. La présence des enfants n'est pas autorisée, d'autant que l'interprétation des images échographiques peut être perturbante à leur âge. Aucun enregistrement ou prise de photographie n'est autorisé, l'ensemble des clichés vous sera remis en fin d'examen.

## Dépistage de la Trisomie 21

L'échographie du premier trimestre constitue la première étape du dépistage de la trisomie 21 par la mesure de la clarté nucale de l'embryon.

Il est possible, si vous le souhaitez, d'affiner le risque évalué par cette mesure en réalisant une prise de sang.

**L'examen, prenant en compte votre âge, la clarté nucale et le résultat de la prise de sang permettra d'établir votre risque. Si ce risque de trisomie 21 paraît élevé, vous serez rapidement contactée afin de vous proposer la réalisation d'examens complémentaires adaptés à votre résultat.**

## Diagnostic anténatal

En cas de découverte d'une anomalie échographique ou génétique du fœtus, une consultation spécialisée vous sera proposée rapidement.

L'équipe de diagnostic anténatal de la maternité Saint Vincent de Paul travaille en étroite collaboration avec le Centre Pluridisciplinaire de Diagnostic Prénatal (CPDPN) basé à l'hôpital Jeanne de Flandre.

**Cette équipe comprend des échographistes, gynécologues, sages-femmes, généticiens, pédiatres (néonatalogiste, neuropédiatre, cardiopédiatre et chirurgien pédiatrique), pédopsychiatres.**



## HANDI'CAP vers la maternité



### Une équipe dédiée : EMAH

Équipe Mobile d'Accès aux soins pour personnes en situation de Handicap

Une équipe pluridisciplinaire composée d'obstétriciens, sages-femmes, kinésithérapeutes, ergothérapeutes, médecins spécialistes, avec l'appui du réseau sourds et santé, se met au service des patientes en situation de Handicap dans un parcours appelé « Handi'CAP vers la maternité ».

Tout est organisé pour que la future maman en situation de handicap évite les ruptures dans son parcours de soins. Ce parcours associe les compétences médicales et paramédicales de la pathologie (cause du handicap) ainsi que l'équipe d'obstétrique.

De la consultation pré-conceptionnelle jusqu'à l'accouchement et le retour à la maison, en passant par la préparation à la naissance et à la parentalité, les adaptations

matérielles et organisationnelles ont été pensées pour faciliter l'accueil, la prise en charge médicale et psychologique, l'évaluation des besoins spécifiques et les aménagements nécessaires y compris au domicile.

Nous proposons également d'accueillir les personnes avec un handicap sensoriel (auditif et visuel). Pour les malentendants, le groupe hospitalier dispose d'un service dédié avec des interprètes en langue des signes française.

### Contact :

Téléphone : 03 20 22 38 88

SMS (uniquement) : 06 24 27 94 84

E-mail : EMAH@ghicl.net

**Si vous êtes en situation de handicap, merci de le signaler au secrétariat lors de la prise de rendez-vous pour optimiser votre prise en charge.**



## Préparation à la Naissance et à la Parentalité (PNP)

Chaque future maman bénéficie de 8 séances de préparation, prises en charge à 100% par la sécurité sociale : l'entretien individuel suivi des séances théoriques et pratiques.

Différentes méthodes sont possibles. Parlez-en avec la sage-femme ou le médecin qui vous suit.

La PNP a pour objectif de favoriser la participation active de la femme ou du couple dans leur projet de naissance en les rendant **acteurs** tout au long des différentes étapes : grossesse, accouchement, conditions du retour à la maison, suivi post-natal, etc. C'est un moment d'échanges et de partage d'informations qui répond à vos besoins. La PNP permet un bon vécu de cette période.

Se préparer à la naissance de votre enfant est important. N'hésitez pas à exprimer vos souhaits et attentes aux professionnels qui vous accompagneront tout au long de

votre grossesse. Si vous en ressentez le besoin, écrivez votre projet de naissance. Le nôtre est de vous garantir SÉCURITÉ et BIENVEILLANCE.

**L'entretien individuel est une occasion privilégiée pour aborder le vécu de votre grossesse et votre projet de naissance.**

### Visite de la maternité :

Le samedi matin, **sur inscription**, il vous est possible de visiter la maternité. Les conjoints sont les bienvenus.

### Réunion accueil du nouveau-né et allaitement maternel

**Les vendredis matin sur inscription.**

C'est important, rejoignez-nous pour découvrir :

- les rythmes, besoins et compétences de votre bébé,
- la conduite pratique de l'allaitement maternel.

### Collaboration avec les sages-femmes libérales

Votre préparation peut être assurée par **une sage-femme libérale proche de chez vous.**

Vous pourrez la contacter pendant votre grossesse afin d'assurer votre PNP si vous le souhaitez (préparation à la naissance : classique, postures De Gasquet, yoga, sophrologie, haptonomie, bonapace, hypnose piscine...).

Dans tous les cas, il vous faudra prendre contact avec une sage-femme afin d'organiser le relais à domicile après votre sortie de maternité.

### PNP à la maternité

2 APPROCHES sont proposées alliant l'information théorique et le travail corporel :

#### 1/ Le Qi Gong (ou Taï Chi)

Véritable art de vivre, le Qi Gong fait partie intégrante de la médecine traditionnelle chinoise ancestrale.

Sa pratique facilite la circulation de l'énergie vitale dans le corps et l'esprit, indissociables, libérant les tensions et apaisant les émotions.

C'est une gymnastique de santé et d'équilibre : art martial interne, le Qi Gong associe mouvements doux, respiration fluide et concentration, les postures et mouvements pouvant être réalisés par tous, ne nécessitant pas de souplesse particulière ni endurance, il peut aussi se réaliser assis.

S'y associe également la pratique d'auto-massages (Do In) à visée de bien-être et de détente et l'apprentissage pour le conjoint de techniques de massage (Tui Na) à réaliser sur des points d'acupuncture précis (digitopuncture) permettant d'accompagner la future maman pendant le travail apportant soulagement, accompagnement et apaisement.

Intégrées à sa pratique, les différentes techniques de méditation abordées



#### Inscription :

Idéalement, dès votre 6<sup>ème</sup> mois de grossesse, vous pouvez vous inscrire : À la maternité, à l'accueil des consultations prénatales, au rez-bas ou par téléphone au **03 20 87 48 30**.

permettront à chacun(e) de découvrir ses ressources internes, d'interagir avec son bébé et de récupérer énergie et sérénité.

#### 2/ Yoga

Votre séance débutera par une partie théorique sur la grossesse, l'accouchement et le post-partum.

Puis viendra le yoga prénatal adapté aux femmes enceintes. Durant la séance, la pratique sera accès sur du yoga « vinyasa » (parfait pour améliorer sa souplesse, sa respiration, accessible à toutes) puis « nidra » (celui du sommeil et de la méditation). Le but ultime de cette approche est de calmer l'agitation du mental. Les débutantes sont les bienvenues.

#### Ateliers Parents-bébés, environnement et santé

La maternité vous propose régulièrement des ateliers de sensibilisation à la santé environnementale, animés par une sage-femme ambassadrice du réseau FEES (Femmes Enceintes Environnement et Santé).

Trois thématiques essentielles y sont abordées : l'alimentation, la qualité de l'air intérieur et les cosmétiques.

Ces ateliers, ouverts aux futurs et jeunes parents, ont lieu toutes les 5 à 6 semaines.

Pour y participer, inscrivez-vous auprès du secrétariat de la maternité.

## Prévention des infections

### Toxoplasmose

Si vous êtes immunisée, il n'y a pas de précautions particulières à prendre

Si vous n'êtes pas immunisée, les précautions à prendre sont les suivantes :

- lavez-vous souvent les mains, en particulier au moment de la préparation et de la prise des repas ;
- ne mangez que de la viande bien cuite.
- rincez abondamment les fruits et légumes crus ;
- évitez le contact avec les chats, utilisez des gants si vous devez changer la litière ;
- surveillance mensuelle par prise de sang.

### CMV

Afin de limiter les risques d'une infection au cytomégalovirus, il est conseillé de limiter les contacts avec les urines, larmes et la salive des enfants de moins de 6 ans. Nous vous préconisons :

- de ne pas partager leur vaisselle et leurs affaires de toilettes;
- de ne pas les embrasser sur la bouche ;
- de vous laver fréquemment les mains.

### Listéria

La consommation de fromages au lait cru, charcuteries artisanales, viandes et poissons crus sont à proscrire pour ne pas être infectée par cette bactérie.

Il est également conseillé de laver correctement les légumes et herbes aromatiques.

### Coqueluche et VRS

**(Virus respiratoire syncytial) : Les vaccinations pendant la grossesse, pour protéger votre enfant à naître.**

La vaccination est recommandée entre le 5<sup>ème</sup> et le 8<sup>ème</sup> mois de grossesse. Les anticorps produits par la maman sont transférés au bébé avant sa naissance. La vaccination doit être effectuée à chaque grossesse. L'absence de vaccination pendant sa grossesse oblige la mère et l'entourage du nouveau-né à mettre à jour leur vaccination.

Il est possible, pendant la saison épidémique, de protéger votre bébé contre une forme grave de bronchiolite due au virus VRS. Pour cela, vous pouvez recevoir un vaccin au 8<sup>e</sup> mois de grossesse : les anticorps que vous fabriquerez seront transmis à votre bébé par le placenta. Sinon, votre bébé peut recevoir dès la maternité des anticorps directement par injection. L'injection au bébé vous sera donc proposée si vous n'avez pas été vaccinée, ou si le vaccin n'a probablement pas été efficace (vaccin moins de 15 jours avant la naissance ou bébé prématuré). Ces deux préventions sont efficaces et sûres, et font l'objet d'une prise en charge totale.

*Pour en savoir plus, scannez ce qr code :*



### Grippe / Covid

Ces deux virus peuvent donner des formes graves chez les femmes enceintes, et la vaccination en est une prévention très efficace. La vaccination antigrippale est conseillée au moment de la campagne annuelle de vaccination.

La vaccination contre la Covid est conseillée selon les recommandations en vigueur. Ces 2 vaccins peuvent être faits dès le 1<sup>er</sup> trimestre.

## Autres consultations

### Accompagnement psychologique

Des consultations d'accompagnement psychologique peuvent vous être proposées pendant votre grossesse, elles sont assurées par l'équipe de périnatalité, travaillant quotidiennement auprès des

femmes enceintes et jeunes mamans.

Cet accompagnement se prolongera dans le service des suites de naissance.

Tél. : **03 20 87 76 06**

### Accompagnement social

Une assistante sociale peut vous aider dans vos démarches administratives et sociales du début de la grossesse au retour à domicile. Tél. : **03 20 87 48 10**

### Acupuncture

**Pratiquée depuis plusieurs années dans le service d'obstétrique par des sages-femmes formées, l'acupuncture peut vous être proposée à toutes les étapes de votre prise en charge.**

Cette pratique repose sur le principe de l'utilisation de l'énergie que possède chaque individu. Elle s'applique particulièrement bien à la grossesse. Elle ne présente aucun danger, ni pour la mère, ni pour l'enfant.

Après la naissance, l'acupuncture peut faciliter la montée de lait, soulager les douleurs du post-partum, et favoriser le bien-être maternel.

### Quelques exemples de problèmes traités :

- vomissements ;
- insomnies ;
- lombalgies et sciatalgies ;
- crampes ;
- constipation ;
- hémorroïdes...

Pendant le dernier mois de grossesse, il est possible de préparer l'accouchement en favorisant l'assouplissement et la dilatation du col, l'adaptation du fœtus dans le déroulement harmonieux de l'accouchement, la présentation du fœtus (ex. : siège).



N'hésitez pas à demander plus de précisions à votre consultant, médecin obstétricien ou sage-femme.



### Anesthésie

Une consultation d'anesthésie est obligatoire au 3<sup>ème</sup> trimestre de votre grossesse, elle est réalisée par un médecin anesthésiste de l'équipe.

Vous pouvez recourir à l'anesthésie péridurale 24h/24. Des alternatives sont également possibles. Des professionnels de l'équipe sont formés et peuvent vous proposer : hypnose, postures antalgiques, homéopathie, acupuncture, ainsi que l'accès à la salle nature.

Pour plus d'information sur la prise en charge de la douleur de l'accouchement, rendez-vous sur le site [caro-info.fr](http://caro-info.fr) ou scannez ce qr-code



### Tabac

**Fumer est dangereux. Durant la grossesse, votre enfant est aussi en danger. Vous êtes motivée pour vous libérer de cette addiction ?**

#### Nous pouvons vous aider

A n'importe quel moment de votre grossesse, vous pouvez bénéficier d'une consultation spécialisée.

#### Prenez rendez-vous

- Sur le site de Saint Vincent de Paul,
  - avec une sage femme spécialisée  
**Tél. : 03 20 87 48 30**
  - avec un médecin tabacologue  
**Tél. : 03 20 87 48 94**
- Sur le site de Saint Philibert.  
**Tél. : 03 20 22 50 54**

**N'hésitez pas à vous renseigner auprès des sages-femmes ou médecins obstétriciens consultants.**

#### Cette consultation vous permettra :

- de parler de votre dépendance,
- de quantifier votre intoxication à l'aide d'un analyseur d'oxyde de carbone,
- d'avoir des conseils pour arrêter ou réduire votre consommation,
- d'être informée sur les substituts nicotiniques.

## Urgences de gynécologie-obstétrique

**Le service des urgences de gynécologie et d'obstétrique est situé à côté des salles de naissance, il vous accueille 24h/24. Vous pouvez vous présenter en journée depuis l'accueil de l'hôpital, ou la nuit depuis les urgences adultes.**

Selon le motif de votre venue, et l'âge de votre grossesse, vous consulterez une sage-femme ou bien un médecin. Le service est organisé de manière à fluidifier l'accueil des patientes et limiter autant que possible le temps d'attente, tout en priorisant les motifs de consultations urgents.

Une sage-femme est présente en permanence, joignable à tout moment, et prend en charge l'activité programmée comme non programmée. Elle est assistée d'une aide-soignante la journée et d'une auxiliaire de puériculture des salles de naissances la nuit. Le médecin peut être sollicité pour un avis ou des examens complémentaires. D'autres professionnels peuvent être présents.

Au cours de la grossesse, plusieurs motifs doivent vous alerter pour consulter aux urgences de gynécologie-obstétrique :

- contractions utérines douloureuses ;
- diminution ou arrêt des mouvements du bébé ;
- perte de liquide ou saignements ;
- chute ou coup sur le ventre ;
- fièvre.

En cas de doute, vous pouvez joindre la sage-femme de garde.

**Pour des raisons de confidentialité et de pudeur des patientes, l'accompagnant est invité à patienter en salle d'attente le temps de la prise en charge dans le service des Urgences.**



## Grossesse pathologique

Certaines pathologies peuvent compliquer votre grossesse : diabète, hypertension, pathologie de la thyroïde, menace d'accouchement prématuré.

Vous pourrez être amenée dans ce cas, à rencontrer d'autres professionnels de santé de l'hôpital Saint Vincent de Paul.

La maternité dispose d'un service d'hospitalisation des grossesses pathologiques de type IIB. En cas de menace d'accouchement prématuré, vous pourrez rencontrer un pédiatre du service de néonatalogie.

## Service de néonatalogie

A la naissance, si votre enfant est né prématurément ou doit bénéficier de soins spécialisés, il est pris en charge par l'équipe pédiatrique. Il est hospitalisé dans l'unité de néonatalogie situé au premier étage ou, dans certains cas, reste dans votre chambre en maternité ("berceau koala"), en bénéficiant d'une surveillance pédiatrique quotidienne.

Les équipes de la maternité et de la néonatalogie travaillent en étroite collaboration et un pédiatre est présent sur place 24h/24.

L'unité de néonatalogie (soins intensifs et soins continus) compte 17 lits, dont 6 chambres parents-enfant, et vous accueille 24h/24.



## Salles de naissance

L'espace naissance dispose de 3 chambres de pré-travail et de 5 salles d'accouchement dont une « salle nature », cet espace est équipé afin de permettre d'accueillir les personnes à mobilité réduite.

La priorité du service est de vous offrir une prise en charge personnalisée, répondant à vos attentes ou souhaits d'accompagnement, en pleine adéquation avec votre « projet de naissance », dans le respect de la sécurité médicale.

Deux sages-femmes, formées aux postures d'accouchement sont présentes en permanence.



Afin de préserver la sécurité tout en respectant la physiologie, le gynécologue-obstétricien, l'anesthésiste et le pédiatre peuvent intervenir à tout moment 24h/24.

Vous pouvez être accompagnée par la personne de votre choix tout au long du travail et de l'accouchement. Votre partenaire peut participer s'il le souhaite, à l'accompagnement du travail, et à la possibilité d'être présent avec vous si vous accouchez par césarienne. Au cours de celle-ci, les couples peuvent désormais choisir plusieurs ambiances musicales et lumineuses invitant à la détente, au calme, à une atmosphère sereine, idéale à la sphère parents-enfant."

La "salle Nature", véritable lieu de calme et de sérénité, vous permet de bénéficier de la baignoire de dilatation afin de

vous détendre et vous relaxer dans une ambiance lumineuse tamisée et colorisée à votre convenance. Tout en favorisant la progression de votre bébé, vous pouvez vous positionner selon vos souhaits sur la banquette de travail et utiliser les lianes d'étirement. Des ballons et des galettes sont aussi disponibles, facilitant les exercices de mobilisation du bassin.

Cette salle est également équipée d'un système vous permettant de créer votre propre ambiance musicale quel que soit le support que vous apportez (clé USB, CD, smartphone via le Bluetooth).

Les autres salles d'accouchement vous offrent également la possibilité de marcher, vous mobiliser, vous hydrater légèrement, et prendre la posture qui vous convient. Parmi elles, une des salles est équipée d'une baignoire de dilatation.

### Hypnose :

la majorité des professionnels est formée à l'hypnose périnatale. Cet accompagnement vous permet de développer vos ressources pour une meilleure gestion de vos émotions et de la douleur.

## Accueil du nouveau-né



L'accueil et les soins de votre enfant dans les deux premières heures de vie, se feront dans un environnement chaleureux et sécuritaire. Si son état clinique le permet, il sera immédiatement placé en peau à peau sur vous et de manière prolongée afin de favoriser son adaptation à la vie extra-utérine, y compris en cas de césarienne.

Les professionnels sont formés à cette pratique et à sa surveillance rigoureuse. Ce peau à peau, considéré comme un soin, sera renouvelé aussi souvent que nécessaire pendant votre séjour.

Pendant cet accueil privilégié, nous vous indiquerons comment repérer « les signes d'éveil et de recherche » qui sont les moments les plus adaptés pour nourrir votre enfant selon votre choix d'alimentation. Si allaitement maternel, nous vous aiderons à réaliser une première mise au sein. Si votre enfant n'est pas prêt à téter, une expression manuelle vous sera proposée afin de recueillir quelques gouttes de colostrum et de lui en faire don, le plus tôt possible après la naissance. Si alimentation au biberon, vous avez également la possibilité de réaliser une tétée de bienvenue ou de donner le premier biberon

### Service d'hospitalisation

Il comprend 32 chambres, avec cabinet de toilette et douche, 2 d'entre elles sont équipées pour les personnes à mobilité réduite. 8 sont dédiées aux grossesses pathologiques et 24 aux suites de naissance dont 2 chambres parentales.



Chambre parentale

## Suites de naissance

Dans le service des suites de naissance, le personnel prend en charge le couple mère-enfant, c'est-à-dire qu'une même sage-femme, en collaboration avec une auxiliaire de puériculture et une infirmière, assure de façon personnalisée et conjointe, les soins pour la mère et l'enfant, en respectant les rythmes de chacun.

Chaque matin, une visite médicale est assurée, afin de garantir une prise en charge spécifique et adaptée, au couple mère/enfant.

Une rencontre parents-bébé animée par une psychomotricienne, vous est proposée une fois par semaine, le jeudi.

### Les accompagnants :

Le conjoint ou l'accompagnant de votre choix peut passer la nuit dans la chambre. Cette prestation est payante, vous devez acheter votre ticket nuit/petit-déjeuner à l'Accueil. Pour permettre les soins et l'entretien de la chambre, nous vous demandons de libérer le lit d'accompagnant pour 8h30.

Il est possible de commander un repas accompagnant en achetant un ticket à l'Accueil. Vous devez le remettre au personnel du service avant 9h00.

### Heures indicatives des repas :

8h00 - 12h30 - 18h45.

Attention, par mesures d'hygiène, les repas ne peuvent être réchauffés mais peuvent être maintenus au chaud.

### Les visites sont autorisées de 15h30 à 19h30.

Merci de ne pas faire de bruit afin de respecter le repos des mères et des bébés. Le conjoint peut être présent 24h/24.

La présence de la fratrie est autorisée uniquement aux heures de visites et accompagnée par un adulte. Aucun mineur n'est autorisé à rester la nuit.

### Les sorties :

Elles s'effectuent avant midi, le repas n'est donc pas assuré le jour de la sortie.

Avant votre départ, passez à l'Accueil situé au rez-de-chaussée haut pour régler les formalités de sortie.

Les hôtesse sont à votre disposition : du lundi au samedi de 7h45 à 19h30 et le dimanche de 12h00 à 19h00.

### Relais après la sortie :

Au plus tard au troisième trimestre de votre grossesse, vous devez prendre contact avec une sage-femme libérale de votre choix. Dès le lendemain de votre sortie, cette sage-femme assurera un suivi personnalisé à domicile, adapté à vos besoins et celui de votre nouveau-né.

Vous pouvez également avoir recours à votre médecin généraliste, un pédiatre ou faire appel à la puéricultrice de PMI.

## Allaitement maternel

Processus physiologique, naturel, pleinement adapté aux besoins de votre enfant. Il est recommandé d'allaiter aux signes d'éveil et de recherche.

L'allaitement a de nombreux **effets bénéfiques sur la santé** de l'enfant à court et long terme, et sur la santé de sa mère. Ceux-ci dépendent de l'exclusivité de l'allaitement et de sa durée.

L'allaitement maternel permet des liens d'intimité entre la mère et son enfant. Ce contact apporte des sensations de confort et de sécurité affective.

Le lait maternel est l'aliment par excellence pour le nouveau-né et s'adapte à ses besoins. Ses bienfaits ont été largement démontrés.

L'OMS recommande un allaitement **exclusif** pendant les 6 premiers mois de vie puis, avec une diversification alimentaire, jusque 2 ans ou plus.

L'allaitement est associé à un **moindre risque** de diarrhées aiguës, d'otites aiguës et d'infections respiratoires sévères, à une **diminution du risque** d'asthme et d'eczéma dans les 1<sup>ère</sup> années de la vie chez les enfants à risque d'allergie, ainsi qu'une diminution du risque d'obésité, de surpoids et de diabète. Le lait maternel est très digeste.

**Chez les prématurés**, le lait maternel favorise la maturation des fonctions digestives. Il contribue à améliorer le développement des nouveau-nés prématurés.



**Ressources en allaitement maternel** : Vous pouvez bénéficier **d'une consultation d'allaitement à la maternité pendant votre grossesse** si vous présentez une particularité (chirurgie, traitement...) ou un antécédent de difficulté d'allaitement. **En postnatal avant la sortie, vous pouvez prévoir une consultation de suivi d'allaitement** dans les jours qui suivent le retour à domicile. Vous pouvez également recueillir des informations auprès des sages-femmes libérales ou de PMI du **réseau OREHANE** ou la **Leche League** et **CoFAM allaitement**. N'hésitez pas à consulter leur site internet.

Le guide de l'allaitement maternel est téléchargeable sur le site de Santé Publique France : [www.santepubliquefrance.fr](http://www.santepubliquefrance.fr) ou via ce Qr code



## Allaiter : pourquoi pas moi ?

VOICI QUELQUES RÉPONSES AUX QUESTIONS QUE VOUS VOUS POSEZ !

### Est-ce que je vais avoir du lait ?

*Après l'accouchement, les hormones de grossesse diminuent et le lait peut être sécrété et s'écouler. La tétée précoce à la naissance et le peau à peau favorise le démarrage de l'allaitement. Parallèlement, l'acte de succion stimule la sécrétion de lait qui s'adapte aux besoins de l'enfant. Toute maman est donc capable d'allaiter son bébé.*

### Mon lait sera-t-il nourrissant ?

*Le lait maternel est toujours parfaitement adapté. Sa composition, idéale, évolue en fonction des besoins de l'enfant. Les quantités évoluent en fonction de la stimulation.*

### Est-ce qu'allaiter fait mal ?

*Il faut différencier inconfort et douleur. Les premières tétées peuvent vous surprendre par la vigueur avec laquelle votre enfant tète. L'important est que vous adoptiez les bonnes positions et une prise du sein adaptée. Pour cela, l'équipe de la maternité vous aidera.*

*N'hésitez pas à la solliciter quotidiennement.*

### Quand dois-je mettre mon bébé au sein ?

*Allaiter à la demande, c'est allaiter aux signes d'éveil et de recherche dès qu'il cherche à téter et sans restriction. Les premiers jours, proposez-lui fréquemment*

*et systématiquement les deux seins à chaque tétée, au minimum 8 fois par 24 heures dont une fois la nuit. La cohabitation 24h/24h permet de répondre plus facilement aux besoins de votre enfant.*

### Comment savoir s'il a suffisamment mangé ?

*Il n'y a pas de surdosage de lait maternel ; pas besoin de connaître la quantité donnée. Laissez le bébé au sein tant qu'il tète efficacement. Éviter la sucette ou la tétine. Soyez rassurée par sa croissance, son comportement et ses couches bien pleines d'urine et selles !*

### Puis-je continuer à fumer ?

*Le tabac n'est pas une contre-indication, mais il faut savoir que la nicotine passe dans le lait. Il est donc préférable, à défaut d'arrêter, de réduire sa consommation. Toutefois, les bénéfices de l'allaitement maternel restent supérieurs aux effets de la présence de nicotine dans le lait maternel.*

*S'agissant de la consommation du cannabis, la concentration de la substance dans le lait maternel est bien supérieure. La consommation du cannabis est donc fortement déconseillée, d'autant que la vigilance de la maman est altérée et pourrait nuire à la sécurité de son enfant.*

## RÉUNION D'INFORMATION sur l'ACCUEIL du NOUVEAU-NÉ et sur la conduite PRATIQUE de l'ALLAITEMENT MATERNEL :

### inscrivez-vous !

Afin d'éclairer votre choix, nous vous proposons d'assister à l'une des réunions qui vous sont proposées, **en salle de préparation à la naissance au 2<sup>ème</sup> étage** de la maternité. Vous trouverez les dates sur la porte de la salle, ou à l'accueil des consultations prénatales, au rez-bas, où vous pourrez vous inscrire auprès des secrétaires.

Les signes d'éveil et de recherche

Être attentif aux rythmes de bébé pour l'alimenter.

• ÉVEIL CALME

C'est le meilleur moment pour me proposer à boire.



Je commence à bouger

Je tourne la tête, je cherche

J'ouvre la bouche, sors ma langue

• ÉVEIL AGITÉ

Je suis agité(e), il faudra peut-être un peu de patience, mais je vais y arriver.



Je suis tonique, je bouge les bras

Je porte les mains à la bouche

Je m'impatiente et pousse des petits cris

• ÉVEIL AGITÉ ET PLEURS

C'est trop tard, maintenant il faut me calmer.



Je suis agité(e), je bouge beaucoup

Mon visage est crispé

Je pleure

POUR ME CALMER

On peut faire du peau à peau, me bercer, me faire un câlin, me caresser, me parler...

Trousseau pour la maternité

La maternité fournit un paquet de couches pour votre séjour, merci de prévoir le complément si nécessaire.

Pour maman :

- coussin de maternité pour l'allaitement maternel,
- draps de bain, gants et nécessaire de toilette (*brosse à dents, dentifrice, savon hygiène intime...*),
- linge personnel pour chaque jour (*confortable*),
- slips confortables,
- 2 soutiens-gorge adaptés, à votre nouvelle taille et sans armatures,
- 1 stylo et 1 montre,
- Baume apaisant pour mamelons sensibles ou irrités.

Pour bébé :

- brassières ou gilets,
- brosse ou peigne,
- chaussettes ou chaussons, bonnet,
- nacelle ou siège-auto, dos à la route obligatoire pour le transport de bébé en voiture,
- pour la sortie : manteau et couverture,
- pyjamas et bodies,
- savon liquide ou surgras,
- serviettes de toilette et gants impératifs (*4 à 6 pour le séjour*),
- thermomètre électronique non tympanique,
- tout le linge doit être lavé au moins 1 fois,
- turbulette ou gigoteuse.

Pour choisir les cosmétiques que vous utiliserez pour vous et votre nouveau-né, vous pouvez vous aider de ces quelques conseils :

- Souvenez-vous que "le moins c'est le mieux": le moins de produits possible, et le moins d'ingrédients possible par produit (une liste de moins de 8 ingrédients est idéale).
- Évitez au maximum les produits contenant des parfums, irritants pour la peau des bébés.
- Bannissez les produits contenant des perturbateurs endocriniens tels que le phenoxyethanol, les parabens, les PEG et les phtalates.
- Privilégiez les produits qui se riment d'origine naturelle ainsi que les produits bio, pour cela vous pouvez vous aider des labels tels que Cosmébio ou Ecocert.



Pour en savoir plus, visitez la maison virtuelle des perturbateurs endocriniens en flashant ce QR-code ou rendez-vous sur [www.lesperturbateursendocriniens-mamaison.com](http://www.lesperturbateursendocriniens-mamaison.com)



Pour vous aider et vous informer, la Maternité organise régulièrement des ateliers de sensibilisation en santé environnementale, animés par une sage-femme ambassadrice FEES, inscription possible auprès du secrétariat.

## Les étapes à ne pas oublier

Nous espérons que ce livret maternité vous a aidé tout au long de votre suivi, à ne pas vous sentir seuls face à vos interrogations. Pour vous repérer après la naissance, nous avons répertorié les étapes importantes à ne pas oublier et nous vous souhaitons de poursuivre cette belle aventure en famille !

### Démarches administratives après l'arrivée de bébé en 7 étapes

#### 1. Déclaration de naissance (maxi 5 jours après la naissance)

La déclaration de naissance auprès de l'officier d'état civil est une formalité obligatoire. Les renseignements vous seront fournis au bureau maternité ascenseur B, RDC haut.

#### 2. Demander le rattachement à la sécurité sociale (rapidement après la naissance)

Acte de naissance, livret de famille, Formulaire S3705.

#### 3. Déclaration auprès de la CAF (rapidement après la naissance)

Sur votre compte de la CAF, si pas de compte, remplir le formulaire et envoyer un courrier postal.

#### 4. Déclaration auprès de la complémentaire santé

Documents à fournir, variables selon les mutuelles, et auprès des 2 organismes des parents si différents.

#### 5. Demande de congé de naissance (rapidement après la naissance)

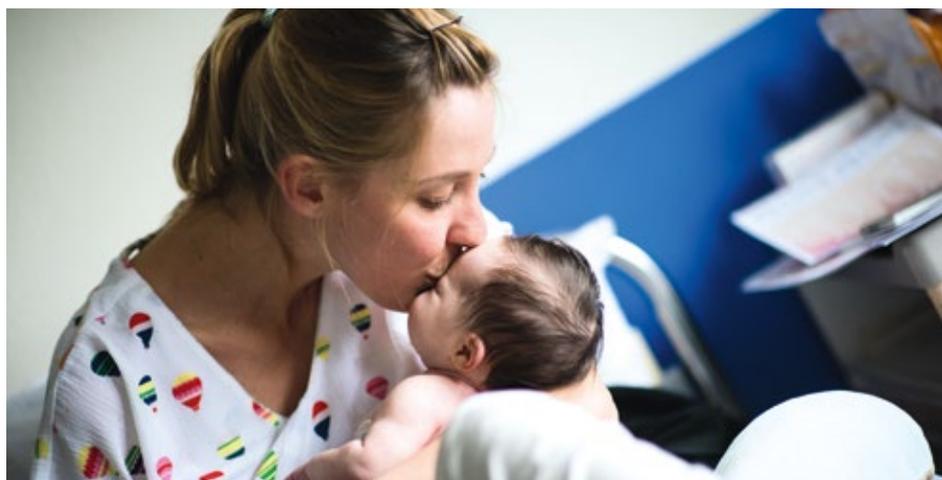
Auprès de l'employeur, 3 jours payés au minimum, hors dimanche et jours fériés.

#### 6. Demande de congé paternité

Employeur et sécurité sociale. A demander 1 mois avant la date de début du congé. 25 jours calendaires à prendre en une ou plusieurs fois dans les 6 mois suivant la naissance, avec un minimum de 4 jours à prendre à la suite du congé de naissance.

#### 7. Déclaration aux impôts

Impôts, dans les 60 jours après la naissance



### Le suivi en post partum au retour à domicile

#### MAMAN

- ✓ Suivi précoce à domicile par une sage-femme libérale 24 à 48h, ou de PMI, remboursé à 100% jusqu'au 12<sup>ème</sup> jour de l'enfant. Pensez à la contacter le plus vite possible pour être accompagnée à la sortie de maternité. Si pas de SF connue, nous vous transmettrons les coordonnées de sages-femmes en fonction du lieu de votre habitation.
- ✓ La Visite postnatale (examen clinique) 6 à 8 semaines après l'accouchement, avec une SF ou gynécologue. Après cette visite, la rééducation du périnée peut commencer, par une sage-femme ou un kinésithérapeute. Après celle-ci la rééducation abdominale peut commencer.
- ✓ L'Entretien postnatal précoce 4 à 8 semaines, SF ou médecin. Permet de faire le point sur ce qu'on ressent depuis la naissance, sur le début de la parentalité et de repérer les signes éventuels d'une dépression du post partum, avec orientation vers un psychologue si besoin.

#### BÉBÉ

- ✓ Une pesée par semaine le 1<sup>er</sup> mois
- ✓ Un rendez-vous fixé si besoin avant la sortie avec la consultante en lactation, rencontrée pendant le séjour
- ✓ Examen dans les 15 premiers jours de vie par un médecin généraliste ou par un pédiatre puis Suivi médical mensuel les 6 premiers mois

### Quand reconserver ?

#### Pour votre bébé :

- Fièvre > 38° reconstrôlée après avoir découvert votre enfant
- Diminution des prises alimentaires
- Signes de déshydratation : pâleur, diarrhée, vomissements, ...
- Selles décolorées
- Comportement inhabituel
- Chute de bébé surtout si choc sur la tête

#### Pour la maman :

- Fièvre >38° persistante
- Douleurs pelviennes intenses et pertes malodorantes
- Saignements anormaux
- Seins rouges et douloureux
- Cicatrice périnéale ou de césarienne : écoulement, désunion, saignement
- Etat dépressif avec idées noires

Les équipes de la maternité et de la néonatalogie de l'hôpital Saint Vincent de Paul se sont vus décerner par les experts du comité d'attribution de l'OMS et l'UNICEF depuis 2014

## le label « Hôpital Amis des BébéS »

Ce label récompense une dynamique constante de l'amélioration de la qualité des prises en charge, en adéquation avec les données scientifiques.

Les soins sont centrés sur l'enfant et ses parents, en offrant un environnement réconfortant et un accompagnement personnalisé qui permet au couple de prendre sa place auprès de leur enfant dès la naissance jusqu'au retour à domicile.

Il soutient et protège l'allaitement maternel, celui-ci couvrant au mieux tous les besoins des nouveau-nés, par un accompagnement éclairé. Les mères ayant tout particulièrement besoin d'aide et de soutien dans la phase d'initiation de l'allaitement maternel.

Il assure une attitude de bienveillance et de bienveillance profitable à tous les bébés, allaités ou non ainsi qu'à leurs parents.

Le travail en équipe et en réseau permet d'assurer la continuité des soins en effectuant des relais cohérents après la sortie de la maternité.

Ainsi, le label concerne tous les nouveau-nés et leurs parents, quelque soit le mode d'alimentation choisi.



Nous vous rappelons que pour ne pas exposer votre enfant aux ondes électromagnétiques, il est important de tenir votre téléphone allumé le plus loin possible de votre bébé.

