



CENTRE HOSPITALIER JEAN LECLAIRE
Le Pouget - CS 80201 – 24206 SARLAT CEDEX
TEL : 05.53.31.75.75 Fax 05.53.59.17.62

Secrétariat Maternité :
05.53.31.76.51

Bureau des sages-femmes
05.53.31.76.35

MATERNITE

L'EQUIPE VOUS ACCUEILLE



MADAME :



SOMMAIRE

- ✓ Votre Grossesse
- ✓ Le trousseau
- ✓ Quand partir à la Maternité ?
- ✓ L'accouchement
- ✓ L'accueil du nouveau-né
- ✓ L'allaitement
- ✓ Séjour à la Maternité
- ✓ Les soins du bébé pendant le séjour
- ✓ Retour à la maison



VOTRE GROSSESSE

L'équipe de la Maternité est à votre disposition pour un suivi médical régulier tout au long de votre grossesse.

Les consultations seront assurées par une sage-femme ou par un médecin.

Pour toute consultation ou passage à la Maternité, n'oubliez pas d'amener les documents en votre possession (résultats de laboratoire, carte de groupe sanguin, compte-rendu d'échographies ...)

Dès la Déclaration de Grossesse

- ✓ Un entretien prénatal précoce vous est proposé afin de pouvoir exprimer vos besoins, vos attentes.
- ✓ Une consultation afin de constituer votre dossier médical est nécessaire (amener tous vos documents).
- ✓ C'est le moment de vous inscrire aux séances de préparation à la naissance et à la parentalité, vous pouvez bénéficier de 6 séances ayant pour objectifs :
Un travail corporel, une préparation face à l'accouchement, une visite de la Maternité, une nouvelle vie avec bébé, un accompagnement pour les papas face à la naissance.
- ✓ Nous vous proposons également une information Allaitement

Au Début du 9^e mois

- ✓ Une consultation d'**anesthésie** est obligatoire.
- ✓ A tout moment de votre grossesse, si vous le souhaitez :
 - Des prescriptions d'Homéopathie sont possibles lors d'une consultation par une sage-femme
 - Sur rendez-vous auprès du secrétariat, d'autres professionnels sont à votre écoute :
 - Une Consultation de Parentalité,
 - Une Ostéopathe,
 - Une Sage-femme pratiquant la Réflexologie plantaire,
 - Une Consultante en Lactation,
 - Une Diététicienne,
 - Une Assistante Sociale.

LE TROUSSEAU

Pour le Bébé :

- ✓ 5 Bodys minimum
- ✓ Brassières de laine
- ✓ 5 Pyjamas ou tenues
- ✓ Bonnet, chaussettes
- ✓ Bavoirs
- ✓ Ce que vous souhaitez utiliser dès la naissance (gigoteuse....)

Les couches sont fournies par le service Maternité

Pour la Maman :

- ✓ Nécessaire de toilette
- ✓ Serviettes éponge, gants
- ✓ Vêtements et sous-vêtements dans lesquels vous êtes à l'aise
- ✓ Soutien-gorge d'allaitement si vous souhaitez allaiter
- ✓ Chaussures d'intérieur
- ✓ Mais encore ... : Coussin d'allaitement, brumisateur, veilleuse,
- ✓ CD et lecteur CD
- ✓ Stylo, montre ou réveil (pour noter heures des tétées)

Eviter d'amener des objets de valeur ou de l'argent liquide

Administratif :

- ✓ Carte de Groupe Sanguin
- ✓ Carte de Sécurité Sociale – complémentaire maladie (mutuelle)
- ✓ Livret de famille si vous en possédez un
- ✓ Pièces d'identité des 2 parents
- ✓ Reconnaissance anticipée si besoin

QUAND PARTIR à la MATERNITE ?

- Quand vous ressentez des contractions utérines régulières,
- Quand vous perdez du liquide (« Les eaux »),
- Quand vous perdez du sang

Il est toujours préférable de nous joindre avant votre arrivée au :
05 53 31 76 35 (service hospitalisations)

Si vous êtes inquiète, n'hésitez pas à nous téléphoner.

Que faire avant de partir ?

- Vous avez des contractions sans perte de liquide, vous pouvez :
 - ✓ Prendre un bain,
 - ✓ Rechercher la détente en marchant, en changeant de position jusqu'à ce que vous ressentiez le besoin d'être accompagnée.
- Vous avez perdu les eaux :
 - ✓ Prenez simplement une douche avant de venir à la Maternité.

Faites-vous confiance sur le choix du moment du départ !

Si vous arrivez entre 21h et 6 h du matin, l'entrée se fera par les urgences



L'ACCOUCHEMENT

Dès votre arrivée, vous êtes prise en charge par la sage-femme de garde, qui sera assistée par une auxiliaire de puériculture.

Pendant le travail n'hésitez pas à bouger, à marcher, à prendre différentes positions. Pour vous aider, la sage-femme pourra mettre à votre disposition : ballons, tapis de sol, douche, coussins ...

Vous pouvez conserver votre mobilité jusqu'à la naissance de votre bébé toutefois si vous en ressentez le besoin, vous pouvez bénéficier d'une analgésie Périurale.

Une sage-femme va vous accompagner tout au long du travail, et pratiquera l'accouchement.

Une seule personne majeure est acceptée auprès de vous en salle de naissance.

En cas de césarienne :

- Programmée : vous entrerez la veille de la date prévue ;
- Au cours du travail : l'équipe de la Maternité vous accompagne jusqu'au bloc opératoire où le personnel en place prendra le relai.

Dans tous les cas, votre conjoint peut vous suivre jusqu'à l'entrée du bloc

Un gynécologue obstétricien, un médecin anesthésiste, un pédiatre sont de garde 24h/24.



L'ACCUEIL DU NOUVEAU-NE

Dès sa naissance, bébé sera positionné contre vous, peau à peau pour faire connaissance, le sécuriser, le réchauffer, le câliner tout en douceur.

Si bébé naît par césarienne, et si cela est possible, le peau à peau vous sera proposé. Pendant votre surveillance postopératoire, le papa ou la personne de votre choix prendra le relais en attendant votre retour en chambre.

Si vous souhaitez l'allaiter, ce sera le moment idéal pour la première tétée.

Si vous ne désirez pas allaiter, rien ne vous empêche de lui donner cette tétée d'accueil car elle sera bénéfique et ne vous engage à rien.

Afin de ne pas troubler ces premiers instants, les soins du bébé seront proposés un peu plus tard et réduits au minimum (Pesée, Prise de la température, Soins du cordon...)



ALLAITEMENT

Allaiter est un geste naturel qui maintient une relation privilégiée entre la mère et l'enfant.

Pour la santé de votre enfant, l'OMS recommande un allaitement exclusif jusqu'à 6 mois et partiel jusqu'à 2 ans.

Le Lait Maternel présente des avantages :

Pour le bébé :

- Dès la naissance, au cours de la journée, au fil du temps, sa composition varie pour s'adapter au mieux aux besoins de votre bébé,
- Bébé est protégé des infections grâce à vos anticorps,
- Votre lait diminue le risque d'allergies, d'otites et d'infections rhino-pharyngées ou intestinales, de maladies cardio-vasculaires et lutte contre l'obésité.

Pour la mère :

- Prévient des risques hémorragiques et diminue le risque de dépression du post partum, du cancer du sein,
- L'allaitement favorise la perte de poids, surtout facilite les déplacements (toujours prêt à bonne température !), permet un contact privilégié et de plus c'est gratuit !

L'allaitement est possible tout en respectant la pudeur.

Afin d'en savoir plus, vous pouvez participer à **une réunion d'information sur l'allaitement**. *(Les dates sont affichées dans les salles d'attente)*

NB :

- La décision d'allaiter ou non appartient à la mère, un certain nombre de mamans font le choix du biberon.
- Nous respectons votre choix d'alimentation de votre bébé et nous nous engageons à tout mettre en œuvre pour la réussite de votre projet.

SEJOUR à la MATERNITE

Durant votre séjour à la Maternité, vous serez accueillie en chambre équipée d'un cabinet de toilette et d'une nurserie.

- Possibilité d'un lit accompagnant pour la durée du séjour avec petit déjeuner (service payant),
- Repas accompagnants (service payant),
- Un frigidaire (avec collations) et un micro-onde sont à votre disposition au sein du service,
- Chaque chambre est équipée du téléphone et d'une télévision (service payant).

Durée du séjour:

Vous restez: en moyenne :

- 4 à 5 Jours pour un accouchement physiologique
- 5 à 7 Jours pour une césarienne

Votre sortie :

Décidée par l'équipe médicale en fonction de votre état de santé et de celui de votre bébé.

Les visites sont autorisées de 13h à 21h.

Pendant le séjour, votre nouveau-né sera ausculté par le Pédiatre du service :

- ✓ Pour un accouchement physiologique : au 1^{er} jour et au 3^{ème} jour de vie,
- ✓ Pour une césarienne : à la naissance et au 5^{ème} jour de vie.



LES SOINS DE BEBE PENDANT LE SEJOUR

Si tout va bien, à aucun moment, vous ne serez séparée de votre bébé.

Chaque jour, pas à pas vous apprendrez à connaître bébé, à répondre à ses besoins, guidée, entourée par l'équipe de la Maternité.

Chaque matin, à la nurserie, vous pèserez et prendrez la température de votre enfant. En fonction de son poids un bain sera proposé.

Si vous le souhaitez, vous découvrirez *la technique du portage et le toucher relationnel*.

Nous vous engageons à garder votre enfant près de vous, n'hésitez pas à le prendre dans vos bras, cela le sécurise, l'apaise, et en aucun cas ne lui donnera de mauvaises habitudes.

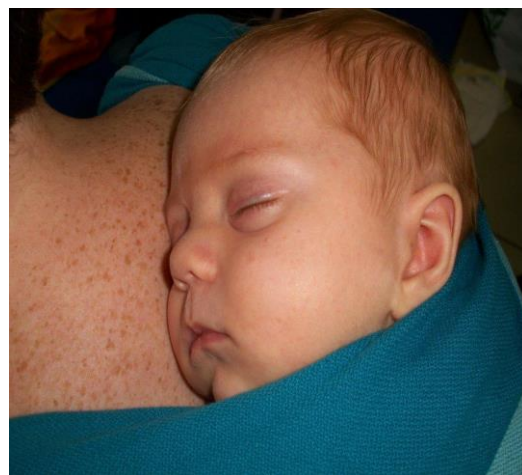
Jour et Nuit, l'équipe est présente pour répondre à vos besoins.



Massages



Le bain



Le portage

RETOUR A LA MAISON

Notre service ayant passé une convention avec la CPAM dans le cadre du programme d'accompagnement du retour à domicile (PRADO), vous pouvez, selon certains critères, bénéficier d'une Sage-femme libérale. L'organisation sera faite lors de votre séjour.

Ne pas oublier de prendre les rendez-vous :

- Pour la visite post natale (6 à 8 semaines après la sortie) par votre Gynécologue ou une sage-femme,
- Pour la rééducation périnéale,
- Pour le bébé (à 3 semaines environ) par votre médecin traitant, pédiatre ou médecin PMI.

Votre enfant sera suivi par la suite tous les mois.

A la moindre difficulté :

Ne pas hésiter à nous contacter, l'équipe soignante est présente 24h/24.

D'autre part :

- Des consultations sont assurées par une consultante en lactation,
- Des consultations de Parentalité sont assurées par un médecin Homéopathe.

Possibilités de contacter :

- **La Maison du Département :**

Permanence le mercredi matin (10h à 12h) d'une puéricultrice : 05 53 31 71 71

- **Une Association** qui peut vous soutenir dans votre rôle de jeunes parents :

- Association Voie Lactée (colombier à Sarlat) : 05 53 28 45 22 ou 06 46 86 25 91
- Association Entr'aide Maman : 05 53 59 63 06
- Aid' Allait 24 : 06 83 81 83 03
- Relais Assistantes Maternelles : 05 53 30 45 38
- Maison de la Petite Enfance : 05 53 31 45 66
- 1, 2,3 ... Soleil : 05 53 30 29 81
- Sites Internet : LLLF-Lactitude



Charte de l'accueil du nouveau - né et de sa famille

Vous avez choisi de donner naissance dans notre maternité et nous vous en remercions.

- ☞ La maternité de Sarlat adhère à la charte de l'OMS protégeant l'Allaitement Maternel des pratiques commerciales, publicitaires et respecte la loi interdisant la distribution gratuite de lait artificiel, de tétine et de biberons.
- ☞ Notre équipe s'engage à respecter au mieux **votre projet de naissance** en toute sécurité et à assurer à votre bébé un accueil de qualité.
- ☞ L'ensemble du personnel est **formé** aux **besoins** et aux **rythmes** du nouveau-né.
- ☞ Le soutien et la promotion de l'allaitement restent une priorité dans le respect de votre choix.
- ☞ Tout au long de la grossesse, vous avez la possibilité de participer, avec votre **conjoint**, aux séances de **préparation à la naissance**, à une information sur l'allaitement maternel et de manière individuelle de rencontrer une consultante en lactation.

Au moment de la naissance

- ☞ Le respect de vos besoins pendant le travail et **l'accouchement** ainsi que le respect des rythmes de la naissance favorisent le bon démarrage de l'allaitement.
- ☞ Votre bébé sera posé sur vous, **en peau à peau**, aussi longtemps que vous le souhaitez ceci afin de le rassurer.

Notre mission

- ☞ Vous **informer** et vous **aider** grâce à une équipe formée en allaitement maternel tout au long de votre grossesse, pendant l'accouchement et durant l'allaitement.
- ☞ Respecter la **physiologie** et les premiers contacts avec votre bébé. L'idéal est que votre bébé reste en peau à peau au moins une heure dès sa naissance et de lui proposer le sein pour **une tétée d'accueil** (même si vous ne souhaitez pas allaiter).
- ☞ Vous accompagnez dans l'installation d'une relation **parents/enfant** de qualité en passant par l'intégration du père dans toutes les étapes de la naissance et dès les premiers soins proposés.
- ☞ Éviter toute **séparation** avec votre bébé, maman et bébé restent ensemble 24 heures par jour.

Pour favoriser l'allaitement

Nous vous conseillons :

- ☞ Allaiter **à la demande** dès les premiers signes d'**éveil**.
- ☞ Proposer uniquement le lait maternel, **éviter** biberon, eau, lait artificiel.
- ☞ Éviter les **tétines et sucettes**.

Combien de temps allaiter ?

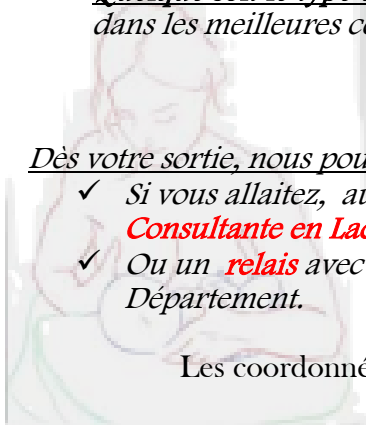
- ☞ Pour que votre enfant en tire le maximum de **bénéfices** pour sa santé, l'allaitement maternel **exclusif** est recommandé jusqu'à l'âge de **6 mois**, ensuite en parallèle avec l'introduction de l'alimentation variée, jusqu'à l'âge de **2 ans**.
- ☞ Quelque soit le type d'alimentation choisi, nous vous accompagnons afin que tout se déroule dans les meilleures conditions possibles, toujours dans le respect des besoins de votre bébé.

Et après, où trouver de l'aide ?

Dès votre sortie, nous pouvons vous proposer :

- ✓ Si vous allaitez, au sein de notre service, des consultations d'allaitement avec une **Consultante en Lactation** IBCLC
- ✓ Ou un **relais** avec une Sage-femme libérale, une puéricultrice de la Maison du Département.

Les coordonnées des associations de soutien à l'allaitement maternel se trouvent dans le **Livret d'Accueil de la Maternité**.



NOTES

NOTES

