

# LIVRET MATERNITE



**Horaire des visites**

**13 h 00 – 20 h 00**

Vous venez d'être maman, toute l'équipe de la maternité vous félicite et vous souhaite la bienvenue. Pour que votre séjour se déroule au mieux, nous avons décidé de créer un petit livret qui vous accompagnera pendant ces quelques jours. Nous restons bien sûr à votre entière disposition pour toute information complémentaire.



Après la surveillance obligatoire de 2H en salle d'accouchement votre cathéter de péridurale et votre perfusion seront retirés et vous serez transférée en chaise roulante dans votre chambre et installée dans votre lit.

En fonction de l'horaire une collation ou un repas ainsi qu'une boisson vous seront servis.

**1<sup>er</sup> lever** : La reprise de la mobilité de vos jambes après la péridurale peut se prolonger. En effet le produit anesthésique injecté va s'éliminer plus ou moins rapidement en fonction des personnes. **Votre 1<sup>er</sup> lever doit donc obligatoirement être accompagné par un membre du personnel.** N'hésitez pas à nous appeler (sonnette).

Votre bébé est transféré en pouponnière et prendra son 1<sup>er</sup> bain en présence de son papa. Il vous rejoindra en chambre et restera à vos côtés.

- Le nouveau-né a beaucoup de mal à réguler sa température surtout les premières 24 heures. Veillez à ce qu'il garde son bonnet et reste emballé dans sa couverture. Il est important également que vous preniez connaissance des consignes de sécurité concernant votre enfant. Qu'il soit allaité ou non, un nouveau-né boit en moyenne toutes les 3 - 4 heures (excepté le premier jour). Prenez l'habitude de venir en pouponnière avant la tétée pour changer votre bébé. Une fois qu'il aura bu, il s'endormira rapidement. Ainsi il ne sera plus dérangé jusqu'à la prochaine tétée.

## Voici le déroulement d'une journée en maternité

6H30-7H30

Une sage-femme accompagnée d'une aide-soignante passe voir toutes les patientes. La sage-femme vérifie l'involution (rétractation) de votre utérus, vos pertes et votre suture éventuelle. Vous devez lui signaler toute douleur particulière (mollets, seins..). Elle vous délivre également les médicaments à prendre au moment du petit déjeuner. L'aide-soignante vérifie quant à elle, vos constantes et vous donne des serviettes hygiéniques.

7H : Distribution du petit déjeuner

Pain, beurre, confiture et boisson chaude (régime spécial pour les césariennes) Si vous souhaitez un supplément n'hésitez pas à le demander !

Visite des gynéco-obstétriciens



7h30 Visite du Dr Porté

8h00 Visite du Dr MINEBOIS

Réfection des lits par les aides-soignantes et nettoyage des chambres et des locaux par les agents de service.

La matinée est consacrée à votre repos, ainsi qu'aux soins à votre enfant (bain). Le papa est bien évidemment le bienvenu !

Dès 9H le pédiatre voit en pouponnière les nouveaux nés pour les visites de naissance et de sortie. Votre enfant sera vu au minimum 2 fois pendant son séjour :

- dans les 24H suivant sa naissance : examen approfondi, auscultation.
- la veille ou le jour de son départ, en votre présence : courbe de poids, auscultation, conseils pour le suivi et l'alimentation.

Le pédiatre peut décider de revoir votre enfant entre ces deux visites. On peut retrouver par exemple un souffle cardiaque à la naissance qui disparaîtra spontanément en quelques jours...

On surveillera également l'évolution d'un éventuel « ictère » du nouveau-né. Cette « jaunisse » physiologique touche surtout les prématurés mais également près de 60% des nouveaux nés à terme, surtout les garçons, nés par césarienne ou par ventouse, nourris au sein, ou dont la perte de poids est importante.

Le dépistage d'abord visuel est confirmé par une mesure (bilirubinomètre transcutané). Cet appareil appliqué sur le front et le sternum du nouveau né évalue par mesure optique la concentration de bilirubine.

Si le taux est élevé, le pédiatre demandera un dosage sanguin. En pratique il n'y aura aucun traitement, juste une simple surveillance. Si au contraire le taux est trop important, le pédiatre pourra prescrire de la photothérapie.

Le bain de votre enfant se fera tous les jours entre 8h30 et 11h30. Ne réveillez pas votre bébé, venez après une tétée. Le bain vous sera expliqué à vous et à votre conjoint. L'enfant sera également pesé à ce moment et son poids reporté sur une courbe. Vous pouvez également choisir de ne pas baigner votre enfant tous les jours. Seuls les soins seront alors effectués.



12H : Déjeuner

13H00 - 20H 30 : Visites

18H30 : Distribution des médicaments

18h45 : Dîner

20H30 : Passage de la sage-femme pour évaluer votre douleur et répondre à vos questions

Passage de l'auxiliaire de puériculture pour votre bébé (distribution de couches, biberons, conseils allaitement).

**21H00 : Fermeture de l'établissement.** Votre conjoint qui a pu bénéficier d'une visite prolongée doit quitter le service avant 21 h 00.

Vous pouvez déposer votre enfant au dortoir si vous le souhaitez, après avoir au préalable prévenu un membre de l'équipe. Il vous est possible de récupérer votre bébé au cours de la nuit si vous le désirez. Dans tous les cas il vous sera ramené avant 6h (heure de la relève). Il est préférable qu'une maman qui allaite garde son enfant à ses côtés.

## A SAVOIR



### Repas

Dès votre admission la question de vos préférences alimentaires vous sera posée et vos repas adaptés.

Un repas « Félicitations » vous sera proposé à vous et à votre conjoint (ou une autre personne de votre choix). Vous choisissez la date et le menu et remettez la feuille à un membre du personnel.

Une fontaine à eau est à disposition dans le service.

**Pour la réalimentation après une césarienne nous vous demandons de ne pas consommer d'autres aliments que ceux qui vous seront servis !**



## Sonnette

La sonnette permet d'appeler le personnel soignant en cas d'urgence ou d'incapacité à répondre seule à un besoin (1<sup>er</sup> lever, malaise, césarienne...). Si vous le pouvez, venez nous voir avec votre enfant à l'infirmierie ou en pouponnière.



## Perte de poids

Tous les nouveaux nés perdent du poids à la naissance parfois jusqu'à 10% de leur poids de naissance (par ex un bébé de 3500g peut chuter jusqu'à 3150g...). Puis l'enfant va se stabiliser pour ensuite commencer à grossir. Il reprendra son poids de naissance entre J8 et J15.

## Cordon ombilical

Le cordon ombilical sèche et cicatrise petit à petit. Il tombera avec la pince spontanément en 1 à 3 semaines. Il sera désinfecté chaque jour lors du bain. La couche sera placée sous le cordon pour qu'il reste à l'air. Une fois le cordon tombé, continuez à désinfecter 1 fois par jour avec du Dakin. Vous pouvez dès alors recouvrir l'ombilic avec la couche.

## Césarienne

Des études ont démontré que la réhabilitation précoce post césarienne permettait de diminuer la durée de l'hospitalisation, de réduire les risques thromboemboliques (phlébites) et d'améliorer la relation mère-enfant et la satisfaction maternelle.

Très rapidement (6 à 12h) après votre retour en chambre, votre sonde urinaire sera retirée et on vous aidera à vous lever. Moins de 24h après la césarienne on retire votre perfusion et le traitement contre la douleur sera poursuivi en per-os (comprimés).

Si vous avez choisi d'allaiter, votre enfant pourra être mis au sein dès votre retour du bloc.

Très vite également vous serez réalimentée. Les sorties se feront entre J3 et J5. Les fils ou les agrafes seront retirés à J5 à la maternité ou à domicile par la sage-femme qui assurera votre suivi.

## Rhésus négatif



Si votre rhésus est négatif, un tube de sang sera prélevé sur vous en salle d'accouchement pour comptabiliser les hématies fœtales. Une prise de sang sera également effectuée chez votre bébé dès sa naissance pour déterminer son groupe sanguin.

Si votre enfant est comme vous « rhésus négatif » il n'y aura aucune surveillance particulière.

Si votre enfant est rhésus positif, une injection d'immunoglobulines vous sera faite pour supprimer dans votre circulation les éventuelles hématies fœtales et ainsi prévenir les problèmes lors des grossesses suivantes. Une seconde prise de sang permettra de vérifier si la dose a été suffisante.

## Test de Guthrie



A partir de 48 heures de vie un prélèvement sanguin est effectué chez tous les nouveaux nés pour dépister certaines maladies génétiques rares. Ce carton de test est envoyé à Strasbourg et dans la grande majorité des cas vous n'aurez jamais aucune nouvelle. C'est que tout va bien !!

Si le test montre une anomalie, les résultats seront envoyés au médecin que vous avez mentionné dans le dossier de votre enfant.

NB : A tous les prélèvements sanguins effectués chez votre bébé sera associée la succion d'une tétine et l'administration d'une solution sucrée pour prévenir ou soulager la douleur !

## Recyclage biberons

Dans le cadre du développement durable, la clinique se propose de recycler vos biberons et ainsi aider à financer le projet d'une association. Chaque biberon doit être vidé et jeté avec sa bague dans la poubelle réservée à cet effet et située dans le couloir de la maternité.



## Salle d'allaitement

Si vous souhaitez vous isoler pour allaiter votre enfant, une salle d'allaitement se trouve à votre disposition au fond du service. Elle est équipée de 2 fauteuils, de coussins d'allaitement et de deux tire-lait. Le fonctionnement de ces derniers vous sera expliqué si besoin par un membre du personnel.



## Douche

Après avoir mangé et vous être levée, vous pouvez vous doucher, et ce chaque jour. Pour votre toilette intime, vous utiliserez soit votre gel douche habituel, soit un savon gynécologique. Vos serviettes hygiéniques devront être changées régulièrement.

## Circulation

Chaque fois que vous vous déplacerez, votre bébé devra être dans son berceau. Si vous le souhaitez, vous pouvez déposer votre enfant au dortoir. Merci de bien vouloir informer le personnel soignant avant de la déposer et lorsque vous le récupérez. Vous ne devez jamais sortir du service avec votre enfant.

## Sortie

Pour un accouchement normal elle aura lieu à J2 ou J3, J0 étant le jour de l'accouchement, si le test de Guthrie a été piqué. Si votre enfant est né après 17h, vous sortirez à J3. Si vous avez eu une césarienne votre sortie se fera entre J3 et J5. Les sorties ont lieu de préférence le matin. Le gynécologue obstétricien vous donnera vos ordonnances de sortie (traitement, contraception, tire-lait). Le pédiatre et le personnel de la pouponnière vous remettront les ordonnances pour votre bébé ainsi que son carnet de santé.

## Prado

Très souvent lors des sorties précoces votre enfant va peu ou pas grossir. Une conseillère de l'assurance maladie vous joindra par téléphone et vous proposera un suivi postnatal à domicile pour vous et votre bébé. Elle effectuera également pour vous les démarches pour ajouter votre enfant sur votre carte vitale. Réservez-lui le meilleur accueil ! Vous pouvez également joindre directement votre sage-femme pour préparer votre retour.

Votre bébé sera vu et pesé dans la semaine qui suit sa sortie par une sage-femme libérale ou par le médecin qui assurera son suivi.

Vous voici enfin prête pour votre sortie, une grande aventure va commencer ! Nous espérons que votre séjour s'est déroulé au mieux et vos questions entendues. En cas de soucis, voici le numéro de la pouponnière joignable 24h /24

**03 87 29 40 32 ou 03 87 29 40 30**

Au cours de votre séjour, le personnel reste bien entendu à votre entière disposition pour toute précision complémentaire.

N'hésitez pas à le solliciter !

