

Livret d'accueil de votre Maternité



CENTRE HOSPITALIER D'AVIGNON
305 rue Raoul Follereau
84903 Avignon Cedex

PRESENTATION DE LA MATERNITE

La maternité du centre hospitalier d'Avignon est une maternité de proximité pour les grossesses dites « normales », mais aussi grâce à son plateau technique et à son personnel spécialisé, une maternité de niveau 2B où nous accueillons des mamans présentant une grossesse à risque.

Pour votre confort et votre sécurité, une nouvelle maternité a été entièrement construite en 2010.

En 2022, notre maternité a vu naître 3 116 enfants, ce qui fait d'elle une des plus importantes maternités de la région.

Notre maternité dispose également d'une unité kangourou et d'une unité de gynécologie médicale et chirurgicale.

Nous travaillons en étroite collaboration avec le service de néonatalogie et le service d'anesthésiologie du centre hospitalier.



Chef de Pôle

Mme S. LAMOUREUX Médecin Pédiatre

Médecin responsable de l'unité de Gynéco-Obstétrique

Mme L. LUGANS Médecin Gynécologue Obstétricien

Chef de service de Néonatalogie

Mme FABER Valérie Médecin Pédiatre

Chef de service d'Anesthésiologie

Mr S. THIBAUT Médecin Anesthésiste Réanimateur

Sage-Femme Cadre Supérieur Pôle Obstétrique

Mme DURET Patricia

LES LOCAUX

L'ACCES

Les consultations de gynécologie obstétrique

Situées au rez-de-chaussée de l'Unité Mère Enfant, l'accès se fait à partir du hall central de l'hôpital en traversant le bâtiment en direction de la cafétéria.

Les urgences obstétricales et gynécologiques

Situées au 1^o étage de la tour D.

Si vous arrivez en urgence, vous devez passer par l'accueil des urgences mère-enfant où vous pouvez être déposée en voiture par la rampe d'accès des pompiers. C'est là que vous (ou votre accompagnant) ferez vos étiquettes d'admission.

Ensuite, vous pourrez rejoindre, grâce à une passerelle, les urgences gynécologiques et obstétricales.

LE CONFORT ET LA SECURITE

En Septembre 2020, un nouveau service de consultations gynécologiques et obstétricales

- 10 salles d'examen et de consultation médicale
- 3 salles de monitoring pour le suivi des grossesses
- 1 plateau d'imagerie échographique composé de 3 salles d'échographies
- 1 Centre de Planification et d'Education Familiale (CPEF)

Les urgences gynécologiques et obstétricales

- 3 salles d'examen et de consultation médicale
- 2 salles de surveillance.
- 1 salle d'imagerie échographique

Le bloc maternité

- 3 salles de pré-travail avec des toilettes individuelles



Salle de pré-travail

- 6 salles d'accouchement dont 1 salle « Nature » (baignoire, ballons, suspensions)



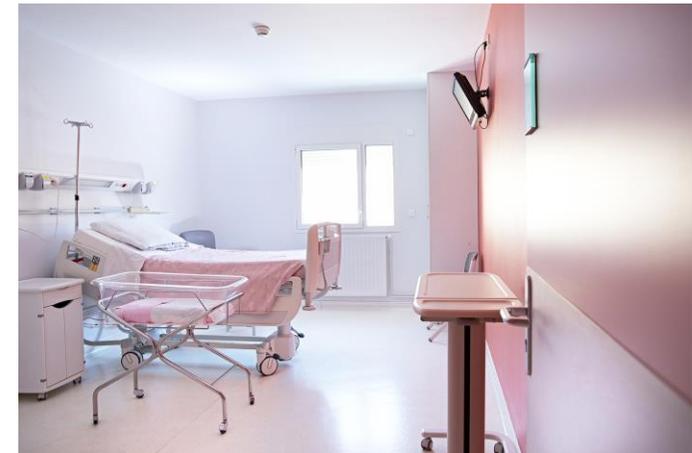
Salle d'accouchement « Nature »

- 2 salles de réanimation néonatale
- 2 blocs opératoires pour les césariennes et 1 salle de surveillance post-opératoire

La maternité

Nous vous accueillons dans une maternité composée :

- D'une unité de suites de couches de 43 chambres (dont deux doubles)
- D'une unité kangourou de 5 lits, permettant l'accueil du nouveau-né nécessitant des soins de néonatalogie, auprès de sa mère
- D'une unité de surveillance de grossesses à risques de 15 chambres individuelles
- D'une unité de gynécologie médicale et chirurgicale composée de 9 chambres individuelles

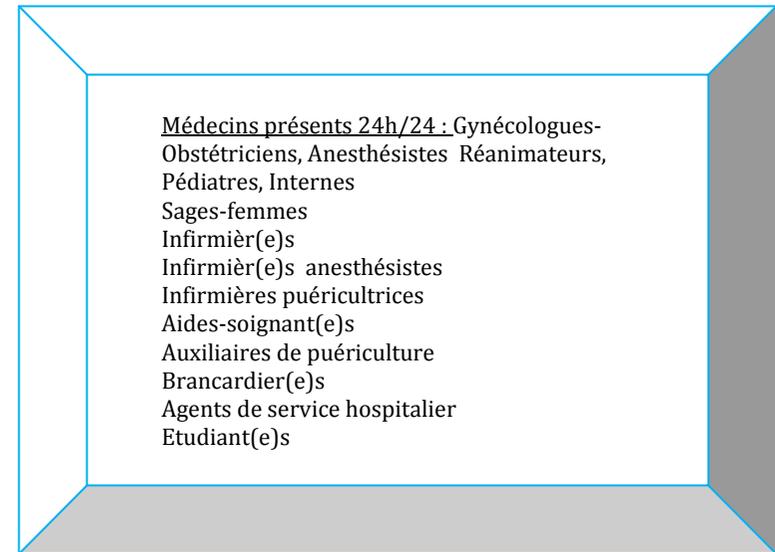


Une chambre de la maternité

Le service de néonatalogie

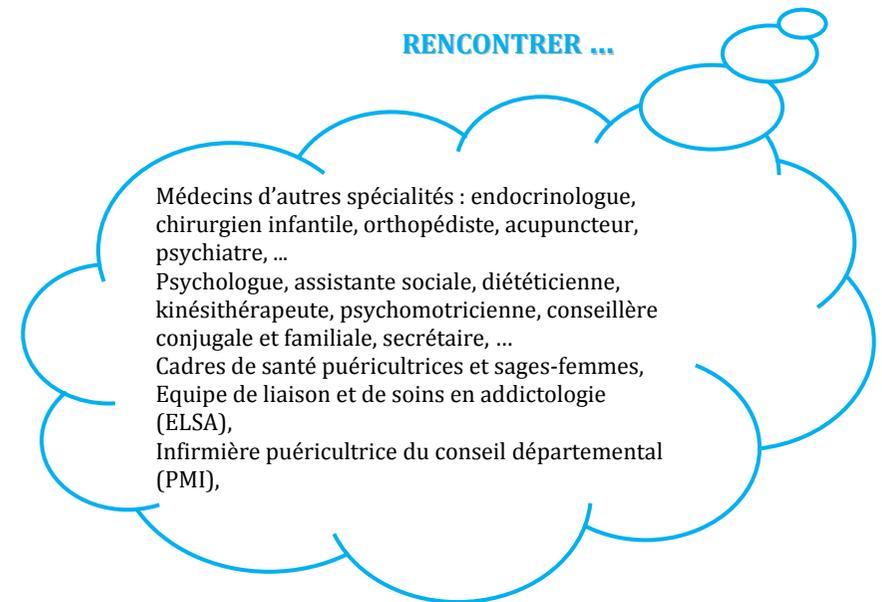
Il est composé de lits de soins intensifs, de lits de néonatalogie et de 2 chambres mère-enfant.

LES PROFESSIONNELS QUE VOUS ALLEZ RENCONTRER



LES PROFESSIONNELS QUE VOUS SEREZ PEUT-ETRE AMENEE A

RENCONTRER ...



Les soins dans notre hôpital public sont dispensés **indifféremment** par des professionnels de santé féminins ou masculins.

VOTRE SUIVI DE GROSSESSE

Nous vous recommandons de faire suivre votre grossesse par votre médecin habituel (gynécologue obstétricien ou généraliste de ville) ou bien par la sage-femme libérale la plus proche de votre domicile (liste disponible aux consultations de la maternité), qui travaillent en étroite collaboration avec notre équipe.

UNE GROSSESSE BIEN SUIVIE C'EST

- **Une consultation par mois jusqu'au terme** assurée par un médecin ou un(e) sage-femme libéral(e).
- **L'entretien du quatrième mois** de grossesse assuré par un médecin ou un(e) sage-femme libéral(e).
- **Les trois échographies** de suivi de grossesse réalisées à 12, 22 et 32 semaines d'aménorrhées ou SA.
- **Les cours de préparation à l'accouchement** : renseignez-vous auprès de votre sage-femme libérale. Une préparation à la naissance est indispensable et permet : une meilleure connaissance de soi, une initiation à la relaxation et aux exercices permettant une adaptation à la grossesse et à l'accouchement, une information sur l'allaitement.



Nous vous proposons au sein de notre unité de consultations

- Un accompagnement à l'arrêt du tabac ou de toute autre dépendance par l'équipe de liaison ELSA.
- **Dès l'échographie du premier trimestre réalisée**, une consultation avec un médecin gynécologue obstétricien afin d'établir un parcours de suivi de grossesse en collaboration avec les professionnels de ville.
- **A partir du huitième mois**, des consultations assurées par les gynécologues obstétriciens et les sages-femmes de notre maternité ; plus tôt si vous avez des antécédents particuliers ou si votre grossesse présente des complications.
Prise de rendez-vous : 04 32 75 36 35 du lundi au vendredi de 8h30 à 17h00.
- **Une consultation obligatoire avec un médecin anesthésiste de l'hôpital** est à programmer à partir de 34SA. Prendre rendez-vous au 04 32 75 30 54 (faites le en même temps que votre prise de rendez-vous avec le médecin gynécologue obstétricien), le rendez-vous doit être programmé après la consultation du huitième mois.



Lors de votre 1^{ère} consultation vous ferez vos étiquettes au bureau des entrées (Hall principal). Nous vous conseillons d'arriver 45 minutes avant la consultation avec votre carte d'identité/ passeport/séjour à jour et livret de famille, votre carte vitale et votre carte de mutuelle. Si votre dossier est complet les étiquettes seront récurrentes pour les prochaines consultations.

Les formalités administratives, votre préadmission

Celle-ci sera faite par les agents du bureau des entrées à l'occasion de la consultation du 9^{ème} mois. Il vous sera alors remis le formulaire de demande de rattachement à la sécurité sociale pour votre enfant (cf. p16).

Si vous souhaitez bénéficier d'une chambre seule (tarifs affichés dans la vitrine de chaque service) :

- Veuillez vérifier que le forfait soit bien pris en charge par votre mutuelle. Si ce n'est pas le cas, la chambre particulière vous sera facturée.
- Lors de votre préadmission, les agents du SGAP vous feront signer un engagement de payer. En cas de refus, vous serez hospitalisée en chambre double et vous ne pourrez en changer.

Si vous bénéficiez de la CMUC, la chambre seule n'est pas prise en charge. Toutefois, si vous souhaitez en bénéficier, vous le pourrez sous réserve du prépaiement en régie d'une provision correspondant à une durée prévisionnelle de séjour de 4 jours. Dans ce cas, vous devrez vous présenter le jour de votre admission munie d'une quittance établie par la régie attestant du paiement. Le cas échéant, si le séjour est plus court que la provision versée, le trop perçu fera l'objet d'un remboursement par le centre des finances publiques. En revanche si la durée de séjour excède la durée prévue initialement, vous devrez régler la différence à la régie où vous recevrez la facture à votre domicile.

Le service de maternité dispose de chambres individuelles et de chambres doubles, selon l'activité du service et la disponibilité des chambres individuelles, vous pourrez être hospitalisée en chambre double même si vous aviez émis le souhait de bénéficier d'une chambre seule.

Après avoir pris connaissance du livret d'accueil et de la façon de travailler en service de gynéco obstétrique, vous avez la possibilité de rédiger votre projet de naissance en précisant ce qui est important pour vous au moment de votre accouchement et de votre hospitalisation.

Vous pouvez transmettre votre projet de naissance aux médecins et/ou aux sages-femmes lors de vos consultations.

PREPAREZ VOS TROUSSEAUX

POUR VOUS

- Tenues confortables (bandeau ou débardeur facilitant l'installation de votre bébé en peau à peau)
 - Culottes jetables ou non
 - Bas ou chaussettes de contention
 - Serviettes hygiéniques
 - Pantoufles
 - Nécessaire de toilette (savon, shampoing, brosse à dents...)
 - Serviettes de toilette, tapis de bain
 - Boîte de mouchoirs
 - 1 stylo + papier
 - Coussin de positionnement ou oreiller
- Pour les mamans qui allaitent : tenue adaptée avec ouverture poitrine facile, soutien-gorge d'allaitement

PREVOYEZ UN SAC POUR LA SALLE DE NAISSANCE AVEC :

1 brumisateuse d'eau, 1 culotte, les vêtements de votre bébé passés en machine au moins une fois

POUR VOTRE BEBE

- 2 brassières + 2 bonnets
- 4 bodys + 4 pyjamas
- 4 paires de chaussons ou de chaussettes
- Bavoirs
- Langes
- Sorties de bain ou serviettes éponge
- 1 paquet de carrés de coton
- 1 savon doux (le plus naturel possible)
- 1 paquet de couches
- 1 petit plaid
- 1 turbulette
- 10 pipettes de sérum physiologique
- 1 thermomètre rectal électronique
- 1 thermomètre de bain

Rappel : les habits et affaires du bébé doivent être lavés en machine au moins une fois.

POURQUOI CONSULTER EN URGENCE ?

Les consultations d'urgences obstétricales sont gérées 24h/24h par un(e) sage-femme et un(e) médecin gynécologue obstétricien au 1^o étage Tour D.

Le service des urgences est situé au premier étage de la Tour D, accessible directement à partir de l'accueil des urgences mère-enfant par une passerelle. Veuillez sonner à l'interphone à l'entrée.



Accueil des urgences par un professionnel de la maternité

A chacun de vos passages aux urgences obstétricales il vous faut faire vos étiquettes aux urgences pédiatriques.

Quels sont les symptômes qui peuvent vous amener à consulter en urgence ?

- Contractions utérines régulières qui progressent en intensité particulièrement si vous n'êtes pas à terme
- Saignements d'origine génitale même peu abondants
- Poche des eaux qui se rompt avec ou sans contractions
- Diminution importante des mouvements de votre bébé
- Forte fièvre
- Chute, accident ou coup sur le ventre

Vous pouvez aussi contacter la (le) sage-femme des urgences au 04 32 75 91 91 si vous êtes inquiète. Elle ou il vous donnera les premiers conseils et jugera s'il est nécessaire de venir consulter.

A CHAQUE CONSULTATION OU HOSPITALISATION

Vous devez fournir :

Votre **Carte vitale**, votre **carte mutuelle** et impérativement votre **carte d'identité ou passeport ou carte de séjour**.

Votre Dossier médical complet !!

Carte de groupe sanguin, Résultats de laboratoire (entre autres le test de dépistage de la trisomie 21), Echographies, Courrier du médecin ou de la (du) sage-femme.

Votre **livret de famille** si vous en possédez un.

LE JOUR DE L'ACCOUCHEMENT OU POUR TOUTE

HOSPITALISATION

Vous ou votre accompagnant(e) faites votre admission auprès de l'accueil des urgences mère-enfant munie de votre carte vitale, carte mutuelle et impérativement de votre pièce d'identité. Veuillez sonner à l'entrée.

L'ACCES AUX URGENCES GYNECO-OBSTETRIQUES ET A LA SALLE DE NAISSANCE

Les bagages volumineux ne sont pas autorisés dans le bloc obstétrical, veuillez les laisser dans votre véhicule. Ne prendre que le petit sac pour la salle de naissance. Sans oublier votre appareil photo !

Une seule personne « désignée » par la maman est autorisée à entrer en salle de naissance et à assister la maman (pas d'échanges possibles).

Par mesure d'hygiène, à l'entrée du bloc obstétrical, la personne « désignée » est priée de se frictionner les mains avec une solution hydro-alcoolique. En période épidémique le port du masque est obligatoire.

HOSPITALISATION PENDANT LA GROSSESSE OU POUR UNE CESARIENNE PROGRAMMEE

Votre hospitalisation sera toujours prise en charge à partir des urgences obstétricales par un(e) sage-femme, un(e) médecin gynécologue obstétricien est présent 24h/24). Les premiers examens (monitoring, bilan sanguin, échographie, ...) y seront réalisés.

Vous serez ensuite accompagnée dans le service de surveillance des grossesses.

Nous travaillons au sein du réseau Méditerranée. Si votre état de santé ou celui de votre enfant relève d'une prise en charge d'une maternité de niveau 3, nous serons amenés à vous transférer vers une structure de niveau 3 du réseau Méditerranée (et parfois d'un autre réseau régional).

VOTRE ACCOMPAGNEMENT PAR DES PROFESSIONNELS EN SALLE DE NAISSANCE

En salle de naissance, vous serez accueillie et accompagnée par des sages-femmes, des aides-soignant(e)s et des auxiliaires de puériculture.

En l'absence de toute complication, l'accouchement est réalisé par un(e) sage-femme.

En cas de nécessité, la (le) sage-femme peut faire appel à un médecin de garde : un(e) obstétricien, un(e) anesthésiste et un(e) pédiatre sont présents 24h/24 à la maternité.

Nous avons à cœur d'associer accompagnement naturel et sécurité. Nos sages-femmes sont pour la plupart formé(e)s à la méthode de « De Gasquet ». Vous trouverez en salle de naissance des coussins de positionnement, des ballons, voire même en salle nature une baignoire et des suspensions.



Vous pouvez si vous le souhaitez et en l'absence de contre-indication demander une analgésie péridurale 24h/24. En 2020, le taux de péridurale était de 66%.

Si nécessaire, une décision de césarienne peut être prise à tout moment par le médecin gynécologue-obstétricien. Celle-ci sera alors réalisée dans une de nos deux salles opératoires au sein du bloc d'accouchement. Votre accompagnant(e) vous retrouvera vous et votre bébé en salle de surveillance post-opératoire, dès que les conditions médicales le permettront.

En cas de césarienne programmée et uniquement dans ce cas-là votre accompagnant(e) peut être présent à vos côtés en salle opératoire sous réserve de la validation du médecin gynécologue obstétricien et du médecin anesthésiste réanimateur.

Après l'accouchement vous serez surveillée en salle de naissance pendant deux à trois heures. Puis vous serez accompagnée avec votre bébé dans votre chambre en maternité.

L'ACCUEIL DE VOTRE ENFANT A LA NAISSANCE

Votre enfant sera installé en peau à peau dès sa venue au monde en l'absence de contre-indication médicale. Le bébé peut également être installé en peau à peau avec votre accompagnant, si vous le souhaitez.

Si vous avez fait le choix d'allaiter, le moment sera propice à la première mise au sein.

Les premiers soins à votre enfant sont faits à vos côtés en salle d'accouchement, car chacune d'elles est aménagée avec un espace nouveau-né.



Espace bébé en salle de naissance

C'est un(e) sage- femme qui examinera votre enfant à la naissance, l'intervention d'un(e) pédiatre peut s'avérer nécessaire.

Deux bracelets d'identification seront alors mis à votre enfant et conservés jusqu'à sa sortie.

Nous ne baignons pas les bébés après la naissance, afin d'éviter qu'ils n'aient froid et pour qu'ils conservent le vernix caseosa, une substance cireuse qui recouvre et protège la peau des nouveau-nés.

Pensez à vos appareils photos (préférez le mode sans flash) et caméras, afin d'immortaliser les premiers moments de votre enfant. Votre accompagnant les gardera toujours avec lui par mesure de sécurité.

VOTRE SEJOUR

PRESENTATION DES UNITES D'HOSPITALISATION

DEUX UNITES DE SUITES DE COUCHES

Secteur 1 (chambre 401 à 421)

21 chambres individuelles, dont cinq chambres kangourou pour une surveillance rapprochée de l'enfant.

Secteur 2 (chambres 422 à 441)

20 chambres dont 2 chambres doubles.

Les chambres sont toutes équipées d'un espace bébé avec baignoire et table à langer.



Espace bébé dans chaque chambre

UNE UNITE DE SURVEILLANCE DES GROSSESSES PATHOLOGIQUES ET DE GYNECOLOGIE MEDICALE ET CHIRURGICALE

Secteur 3

Une unité de surveillance des grossesses pathologiques (chambre 442 à 457)
15 chambres individuelles.

Une unité de gynécologie médicale et chirurgicale (chambre 458 à 466)
9 chambres individuelles.

Le forfait journalier est affiché dans chaque chambre.
Pour bénéficier d'une chambre particulière (cf. p. 6).

L'ACCUEIL DANS LES UNITES DE SOINS

En maternité, l'accueil est assuré par une auxiliaire mère-enfant (AME), une infirmière puéricultrice et un(e) sage-femme.

En unité de surveillance des grossesses, vous serez accueillie une AME et un(e) sage-femme.

En unité de gynécologie, l'accueil est assuré par un(e) aide-soignant(e) et une infirmière.

Le livret d'accueil et un questionnaire d'appréciation vous seront remis lors de votre admission. Le questionnaire d'évaluation du séjour est à remettre à l'équipe ou à déposer dans la boîte aux lettres située dans le hall du service. Vos suggestions sont les bienvenues et nous permettent de maintenir et d'améliorer la qualité de notre prise en charge.

L'ACCOMPAGNEMENT ET LES SOINS

Dans l'unité de surveillance des grossesses

L'équipe médicale et soignante se réunit tous les matins afin d'évoquer chaque dossier de patientes et prendre les décisions nécessaires.

Enfin, tous les matins le médecin référent de l'unité effectue avec la (le) sage-femme et l'interne une visite des patientes. C'est l'occasion de faire un point avec vous sur l'évolution de votre état de santé et celle de votre enfant.

Lors de situation particulière, une rencontre avec un (e) pédiatre néonatalogue peut être organisée.

En maternité

L'équipe veille à organiser les soins de la mère et de l'enfant bain/peau à peau/toise/allaitement/adaptation des soins en fonction du rythme de la mère et de l'enfant/portage.

Un (une) médecin gynécologue obstétricien est présent 24h/24 et vous verra si votre état de santé le nécessite.

Un pédiatre est présent 24h/24 et peut intervenir à tout moment si l'état de santé de votre enfant le nécessite.

Il examine systématiquement votre enfant dans les heures qui suivent la naissance et avant le retour à votre domicile.

Plusieurs tests de dépistage pour votre enfant vous seront expliqués et proposés :

**Le dépistage
auditif
systématique**

Le test de Guthrie

Réalisé au 3^e jour de vie, il permet de diagnostiquer certaines maladies rares et de les prendre en charge au plus tôt.

Une assistante sociale, des conseillères conjugales et familiales, un(e) kinésithérapeute, un(e) psychomotricien(ne) et un(e) psychologue sont également présents dans notre maternité.

Une aide à l'arrêt du tabac ou toute autre dépendance peut vous être proposée par l'équipe de liaison ELSA.

Les agents des services d'entretien assurent l'entretien des locaux et de votre chambre tous les jours.

LA PRESENCE DE LA PERSONNE « DESIGNEE » PAR LA MAMAN

La personne « désignée » par la maman peut être présente auprès d'elle et de son enfant H24, elle a la possibilité de passer la nuit auprès de la patiente et / ou de bénéficier du service d'un repas accompagnant qui sera facturé. Par respect pour les patientes hospitalisées en chambre double la personne « désignée » n'a pas la possibilité de rester la nuit.

La personne « désignée » s'engage à régler les frais de repas avant la sortie : du lundi au vendredi de 8h à 16h au service de gestion administrative des patients dans le hall de l'hôpital. Si les prestations ne peuvent pas être réglées avant la sortie, une facture sera envoyée au domicile à posteriori. Un document spécifique sera distribué par l'équipe de maternité, il devra être rempli, signé et remis aux professionnels qui s'occupent de la patiente.

Toutes les chambres de maternité et de surveillance des grossesses sont équipées de fauteuils-lits accompagnants.

Si la personne « désignée » souhaite être présente la nuit un lot de draps lui est distribué. Elle s'engage à repositionner le lit en fauteuil à partir de 9h et à ranger les draps. Elle doit respecter le matériel mis à disposition dans la chambre et présenter une tenue correcte par respect envers le personnel de maternité.

En cas de détérioration du matériel et du non-respect de ces règles, l'accès aux locaux pourra lui être interdit.

LA DUREE DU SEJOUR

La durée du séjour est variable et dépend du mode d'accouchement, de votre santé et de celle du bébé.

En moyenne, pour un accouchement la durée de séjour est de 3 à 4 jours (sans compter le jour de l'accouchement).

Pour une césarienne, il faut compter 5 jours en moyenne.

ENTRETIEN MEDICAL

Si vous ou votre personne de confiance souhaitez vous informer de votre état de santé ou de celui de votre nouveau-né, un entretien vous / lui sera proposé par l'un des médecins de l'unité. Veuillez prendre rendez-vous directement auprès du médecin, de la (du) sage-femme ou de l'infirmière puéricultrice.

LE CERTIFICAT DE NAISSANCE

Votre nouveau-né **doit être déclaré dans un délai légal de 5 jours** (sans compter le jour de l'accouchement) après sa naissance par vous-même ou la personne de votre choix directement au bureau de l'état civil, au sein de la maternité. Le bureau est ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h. Vous pouvez également vous rendre en mairie pour effectuer la déclaration de naissance. Plusieurs exemplaires d'actes de naissances vous seront alors remis.

LES VISITEURS

Les visites sont autorisées de 12 h à 20h. Les modalités de visites peuvent être modifiées en fonction de la situation sanitaire et épidémique.

Les visites sont interdites **aux enfants de moins de 15 ans** sauf les frères et sœurs du bébé, sous réserve que ces derniers ne soient pas malades. Afin de respecter votre repos et celui de votre nouveau-né nous vous demandons : d'éviter les visites longues et bruyantes, de limiter le nombre de visiteurs dans la chambre et d'observer le silence dans les couloirs.

Pour les enfants en Unité Kangourou, du fait de leur fragilité, nous vous demandons de limiter le nombre de personnes présentes dans les chambres.

En période d'épidémie, les visites sont autorisées uniquement pour l'accompagnant(e) « désigné(e) » par la patiente. Le port du masque ainsi que la désinfection des mains de manière systématique se feront dès l'entrée du service où le nécessaire est à votre disposition.

LES PRESTATIONS

Chaque chambre possède une salle d'eau avec douche à l'italienne et WC.

Téléphone : votre ligne est mise en service automatiquement dès votre arrivée dans le service, vous pouvez donc recevoir des appels. Pour émettre des appels vous devez régler le forfait téléphonique au bureau des entrées.

Télévision : toutes les chambres en sont équipées. La mise en service se fait au local TV (à côté du bureau des entrées), du lundi au vendredi de 9h30 à 17h30 et le samedi de 9h00 à 12h00. En dehors des heures d'ouverture, merci de bien vouloir téléphoner au 8797.

Une télécommande vous est alors remise et sera à ramener au local TV le jour de la sortie (sauf le dimanche).

WIFI gratuit : demandez le code dans votre unité d'hospitalisation.

Coffre-fort : Chaque chambre est équipée d'un petit coffre-fort, cependant, **il est conseillé de garder l'argent et vos objets de valeur à votre domicile.**

LE RETOUR A LA MAISON

LES CONSEILS DE SORTIE

Des petits films sur l'ensemble des conseils de sortie sont proposés et diffusés sur les télévisions des chambres. Il y a également un film avec l'intervention d'un pédiatre endocrinologue pour sensibiliser sur les perturbateurs endocriniens. L'objectif est que vous puissiez les regarder et revoir avec les professionnels les points qui vous questionnent.

Nos livrets de conseils vous seront remis :

- Conseils de sortie pour les mamans
- Allaitement maternel : le livret pourra vous accompagner tout au long de votre allaitement. Vous bénéficierez également de conseils concernant la préparation des biberons et la quantité de lait à donner à votre nouveau-né

Un(e) sage-femme libéral(e) pourra venir vous accompagner lors de votre retour à domicile et vous sera proposée. Dans ce cas, les modalités vous seront communiquées durant votre séjour.

Lors de votre retour à domicile, il vous sera possible d'être assistée par une infirmière puéricultrice de PMI.

Les sorties précoces sont possibles dans certaines conditions, pour cela veuillez contacter dès à présent un(e) sage-femme libéral(e) qui accompagnera votre retour à domicile.

EXAMEN MEDICAL

Le matin de votre sortie, la(le) sage-femme fera votre examen médical et vos ordonnances de sortie vous seront remises.

Le(la) pédiatre passera dans votre chambre faire l'examen de sortie de votre nouveau-né.

L'infirmière puéricultrice vous remettra les ordonnances de votre bébé, ainsi que son carnet de santé rempli par le pédiatre.

Pour un retour à domicile en toute sérénité

Pensez à noter toutes vos questions et n'hésitez pas à les poser aux professionnels qui sont à votre écoute.

HORAIRES DE SORTIE

Le jour de la sortie, la chambre doit être libérée avant 10h. Vous devez vous organiser la veille pour respecter cet horaire.

Si ce n'est pas le cas et que nous ayons besoin de votre chambre pour accueillir une nouvelle accouchée, nous pourrions être dans l'obligation de vous installer dans le salon des familles en attendant votre départ.

FORMALITES DE SORTIE

Merci de bien vouloir remplir le questionnaire de sortie.

Pensez à ramener la télécommande au local TV avant la sortie.

PREVOIR POUR LA SORTIE POUR VOTRE ENFANT

- Biberons et lait adapté si vous n'allaites pas
- Nécessaire de toilette
- Nécessaire pour le couchage
- Nécessaire pour le transport en sécurité

SUIVI POST-NATAL

Prenez rendez-vous dès la sortie de la maternité avec :

- Un (e) médecin gynécologue obstétricien, votre médecin traitant ou un(e) sage-femme libérale pour la visite post-natale obligatoire dans les deux mois (prescription des séances de rééducation périnéale +/- abdominale).
- Un (e) pédiatre ou médecin généraliste pour la visite obligatoire du premier mois de vie de votre enfant.

Toute l'équipe de la maternité vous souhaite un agréable séjour !

LE PEAU A PEAU

« Un instant précieux de contact et d'échange avec votre bébé »



POURQUOI ?

Pour votre bébé

- Réconforté par votre voix, votre odeur et votre rythme cardiaque, il est plus calme, il dort mieux.
 - Il se sent en sécurité, il respire mieux et son cœur bat plus régulièrement.
 - Il régule mieux sa température grâce à votre chaleur.
- Tout cela va faciliter son développement.

Pour vous (maman et 2^{ème} parent)

- Prendre confiance en vous et vous sentir « utile ».
- Diminuer votre d'anxiété.
- Partager de beaux moments d'intimité.
- Tisser un lien plus paisible avec votre bébé.



Si vous allaitez

- La montée de lait est favorisée.
- La production de lait est augmentée.
- Les mises au sein respectent plus le rythme de votre bébé.
- L'allaitement se prolonge souvent sur une plus longue durée.

QUAND ?

- Lorsque votre bébé est capable d'en profiter.
- Quand vous, parents, vous vous sentirez prêts.
- De préférence quand votre bébé est en phase d'éveil.
- A n'importe quelle heure de la journée ou de la nuit.

COMBIEN DE TEMPS ?

- Pas de limite, donc un maximum dans la journée.
- Sur un temps suffisamment long pour permettre à chacun d'en profiter pleinement, tout en respectant le rythme de votre bébé (sommeil, digestion).

COMMENT ?

- Avec l'aide du personnel soignant.
- Bien installé dans un fauteuil avec un coussin d'allaitement.
- Avec un bandeau, tee-shirt large, écharpe de portage, jersey ou tee-shirt d'allaitement qui puisse contenir votre bébé contre vous.
- Dans un environnement calme.
- Après s'être lavé les mains.

Le temps du peau à peau permet de se retrouver, de partager des moments d'intimité, de se réchauffer ensemble, de se rassurer, de se découvrir, de s'apaiser mutuellement, il favorise l'allaitement.

Vous vous posez des questions ? Vous avez peur de lui faire mal ? D'être maladroit ? Vous avez des craintes ?

Nous sommes là pour répondre à toutes vos questions, alors n'hésitez pas, parlez-nous en...

 **Notre maternité s'inscrit dans une démarche écoresponsable soucieuse de la santé environnementale pour le devenir des nouveau-nés et des parturientes.**

Depuis 2012 nous avons mis en place le recyclage des nourrettes de lait (biberons) et en 2020, nous avons débuté un programme maternité-écoresponsable avec des méthodes de fonctionnement incluant systématiquement une réflexion sur notre impact sanitaire et environnemental.

Nous sommes également inscrits en démarche de certification IHAB (Initiative Hôpital Ami des Bébés).

Informations complémentaires / Liens à télécharger :

- Le guide de l'allaitement maternel
 - Les 1000 premiers jours
- <https://www.santepubliquefrance.fr/>
 - Ameli.fr

Numéros de téléphone :

- ✓ Standard de l'hôpital : 04 32 75 33 33
- ✓ Prise de rendez-vous suivi de grossesse : 04 32 75 36 35
- ✓ Urgence maternité 24h/24h : 04 32 75 91 91