

La maternité :

Bébé & vous



■ Lors de votre admission pour votre accouchement

Pensez à apporter, les documents relatifs à votre grossesse :

- > Votre carte de groupe sanguin certifié par 2 prélèvements au même nom
- > Votre dossier de suivi de grossesse avec vos documents médicaux **imprimés** : radiographies, bilans sanguins, électrocardio-grammes, échographies, ECBU, examens bucco-dentaires...
- > Votre carnet de santé et celui de votre conjoint
- > La ou les ordonnances pour les traitements en cours
- > Votre carte vitale à jour ou une attestation d'ouverture de droits
- > Votre carte de mutuelle (renseignez vous si possibilité de prise en charge pour une chambre seule)
- > S'il y a lieu, la notification de prise en charge à 100 % des soins, ou la décision d'admission à la C.M.U. (Couverture Maladie Universelle)
- > Votre livret de famille et votre carte d'identité
- > Le cas échéant, la reconnaissance anticipée effectuée par les parents non mariés

■ Lors de votre accouchement au BLOC OBSTÉTRICAL

Il faut prévoir pour le bébé :

- > un body manches longues, un pyjama (en velours avec des manches longues et des pieds), une brassière de laine, des chaussons ou chaussettes, un bonnet de laine
- > une turbulette chaude en toute saison
- > une couverture polaire

Il faut prévoir pour la maman :

- > des affaires de toilette, une serviette de bain et des chaussons
- > un tee-shirt ou un débardeur extensible ou un bandeau de grossesse ou minilou pour faire du peau à peau après la naissance

Une chemise vous sera procurée pour l'accouchement

Pour des raisons d'hygiène et de commodité, les valises ne sont pas acceptées en salle de naissance. Vous vous ferez apporter le reste de vos affaires, une fois installée dans votre chambre en maternité.

■ Le nécessaire pour le séjour à la maternité

POUR LA MAMAN

- > Des tenues pour vous vêtir (jour et nuit.)
- > Des sous-vêtements (soutien-gorge, slips en filet)
- > Vos affaires de toilette (trousse et serviettes)
- > Des chaussons

Des serviettes périodiques vous seront fournies pour les premiers jours. Nous vous demandons d'en prévoir quelques-unes.

Si vous envisagez d'allaiter :

- > Un soutien-gorge d'allaitement est conseillé dès le premier jour
- > Des vêtements ouvrant sur le devant ou faciles à relever
- > Pour votre confort, prévoir un coussin d'allaitement

Si vous envisagez de porter votre bébé :

- > Un moyen de portage si vous en possédez déjà un : écharpe, sling, porte bébé physiologique.



POUR LE BÉBÉ

Pour le confort et l'hygiène de votre bébé, il sera nécessaire de lui prévoir plusieurs tenues :

- > 7 bodies en coton à manches longues
- > 3 brassières de laine
- > 2 paires de chaussons de laine en toutes saisons (ou chaussettes)
- > 2 bonnets de laine
- > 5 à 7 pyjamas en velours quelque soit la saison, pour toute la durée du séjour
- > 2 gigoteuses
- > Une petite couverture
- > Des bavoirs
- > 2 capes de bain
- > Une petite brosse à cheveux et un peigne
- > Un thermomètre digital à embout dur
- > Un thermomètre de bain basique

Le coton, les produits de soins pour le change de bébé, les couches à usage unique sont fournis par le CHD Vendée, pendant le séjour.



■ Prévoir pour la sortie de Bébé

- > Une tenue complète : 3 épaisseurs (body + brassière de laine + pyjama ou tenue) et un bonnet
- > Un nid d'ange (qui s'adapte au cosi ou siège auto) et une petite couverture
- > Un moyen de transport adapté au poids de l'enfant et respectant les règles de sécurité (siège auto de groupe 0 ou 0+ placé dos à la route à l'avant ou à l'arrière de la voiture ou lit nacelle disposé parallèlement au dossier de la banquette arrière et fixé par des sangles aux points d'ancrage des ceintures de sécurité)



■ Le contact peau à peau dès la naissance

À la naissance, votre enfant est placé nu contre votre corps. Son visage est dégagé. Vous et votre enfant, êtes recouverts. Votre bébé porte un bonnet.

Ce peau à peau précoce et prolongé va permettre à votre bébé :

- > D'éviter son refroidissement
- > D'améliorer son bien-être
- > De diminuer une douleur possible
- > De favoriser une meilleure adaptation à la naissance
- > De renforcer ses échanges avec vous

Possibilité de proposer une tétée : le colostrum donné à votre bébé lors de cette tétée lui sera bénéfique quel que soit votre projet d'alimentation.

Afin d'en prolonger les bienfaits, le transfert de la salle de naissance vers la chambre de maternité, pourra se faire en laissant votre bébé en peau à peau et ce jusqu'à la prochaine alimentation.

Pour le bien-être de votre bébé et le vôtre, le peau à peau sera proposé tout au long du séjour (à vous et à votre conjoint). Ses bénéfices seront d'autant plus importants que vous en profiterez avec votre bébé longuement et souvent.

■ La cohabitation mère - bébé 24h /24

Afin de prendre le temps de connaître votre enfant et de le découvrir, il vous sera proposé de le garder près de vous tout au long de votre séjour.

Cette proximité va créer une complicité et vous permettra de repérer les signes d'éveil de votre bébé pour répondre à ses besoins.

Afin de profiter du peau à peau en toute intimité et de découvrir votre enfant et votre nouveau rôle de parents, nous vous conseillons de limiter les visites à votre conjoint et à vos aînés le temps de votre séjour à la maternité.



■ Les rythmes et les besoins de votre bébé

Les premiers jours, le rythme de vie de votre bébé est souvent inversé du votre. Il peut beaucoup dormir pendant la journée, et plus rechercher votre contact par des pleurs la nuit. Votre bébé n'a pas encore la sensation de faim, mais il éprouve un grand besoin de succion. Pour favoriser son bien-être, votre bébé a besoin d'être câliné.

Votre bébé manifeste des signes d'éveil par des petits grognements, des petites plaintes, de l'agitation, un réflexe de foussement, des mouvements de succion (le bébé « tétouille » et suce ses doigts). Il est donc important de suivre son rythme pour les soins.

Ainsi, le bain ne sera pas réalisé systématiquement tous les jours en maternité. Il sera fait en fonction du terme, du poids et de la température de votre bébé.

Les alimentations sont proposées à votre bébé, à la demande, en fonction des signes d'éveil, de son poids et son terme.

Quelque soit votre projet d'alimentation pour votre bébé, l'équipe vous accompagnera et vous conseillera. S'agissant du biberon, des repères vous seront donnés pour la préparation et la façon de donner un biberon.

■ Vos besoins

Après la naissance de bébé, pour bien récupérer et prendre confiance en vous, il est recommandé de vous reposer et de faire des siestes. Pour profiter des moments d'échange avec votre bébé, il est important de vous installer confortablement.

Le conjoint est là pour vous soutenir : il peut s'occuper du bébé en le berçant, le portant, le baignant, le promenant...



■ Les bénéfices de l'allaitement maternel

POUR LA MÈRE

- > Diminution des pertes sanguines
- > Diminution du risque d'infection du post-partum
- > Diminution du risque de dépression du post-partum
- > Diminution du risque de cancer du sein ou de l'ovaire avant la ménopause, du risque du diabète de type 2 et du risque de maladies cardio-vasculaires
- > Perte de poids plus rapide pour la mère dans les 6 premiers mois après l'accouchement
- > Intérêt économique : pas de matériel à acheter ou à transporter
- > Gain de temps : pas de préparation ou de transport de biberons
- > Motivation supplémentaire pour poursuivre un sevrage tabagique

POUR LE BÉBÉ

- > Protection digestive
- > Éducation aux différents goûts (par l'intermédiaire de l'alimentation de la mère qui modifie le goût du lait)
- > Aliment évolutif adapté à l'enfant : composition variable au cours de la tétée, de la journée et au cours du temps
- > Protection contre les diarrhées et maux de ventre, les infections respiratoires, les otites
- > Diminution du risque d'obésité et de surpoids, du risque de diabète type 2 et du risque d'eczéma (pendant l'allaitement)

■ L'allaitement maternel en pratique

LE DÉMARRAGE PRÉCOCE DE L'ALLAITEMENT.

Le peau à peau sera bénéfique pour l'allaitement maternel.

- > Réflexe de fouissement favorisé (laissé tranquille sur le ventre de sa mère, le nouveau-né se positionne seul en rampant jusqu'au mamelon)
- > Apprentissage olfactif (c'est l'odeur qui guide le bébé sur le sein)
- > Libération d'hormone permettant l'éjection du lait
- > Allaitement facilité et durée augmenté

Une première tétée est proposée dès la salle de naissance, le plus tôt possible après la naissance.

L'apprentissage se fait sur plusieurs jours. Le lait évolue du colostrum au lait mature et la succion évolue.

Au cours du séjour, les contacts au sein précoces et répétés quelques soient le terme et le poids du nouveau-né sont proposés. La cohabitation mère/bébé 24h/24h est bénéfique car elle est propice à l'allaitement.

La règle d'or est de nourrir votre bébé dès les signes d'éveil et si possible sans attendre ses pleurs.

DES TÉTÉES FRÉQUENTES POUR ASSURER UNE LACTATION SUFFISANTE

Chaque bébé est différent, il n'y a pas de limite au nombre de tétées, pas d'intervalle fixe à respecter. **En moyenne, un bébé peut téter de 8 à 12 fois par 24h les premiers mois pour bien grandir et se développer. Il est très important de laisser téter votre enfant le plus souvent possible.**

LE RISQUE LIÉ À L'UTILISATION DES SUCETTES ET TÉTINES POUR UN BÉBÉ ALLAITÉ

L'utilisation d'une tétine peut être à l'origine de tétées moins fréquentes et plus courtes. Ceci perturbe la succion de l'enfant au sein, pouvant ainsi compliquer la conduite de l'allaitement et diminuer sa durée.

■ Le soutien à l'allaitement

Au cours des premiers jours, des difficultés peuvent se présenter. Des professionnels formés seront présents pour vous accompagner. Ils vous aideront à bien vous positionner et à bien positionner votre enfant.

**Des consultations individuelles vous sont proposées
PENDANT la grossesse et APRÈS le retour à la maison.
Pour prendre rendez-vous, contactez le 02 51 44 61 98**

■ L'allaitement dans la durée

Le rythme des tétées varie selon les enfants, il peut diminuer ou augmenter certains jours. A certaines périodes, l'enfant réclame un peu plus le sein pour des raisons variables : croissance, maladie de l'enfant...

Il est possible de concilier allaitement et reprise du travail. Pour ce faire, une organisation est nécessaire. Les professionnels de la maternité pourront vous renseigner.

L'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) recommande depuis mai 2001, un allaitement maternel exclusif pendant les 6 premiers mois de la vie, et la poursuite de l'allaitement jusqu'à l'âge de 2 ans. Il n'y a pas de raison d'introduire d'autre aliment avant 6 mois sauf raison médicale.



■ Informations complémentaires

Les chambres individuelles sont soumises à une tarification supplémentaire journalière pouvant être prise en charge par votre mutuelle complémentaire, soit en totalité, soit partiellement. Prenez la précaution de vérifier la prise en charge auprès de votre mutuelle.

La consultation pré-anesthésique est obligatoire.

Prendre contact auprès du secrétariat de gynéco-obstétrique : 02.51.44.61.82 pour prendre rendez-vous avec un anesthésiste. La consultation se passe dans le service de Grossesses à Risques/Gynécologie (niv. -1).

Césarienne : le conjoint peut être présent lors des césariennes non urgentes (césariennes programmées ou en cours de travail si situation non grave, stagnation etc.).

■ Le relais après la maternité

PROFESSIONNELS RESSOURCES

> Centre Périnatal de Proximité de Montaigu

du Lundi au Vendredi 9h-17h30 et le Samedi 9h-13h

Tél : 02.51.45.40.69

> Centre Périnatal de Proximité de Luçon

du Lundi au Vendredi 9h-12h30 et 14h-17h

Tél : 02.51.28.33.66

> CHD Vendée - Secrétariat pédiatrie

Tél : 02.51.44.62.01

> Site internet « etreparent85.fr »

(CAF, Conseil général, Direction Départementale de la Cohésion Sociale)

> Puéricultrices de PMI

(Protection Maternelle et Infantile)

CONSULTATIONS D'ALLAITEMENT MATERNEL

> CHD Vendée - La Roche-sur-Yon

Le vendredi sur rendez-vous

Tél. maternité : 02.51.44.61.91

Tél. néonatalogie : 02.51.44.61.98



ASSOCIATIONS EN VENDÉE

> Jumeaux et plus

Information des parents ; soutien moral et psychologique ; aide matérielle

www.jumeauxetplus85.fr

Tél. 06 14 10 63 41 – E-mail : contact@jumeauxetplus85.fr

Permanences de l'association : tous les 1^{ers} samedis du mois

> Leche league

Soutenir et encourager l'allaitement maternel favorisé par une bonne relation mère enfant

www.lllfrance.org

– 85-LLLFF La Roche Allaitement – E-mail : lllarocheallaitement@hotmail.com

– 85-LLLFF Entre Vendée et Deux-Sèvres (La Chataigneraie) – Tél. 02 51 00 20 11

– 85-LLLFF Nord Vendée (Les Herbiers) – Tél. 02 51 64 03 85

> SOS Préma

Aide aux parents d'enfants prématurés

www.sosprema.com – Tél. 08 00 96 60 60

> Aides à domicile

Contactez votre mairie ou la MDSF de votre commune

> Associations de portage

– Porter son enfant : <https://portersonenfant.fr/lieu/vendee/> ou <https://portersonenfant.fr/atelier/si-pres-du-coeur-ateliers-de-portage-en-vendee-85/>

– Le Kangourou Psychomot : <https://lekangouroupsychomot.fr>

– Parent'aise 85 : <https://www.facebook.com/PARENTaise85/>

– Petites Graines d'amour : <https://petitesgrainesdamour.fr/atelier-de-portage-physiologique-bebe-vendee-petitesgrainesdamour/>

– Le Lien du Cœur : <https://lelienducoeur.com>

– Agapedyos : <https://www.agapedyos.fr>

– Ce qui nous lie : <https://www.facebook.com/cequinouslie85/>

– Chouchous : <https://www.chouchous.fr/ateliers-de-portage-a-st-hilaire-de-riez-en-vendee.html>

– Laetitia Laurent : <https://love-radius.com/monitrices/laetitia-laurent-2>

– A Cordon Nous : <https://www.acordonnous.fr>

– Si près du Cœur : <https://sipresducoeur.com/prestations-tarifs/au-retour-a-la-maison/portage-physiologique/>

– Dans les mains de Chloé : <https://danslesmainsdechloe.fr/prestations/portage-bebe/>

CENTRE HOSPITALIER DÉPARTEMENTAL VENDÉE
site de La Roche-sur-Yon

Les Oudairies
85925 LA ROCHE-SUR-YON CEDEX 9
Tél. 02.51.44.61.61

Maternité : 02.51.44.61.91
Bloc Obstétrical : 02 51 44 62 18

CENTRE HOSPITALIER DÉPARTEMENTAL VENDÉE
site de Luçon

41 rue Henry RENAUD
BP 159
85407 LUÇON CEDEX
Tél. 02.51.28.33.33

CENTRE HOSPITALIER DÉPARTEMENTAL VENDÉE
site de Montaigu

54 rue St Jacques
85602 MONTAIGU CEDEX
Tél. 02.51.45.40.00

www.chd-vendee.fr

