

—Livret d'accueil—  
**maternité**



# Bienvenue

## à la maternité du Pôle Santé Sarthe et Loir

### La maternité

Une équipe de professionnels vous propose un accueil personnalisé dans un service à dimension humaine alliant sécurité et proximité.

## Les numéros utiles

- Une équipe joignable 24h/24 et 7j/7 en téléphonant au

**☎ 02 44 71 30 00**

(standard)

et en demandant la sage-femme du service maternité.

- Pour prendre un rendez-vous

avec un gynécologue, un pédiatre ou une sage-femme

**☎ 02 44 71 30 30**

## Au sommaire de ce livret

Nos atouts .....	p.3
L'équipe.....	p.4
Les consultations.....	p.5
La préparation à l'accouchement .....	p.6
Les préparatifs à l'entrée.....	p.8
L'accouchement.....	p.10
Le séjour.....	p.11
La sortie.....	p.12



## Centre Hospitalier Sarthe et Loir

La Chasse du Point du Jour

CS 10129 - Le Bailleul - 72205 La Flèche Cedex

[www.ch-polesantesartheloir.fr](http://www.ch-polesantesartheloir.fr)



Rejoignez-nous !



# Nos atouts



## La maternité se compose de :

- **15** chambres individuelles
- **3** salles d'accouchement
- **1** salle de pré travail
- **1** salle nature avec balnéo détente

- Une maternité conviviale à **taille humaine**
- Des équipes **disponibles** à l'écoute de votre projet
- Un **service de pédiatrie** attaché à la maternité
- Des équipes formées au **massage bébé** et au soutien de **l'allaitement maternel**
- Des consultations de **spécialités** : acupuncture, tabacologie ...
- Une **équipe pluridisciplinaire** pour une prise en charge optimale

## Votre chambre

Toutes les chambres sont individuelles et pourvues d'un cabinet de toilette avec douche, d'un meuble à langer équipé d'une baignoire pour le bébé.



# L'équipe qui vous accompagne

« Une équipe présente  
24 heures/24  
et 7 jours/7 »



## L'équipe médicale

### Gynécologues- obstétriciens, Anesthésistes, Pédiatres

Ils sont responsables de la surveillance clinique et des traitements médicaux. Ils sont présents 24 heures /24 pour répondre à la qualité et la sécurité de votre prise en charge.

### Sages-femmes

Présentes à chaque étape de votre maternité, elles restent vos interlocuteurs privilégiés. Leur rôle est de surveiller la grossesse, animer les séances de préparation à la naissance, assurer les accouchements physiologiques et la surveillance de la mère et du bébé pendant le séjour.

## L'équipe paramédicale

### Auxiliaires de puériculture et aides-soignantes

Elles assistent la sage-femme dans la prise en charge le jour de la naissance. Elles s'occupent des soins des nouveaux-nés. Elles vous initient aux soins de votre bébé. Elles seront à votre écoute pour assurer votre confort et votre bien-être.



### Selon vos besoins, ou ceux de votre enfant,

**d'autres professionnels** peuvent intervenir dans le service : assistante sociale, diététicienne, kinésithérapeute, ostéopathe, psychologue ...

# Les consultations

Les gynécologues et les sages-femmes consultent du lundi au vendredi au centre hospitalier.

☎ 02 44 71 30 30



## Consultations prénatales

Durant la grossesse, 7 consultations sont recommandées:

À partir du 4<sup>ème</sup> mois de la grossesse et jusqu'à l'accouchement, un examen par mois est obligatoire et peut être réalisé par votre médecin généraliste, votre gynécologue-obstétricien, votre sage-femme libérale ou bien dans le service de consultations du PSSL avec un gynécologue ou une sage-femme de l'équipe.

Quelle que soit votre décision, il est nécessaire que vous soyez suivie dans le service à partir du 8<sup>ème</sup> mois de votre grossesse.

Lors de vos rendez-vous, n'oubliez pas d'apporter les résultats de vos examens antérieurs : analyses de sang, carte de groupe sanguin, échographies, le carnet de surveillance de grossesse.

## Échographies

3 échographies sont recommandées au cours de la grossesse. Elles permettent de déterminer l'âge de la grossesse et de **surveiller la croissance et le développement** de votre enfant.

### 1<sup>ère</sup> échographie

*(12 semaines d'aménorrhée)*

Elle permet de dater précisément le début de la grossesse et de dépister précocement certaines malformations.

### 2<sup>ème</sup> échographie

*(22 semaines d'aménorrhée)*

Il s'agit de l'échographie morphologique. Elle permet de vérifier le bon développement des organes du fœtus.

### 3<sup>ème</sup> échographie

*(32 semaines d'aménorrhée)*

Elle permet de surveiller la croissance et le bien-être fœtal.



## Anesthésie

**Une consultation avec l'anesthésiste sera programmée avant l'accouchement.** Elle permettra de préciser les antécédents médicaux et d'envisager la possibilité d'une analgésie péridurale ou autre technique d'anesthésie.

Cette consultation est associée dans la plupart des cas à celle du 8<sup>ème</sup> ou 9<sup>ème</sup> mois de grossesse.

L'équipe d'anesthésie vous propose une réunion d'information sur la péridurale un jeudi par mois. N'hésitez pas à vous renseigner auprès des secrétaires.

# Préparation à la Naissance

Pour vous préparer à la naissance et à l'accueil de votre enfant, il vous est proposé, même si une péridurale est envisagée ou une césarienne programmée, de participer aux **séances de préparation à la naissance**.

## Entretien individuel de grossesse

L'entretien du 4<sup>ème</sup> mois est un temps d'écoute et d'échange avec une sage-femme; ce n'est pas une consultation habituelle, vous ne serez alors pas examinée. L'entretien permet de répondre au mieux à vos besoins, à vos attentes, afin de préparer au mieux la venue de votre bébé. Les informations que vous communiquerez resteront confidentielles et ne pourront être transmises qu'avec votre accord : vous déciderez avec la sage-femme du contenu des informations à transmettre et des destinataires potentiels. Lors de cet entretien, vous pourrez évoquer un projet de naissance.



## Les cours de préparation à la naissance

Une sage-femme vous accompagnera au cours de 6 séances collectives. Vous pouvez y participer seule ou en couple.

Lors de chaque séance, différents thèmes seront abordés, allant de la grossesse à l'accouchement jusqu'aux soins du nouveau-né.

Les séances se terminent par un temps de relaxation ou de sophrologie pour vous aider à vous détendre ...

L'objectif est de vous permettre d'envisager le jour "J" de façon la plus sereine possible.



## Prise en charge

À partir du 6<sup>ème</sup> mois, votre suivi de grossesse est pris en charge à 100% par la sécurité sociale.

### Acupuncture

Des consultations en acupuncture sont proposées par 2 sages-femmes. L'acupuncture, par son approche globale du patient, s'intéresse aux maux du corps ainsi qu'aux émotions.

Complément de la médecine occidentale, elle vous aidera à vivre au mieux votre grossesse, votre accouchement et ses suites.

### Psychologie

La psychologue du service peut vous recevoir à tout moment de la grossesse ou après la naissance si vous en ressentez le besoin ou sur les conseils de l'équipe médicale.

### D'autres professionnels

(assistante sociale, diététicienne ...) peuvent intervenir dans votre prise en charge.

### Tabacologie

#### Vous êtes enceinte et vous fumez ?

C'est peut-être l'occasion de réduire votre consommation, voire arrêter de fumer.

Il vous est proposé de **ne pas rester seule dans votre démarche.**

Une sage-femme tabacologue pourra vous aider.



Sources : Ministère des solidarités de la Santé et de la Famille, INPES, Assurance Maladie, drogues.gouv

Une visite de la maternité est organisée  
tous les 1<sup>ers</sup> lundi du mois à 18h00 sans rendez-vous

# Les préparatifs de votre venue



## Les documents à apporter

### Documents administratifs :

- une pièce d'identité avec photo
- votre carte vitale
- votre carte de complémentaire santé ou mutuelle
- votre numéro d'allocations familiales
- votre livret de famille si vous en possédez un
- la reconnaissance anticipée si nécessaire

### Documents médicaux :

- votre carte de groupe sanguin
- vos résultats d'examens de laboratoire
- toutes vos échographies
- le carnet de suivi de grossesse (envoyé par le conseil général ou remis par votre médecin traitant)
- l'ordonnance du traitement personnel

## Préparer votre valise pour le séjour

### Le trousseau est à prévoir pour le jour de l'accouchement dans un bagage à part

- 1 pyjama bébé
- 1 bonnet
- 1 brassière en laine
- 1 body
- 1 paire de chaussettes
- 1 paire de chaussons
- 1 turbulette et une couverture
- des CD si vous le souhaitez
- un brumisateur



### Pour vous :

- des chemises de nuit ou des tenues confortables
- 1 maillot de bain (facultatif)
- des culottes ou slips jetables type filet
- 1 nécessaire de toilette : serviettes, gants, brosse à dents, dentifrice, savon à ph neutre, shampoing, peigne et brosse à cheveux
- des coussinets pour vos seins
- des mouchoirs
- des chaussons, 1 robe de chambre ou 1 peignoir
- des serviettes périodiques
- 1 montre ou 1 réveil
- 1 stylo

**Si vous allaitez**, prévoir 2 soutiens-gorge d'allaitement. Afin de choisir une taille adaptée, demander conseil à votre sage-femme.

### Pour votre bébé :

(prévoir des tailles de 1 ou 3 mois)

- 5 bodys
- 3 brassières en laine
- 10 bavoirs éponge grand modèle
- 5 pyjamas ou tenues
- 5 paires de chaussettes
- 1 paire de chausson
- 2 gigoteuses ou turbulettes
- 1 sortie de bain (facultatif)
- 1 brosse à cheveux
- 1 savon doux adapté au bébé
- 1 thermomètre de bain
- 1 thermomètre corporel
- 1 paquet de couches
- Pour la sortie: prévoir de vêtements appropriés à la saison et un siège auto "dos à la route".

Nous vous recommandons de laver tous les vêtements qui seront en contact direct avec la peau de votre bébé.

# Le jour J

## Quand venir à la maternité ?

### Vous devez consulter en urgence :

- si vous ressentez des contractions utérines (le ventre se durcit régulièrement, entraînant une douleur plus ou moins forte), surtout si vous habitez à distance de l'hôpital.
- si vous perdez du liquide même sans contraction
- en cas de saignements
- lorsque vous avez de la fièvre
- en cas de chute ou de coups
- si vous constatez une diminution des mouvements du bébé
- le jour du terme après avoir pris rendez-vous avec la sage-femme de garde (☎ 02 44 71 30 00)
- en cas d'inquiétude de n'importe quel ordre.

Vous pouvez également

### téléphoner à n'importe quel moment

Une sage-femme vous guidera sur la conduite à tenir.

## Avant de quitter votre domicile le jour de l'accouchement :

- penser à ôter vos bijoux, piercings, vernis à ongles et lentilles de contact.
- Ne pas hésiter à prendre une douche
- Mettre des vêtements propres.

## Être accompagnée

Une seule personne est autorisée à accompagner la future maman en salle de naissance.

Cette personne devra, par mesure d'hygiène, porter une sur-blouse, des sur-chaussures, un calot et un masque, et se frictionner les mains avec une solution hydro-alcoolique.



**LE BAILLEUL  
LIGRON  
PARCÉ-SUR-SARTHE-VION**

**Nadine et son équipe à votre service**

**TAXIS - AMBULANCES - VSL**

**Véhicule adapté aux TPRM**

**06 21 97 12 74 -024395 3912**

**Transport de personnes à mobilité réduite**



# La naissance

## Les salles de naissance sont "un espace protégé", aux conditions d'hygiène particulières.

La permanence des soins est assurée 24h/24 par l'équipe médicale (gynécologue-obstétricien, anesthésiste, pédiatre et sage-femme) et soignante (aide-soignante et auxiliaire de puériculture).

Vous serez prise en charge tout au long de votre travail par l'équipe de bloc obstétrical. Elle veillera à respecter vos souhaits dans la mesure du possible.

Vous pourrez disposer d'une analgésie péridurale si vous le souhaitez et en fonction de l'évolution du travail.

## Prise en charge de la douleur

Notre maternité considère la prise en charge de la douleur comme une priorité. Nous nous engageons à évaluer, prévenir, traiter et soulager le plus efficacement possible votre douleur dès votre arrivée et à chaque étape de votre prise en charge. Ainsi, votre douleur peut être prévenue, traitée, par différentes techniques, des plus médicalisées (prise d'antalgiques, analgésie péridurale, rachi-anesthésie voire anesthésie générale), aux plus naturelles (bain, acupuncture, communication hypnotique, ballon, pratiques de différentes postures ...).

Si vous avez des souhaits particuliers et un projet de naissance, parlez-en à la sage-femme dès votre arrivée.

Notre maternité considère la prise en charge de la douleur comme une priorité. Nous nous engageons à évaluer, prévenir, traiter et soulager le plus efficacement possible votre douleur dès votre arrivée et à chaque étape de votre prise en charge.

Ainsi, votre douleur peut être prévenue, traitée, par différentes techniques, des plus médicalisées (prise d'antalgiques, analgésie péridurale, rachi-anesthésie voire anesthésie générale), aux plus naturelles (bain, acupuncture, communication hypnotique, ballon, pratiques de différentes postures ...).

## La déclaration de naissance

**La sage-femme établit la déclaration de naissance de votre enfant, à laquelle doivent être joints :**

- le livret de famille si vous en possédez un
- les pièces d'identité des deux parents
- la reconnaissance anticipée, éventuellement faite au cours de la grossesse dans la mairie de votre choix
- la déclaration de choix de nom.

**Il est fortement recommandé par l'INSEE de donner au moins un 2<sup>ème</sup> prénom à votre enfant afin d'éviter les homonymes. La déclaration se fait auprès de la Mairie du Bailleul du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h.**



# Votre séjour à la maternité



## Votre chambre

La maternité est un service de 15 chambres individuelles équipées d'un espace adapté aux soins du nouveau-né et d'un cabinet de toilette privatif avec douche.

## Les repas

Petit-déjeuner est servi à 7h30, le déjeuner à 12h et le dîner à 18h30. L'achat de ticket pour un repas visiteur est possible (à voir avec l'équipe).

## Surveillance de bébé

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

- Le dépistage Auditif systématique
- Le Test de Guthrie qui permet le diagnostic précoce de certaines maladies.

Ces tests sont réalisés au 3<sup>ème</sup> jour. Durant le séjour, votre bébé sera examiné par un pédiatre: le lendemain de sa naissance et le jour de sa sortie.

## Les équipes vous accompagnent ...

Une aide soignante ou auxiliaire de puériculture vous accompagne chaque jour dans votre nouveau rôle de parents. Une sage-femme est présente pour assurer votre suivi et répondre à toutes vos questions.

Une initiation au **massage bébé** et à l'**emmaillotage** peut aussi être proposée.

## Photographe

Le passage d'un photographe professionnel agréé est autorisé à la maternité (sans obligation).



## Les visites de vos proches

Les **visites** de vos proches sont autorisées **entre 13h et 20h**, et limitées à 4 personnes à la fois.

Seuls les frères et sœurs du nouveau-né sont admis dans le service, sous réserve qu'ils ne soient pas malades.

## La participation des pères

est bienvenue pendant le séjour en suites de couches (horaire de visite libres, possibilité de dormir dans la chambre selon certaines modalités à voir avec l'équipe soignante) dans la mesure où sont respectées les règles de savoir vivre et de discrétion.

# Votre sortie de la maternité

La durée du séjour est variable et sera déterminée par votre état de santé et celui de votre bébé. Le séjour peut durer de 3 à 5 jours.

Vous avez la possibilité d'un retour à domicile en bénéficiant du dispositif PRADO (après la naissance, la Sécurité Sociale vous propose un accompagnement personnalisé, à domicile, avec la visite chez vous de la sage-femme de votre choix).

Parlez-en à la sage-femme du service.

Le matin de votre sortie, la sage-femme ou le médecin gynécologue-obstétricien, vous fera un examen médical et vous remettra, si besoin, vos ordonnances de sortie.

Le pédiatre verra aussi votre nouveau-né et vous remettra son carnet de santé et une ordonnance. Un livret de "conseils de sortie" vous sera également remis.

**N'oubliez pas de prendre rendez-vous pour la consultation postnatale.**

Un compte rendu d'hospitalisation sera envoyé à votre médecin traitant, au gynécologue et/ou à la sage-femme ayant suivi votre grossesse.



## Votre satisfaction

Au cours de votre séjour, l'équipe vous remettra un **questionnaire de satisfaction** que nous vous encourageons vivement à compléter. En effet, le recueil de vos impressions et l'évaluation de votre satisfaction nous aident à **améliorer la qualité de nos prestations**. Une fois renseigné, vous pouvez remettre le questionnaire à une personne de l'équipe ou le déposer dans une boîte aux lettres bleue située à côté de l'ascenseur.

## La visite post-natale

Cette visite a pour objectif d'évaluer votre état de santé après l'accouchement, de répondre aux questions que vous vous posez, de vous proposer une contraception adaptée à vos besoins et d'éventuelles séances de rééducation périnéale.

Cette visite est réalisée 6 à 8 semaines après l'accouchement par votre sage-femme libérale, votre médecin généraliste, votre gynécologue. Elle peut aussi être faite auprès d'une sage-femme ou d'un gynécologue de la maternité.

Des sages-femmes de l'équipe sont formées en rééducation périnéale et peuvent assurer votre suivi si nécessaire.



## Le suivi de votre bébé



Une consultation est recommandée tous les mois chez votre médecin généraliste, le médecin de PMI ou avec le pédiatre.

Vous trouverez de nombreux conseils pratiques (alimentation, couchage ..) et recommandations dans le carnet de santé de votre enfant.

## Quand consulter ?

N'hésitez pas à demander conseil à votre médecin ou votre sage-femme si :

- votre bébé régurgite beaucoup ou vomit
- s'il est gêné pour respirer
- s'il a de la fièvre
- si son comportement est inhabituel (pleurs très importants, grosse somnolence)
- pour toute question que vous pourriez vous poser.

**Ne donnez aucun médicament à votre bébé sans un avis médical.**

L'ensemble de l'équipe de la maternité  
vous souhaite un bon retour,  
et reste à votre disposition pour tous  
renseignements complémentaires.



Nous prenons soin de vous  
et de ceux que vous aimez

amapa  
by doctocare



Ménage  
Repassage  
Garde d'enfants

Seniors  
Handicap  
Familles

amapa.fr



Aide et soins  
à la personne

17, Allée du renard - 72200 LA FLECHE

02 43 94 36 56

"on n'est jamais  
trop petit pour lire"

À la bibliothèque  
tout est gratuit  
pour les moins de 18 ans  
(Fléchois ou non Fléchois)

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

BIBLIOTHÈQUE  
MUNICIPALE  
JACQUES TERMEAU  
4 rue Fernand Guillot  
LA FLÈCHE  
02 43 48 53 62



VILLE DE LA FLÈCHE

VOTRE AGENCE DE SABLÉ-SUR-SARTHE

18, place Raphaël-Élizé - 0 980 980 880 appel non surtaxé



[harmonie-mutuelle.fr](http://harmonie-mutuelle.fr)

Edstuaire  
Communication Médicale



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

301, avenue de Lattre de Tassigny • 44500 La Baule  
Tél. 02 40 00 98 98 • [agence@edstuaire.fr](mailto:agence@edstuaire.fr)

# 30€ OFFERTS

À L'OUVERTURE D'UN LIVRET ÉPARGNE<sup>(1)</sup>  
POUR VOTRE ENFANT



(1) Offre valable jusqu'au 31/12/2018 pour toute ouverture du premier produit d'épargne à un enfant mineur non client (livrets, PEL et assurance-vie).