



Naître à Guéret

Mon carnet maternité



**CENTRE HOSPITALIER
DE GUÉRET**

39, avenue de la Sénaterie - 23011 Guéret
Tél : 05 55 51 70 00 - Fax : 05 55 51 70 57 - Mail : ch.gueret@sil.fr

1

2



Ma famille s'agrandit

En allant à la maternité...

La naissance d'un enfant est un moment important de la vie.

Grâce à ses équipes dynamiques et à l'écoute, la maternité de Guéret offre la qualité et la sécurité d'une naissance heureuse.

Du désir de grossesse jusqu'au retour de couches, l'obstétricien et la sage-femme sont disponibles et accessibles sur rendez-vous du lundi au vendredi de 8h à 17h ou en cas d'urgence 24h/24.

Nous souhaitons la bienvenue à toutes les futures mamans et les remercions d'avoir choisi notre maternité.

... Quelques notes sur un carnet

Ce carnet de grossesse a pour but de présenter la maternité et ses professionnels afin de répondre aux questions sur le suivi de la grossesse et la qualité des soins.

Son format s'adapte à tous les sacs à main pour ne plus quitter le vôtre, afin que chaque moment de votre grossesse y soit inscrit.



Les médecins et les sages-femmes de mon suivi

Les médecins gynécologues obstétriciens :

- Assurent le suivi mensuel de la grossesse normale et à risque,
- Effectuent les 3 échographies recommandées pendant la grossesse,
- Pratiquent les amniocentèses sur indication,
- Interviennent en consultation et en salle de naissance au moindre problème sur appel de la sage-femme.

Ils assurent également une permanence 24h/24 tous les jours de l'année.

Médecin	Activités	Jours et lieux de consultation
D ^r MASSRI	Suivi de grossesse, échographies du 1 ^{er} , 2 ^{ème} et 3 ^{ème} trimestre, amniocentèse	Lundi, mardi, jeudi, vendredi : Guéret Mercredi : Aubusson en alternance avec La Souterraine
D ^r CHRAIBI	Suivi de grossesse, échographies du 1 ^{er} , 2 ^{ème} et 3 ^{ème} trimestre, amniocentèse	Lundi matin, mercredi matin, jeudi matin, vendredi matin et après-midi : Guéret
D ^r BOTTET	Suivi de grossesse, échographie du 1 ^{er} , 2 ^{ème} et 3 ^{ème} trimestre	Lundi après-midi Guéret

Les sages-femmes

Les sages-femmes sont des professionnelles médicales qui assurent :

- Le suivi de la grossesse normale,
- L'entretien prénatal précoce,
- La préparation à la naissance et à la parentalité, classique et en piscine
- Le suivi du travail et l'accouchement physiologique,
- Le suivi post-natal,
- La rééducation périnéale,
- Le suivi gynécologique de la puberté à la ménopause.

Les sages-femmes qui vous accueillent à la maternité de Guéret sont : Florence AUSTIN, Marielle BODEAU, Laurence BOURDIER, Agnès BOUSTIE, Julianne DELOYE, Anne JUDE, Sandy BERNARD GRANGER, Fatima KHOLAIF, Valérie JUSTINIEN, Patricia LAVAL (centre d'orthogénie), Céline LE BIGOT, Valérie PICOT, Lise RETAILLEAU, Claire DAHL (sage femme PMI), Pierre-alexandre LAJOUX (sage femme échographiste).

Activités	Jours de consultation
Consultations pré post-natales	Lundi : Aubusson Lundi, mardi, jeudi, vendredi à Guéret Mardi : Boussac Jeudi : Bourganeuf Vendredi : La Souterraine
Préparation à la naissance classique	Mardi et jeudi après-midi : 1 ^{er} groupe à 13h45 2 ^{ème} groupe à 15h15
Préparation à la naissance en piscine	Jeudi matin de 10h00 à 12h00 au bassin de balnéothérapie du CMN de Sainte-Feyre
Rééducation périnéale	Lundi et Jeudi
Entretien prénatal précoce	Mardi



La sage-femme référente de la maternité

La sage-femme référente (Valérie PICOT) du service de gynécologie-obstétrique et du centre d'orthogénie.

Elle est à votre disposition et à l'écoute des familles les lundi et jeudi de 8h à 16h.

Responsable de l'organisation et du fonctionnement des services d'hospitalisation, bloc de naissance et consultations, elle veille au bon déroulement des activités médicales des sages-femmes et est garante de la qualité et de la sécurité des soins dispensés dans le service.

Les autres professionnels du secteur mère-enfant

- **Les médecins anesthésistes** réalisent la consultation pré-anesthésique obligatoire au cours du 8ème mois de la grossesse. Présents 24h/24, ils peuvent être appelés à tout moment du jour et de la nuit pour poser une anesthésie péridurale pendant le travail ou en cas de césarienne.

- **Les pédiatres** assurent le suivi des bébés pendant le séjour à la maternité et les urgences en salle de naissance sur appel de la sage-femme.

- **Les infirmières puéricultrices** assurent les soins infirmiers aux nouveau-nés en néonatalogie.

- **Les auxiliaires de puériculture et les aides-soignantes** s'occupent des soins aux nouveau-nés (toilettes, changes, aide à la mise au sein avec la sage-femme...) et initient les couples à la prise en charge de leur bébé.

- **Les agents de service hospitalier** s'occupent de l'entretien de votre chambre et du service. Elles aident à servir les repas avec les aides-soignantes (7h, 12h et 18h). Une feuille de goût est remise lors de votre admission dans le service.

- **Les secrétaires médicales** : Emilie, Laetitia et Amandine sont disponibles de 8h à 18h du lundi au vendredi pour la prise de rendez-vous au 05 55 51 70 01 ou 05 55 51 70 02.

- **L'équipe de liaison** : une équipe d'infirmiers est disponible de 10h à 22h pour un soutien psychologique durant votre séjour en maternité ou ponctuellement lors d'une consultation.

- **La psychologue de l'unité « Petite enfance »** : si vous rencontrez des difficultés et souhaitez les partager, Clara LEROYER, la psychologue intervient chaque mardi matin dans le service de maternité, à votre demande ou celle de l'équipe.

- **La PMI** (Protection Maternelle et Infantile) : Claire Guiteras, psychologue à la PMI est présente les mardis et jeudis à la maternité pour vous rencontrer et vous proposer un soutien éventuel à domicile.

- **L'assistante sociale** (Valérie SALABERT) répond à vos questions de droits sociaux, d'aide en sortie d'hospitalisation, à vos besoins matériels et toutes questions liées à votre protection et celles de votre bébé.

4

Les locaux de la maternité

L'ensemble des locaux de la maternité se situe au 3^{ème} étage de l'hôpital. La maternité, la pédiatrie et le bloc opératoire se trouvent ainsi tous au même niveau.

Les salles de naissances

A gauche, à l'entrée du service de maternité se trouve le bloc obstétrical qui reçoit les urgences, les parturientes en travail et les consultations à terme (signalez votre présence grâce à la sonnette à l'entrée).

Dans ce secteur se trouvent :

- 1 salle d'examen
- 2 salles de pré-travail avec un espace détente nature équipé d'une baignoire que vous pourrez utiliser au cours de votre accouchement si la poche des eaux est encore intacte.
- 2 salles d'accouchement
- 1 salle d'accueil du nouveau-né

Le bloc opératoire et la salle de réveil sont à proximité des salles de naissance. En cas de césarienne, le bloc de naissance communique directement avec le bloc opératoire.



Le secteur d'hospitalisation comporte :

- 19 chambres, dont 18 individuelles et une chambre double. Toutes les chambres sont équipées d'un plan à langer, d'une baignoire pour votre bébé, ainsi que d'un cabinet de toilette comprenant une douche individuelle. La télévision & le wifi sont accessibles gratuitement dans toutes les chambres, le téléphone sous certaines conditions financières.
- Une nurserie sécurisée où sont réalisés (en votre présence) les soins aux nouveau-nés.
- Le bureau des sages-femmes et la salle de soins.

La néonatalogie est située au même étage que la maternité. Ce secteur prend en charge votre bébé s'il nécessite une surveillance particulière.

Le réseau:

La maternité est classée niveau 2 sur 3, ce qui lui permet d'accueillir les enfants prématurés. Si l'accouchement est très prématuré (inférieur à 34 semaines d'aménorrhées), les futures mamans sont dirigées vers l'Hôpital Mère Enfant (niveau 3) au CHU de Limoges.

5

Votre grossesse

- Le suivi

Votre grossesse peut être suivie par un professionnel de la maternité, médecin ou sage-femme, par votre médecin généraliste, votre gynécologue ou une sage-femme libérale. Si toutefois vous n'êtes pas suivie dans notre maternité mais que vous souhaitez y accoucher, il est préférable que les consultations du 7^{ème} au 9^{ème} mois soient réalisées par les professionnels de la maternité afin d'instaurer un lien de confiance.

Le suivi de la grossesse comprend **7 consultations obligatoires et 3 échographies recommandées.**

L'entretien prénatal précoce a lieu au cours du 4^{ème} mois de grossesse. Il ne s'agit pas d'une consultation médicale mais d'un moment privilégié de dialogue avec une sage-femme pour vous et le futur papa. La sage-femme sera à votre écoute pour un accompagnement plus personnalisé de votre grossesse et de votre parentalité.

Une planification de vos rendez-vous est établie au secrétariat. Avant chaque rendez-vous il est indispensable de se munir d'une feuille de consultation externe au bureau des entrées de l'hôpital. Il est conseillé de s'y présenter une 1/2 h à l'avance.

Le rendez-vous avec le médecin anesthésiste est à prendre autour du 8^{ème} mois, que vous souhaitiez ou non une anesthésie péridurale : c'est une consultation pré-anesthésique obligatoire en France.



L'inscription au cours de préparation à la naissance classique ou en piscine se fait dès le 5^{ème} mois auprès des secrétaires ou des sages-femmes, afin de commencer les cours pendant votre congé maternité.

L'équipe des sages-femmes propose des séances classiques de préparation à la naissance (cours, discussion et exercices) et/ou des séances en piscine.

- Les séances de préparation

Ils sont dispensés par une sage-femme formée à la préparation à la naissance.

Les séances, au nombre de 4, d'une durée d'1h environ, ont lieu le mardi et jeudi après-midi à 13h45 pour un premier groupe et à 15h15 pour un second groupe.

Elles se déroulent dans la salle de préparation à la naissance située au 3^{ème} étage de l'hôpital.

	Date / Horaire	Programme
Séance n°1	Le.....à.....	Prise de contact, visite de la maternité, des salles de naissance
Séance n°2	Le.....à.....	Les contractions utérines, la perte des eaux, quand se rendre à la maternité, les éléments de surveillance pendant le travail....
Séance n°3	Le.....à.....	La naissance, la poussée.
Séance n°4	Le.....à.....	Approche posturo-respiratoire.
Séance allaitement maternel	Le.....à.....	Pour les patientes qui désirent donner le sein.

La préparation en piscine dans le bassin de balnéothérapie du CMN de Sainte-Feyre

Elle est dispensée par une sage-femme formée à la préparation à la naissance en piscine. Les séances se déroulent au centre médical de Sainte-Feyre le jeudi matin de 10h à 12h.

L'assurance maladie prend en charge 7 séances de préparation à la naissance que vous organisez à votre guise : cours classiques et/ou piscine.

Conseils pratiques:

Vous devez vous munir d'une feuille de consultation : au bureau des entrées (hall d'entrée de l'hôpital), vous demandez une feuille de consultation externe spécifique aux cours de préparation à la naissance que vous remettez à la sage-femme lors de votre 1^{ère} séance. Elle reste valable pour tous les cours, classiques et/ou en piscine.

Quand venir à la maternité?

6

Vous pouvez joindre la sage-femme de garde à tout moment au 05 55 51 70 00 poste 27646 et plus particulièrement si :

- Vous ressentez des contractions régulières et plus intenses
- Vous avez un écoulement de liquide
- Vous perdez du sang
- Vous avez de la fièvre
- Vous sentez une diminution importante des mouvements de votre bébé
- Vous êtes inquiète



Partir pour la maternité : votre valise et celle du bébé

Pour maman	Pour bébé
Plusieurs pyjamas ou chemises de nuit	4 bodys
Nécessaire de toilette Serviettes de toilette	3-4 brassières de laines, 2 gigoteuses ou turbulettes
1 brumisateur d'eau pour l'accouchement	4 bavoirs, 3 paires de chaussons ou chaussettes, 4 pyjamas, 1 petit bonnet
Le livret de famille la reconnaissance anticipée (si vous n'êtes pas mariés), Carte vitale	1 thermomètre médical
Photocopie de votre carte d'identité et celle du papa	Les couches et biberons et le nécessaire de toilette sont fournis par la maternité

Le séjour à la maternité : la salle de naissance

Se rendre à la maternité :

- Entre 6h et 21h, l'entrée se fait par le hall principal de l'hôpital.
- De 21h à 6h, l'entrée se fait par les urgences de l'hôpital.

Le jour de l'accouchement, la sage-femme de garde qui vous accueille en salle de naissance jugera s'il est nécessaire de vous installer directement en salle d'accouchement ou de patienter dans votre chambre. Une analgésie péridurale peut être posée à votre demande.

Votre admission en maternité :

Le dossier administratif se prépare à l'avance grâce à l'imprimé de pré-admission qui vous est remis par la sage-femme au cours d'une consultation.

Projet de naissance :

La maternité du centre hospitalier est une structure à taille humaine qui réalise environ 600 naissances par an. Les sages-femmes favorisent le dialogue et l'échange avec les couples, afin de s'adapter au mieux aux volontés et désirs des couples, dans le respect de la qualité des soins et de la sécurité de tous. « Nous mettrons tout en œuvre pour vous accompagner à votre rythme. Si vous le désirez, vous pouvez apporter la musique de votre choix (nous avons des chaînes hifi dans chaque salle d'accouchement) afin de créer une ambiance qui vous est propre, et accueillir ainsi de façon personnalisée votre enfant » une sage-femme de la maternité.

Une personne de votre choix peut vous accompagner en salle de naissance :

Les autres accompagnants devront patienter en salle d'attente (pour des raisons de sécurité et de qualité des soins notamment la prévention du risque infectieux).

Les différentes positions lors de l'accouchement

Une grande partie de l'équipe est formée à l'approche posturo-respiratoire du Dr Bernadette De Gasquet.

Afin de respecter au mieux la physiologie de l'accouchement, les sages-femmes peuvent vous faire adopter différentes positions lors de l'accouchement, ou vous installer, si vous le désirez, sur un gros ballon.

La sage-femme, qui a suivi le travail, réalisera l'accouchement, assistée de l'aide-soignante.

Le gynécologue-obstétricien n'interviendra qu'en cas d'accouchement à risque ou s'il est nécessaire de pratiquer une extraction instrumentale (forceps, ventouse) ou une césarienne.

Le gynécologue-obstétricien et le pédiatre sont joignables 24h/24.

L'anesthésiste est quant à lui de garde 24h/24, sur place dans l'établissement.



Après la naissance, le bébé est posé en peau à peau sur sa mère et/ou sur son père s'il le souhaite. Ce temps privilégié de tendresse et d'intimité permet aux parents de faire connaissance avec leur enfant, en respectant les rythmes de chacun.

Si l'allaitement maternel a été choisi, une mise au sein précoce sera faite en salle de naissance. Une surveillance d'au moins 2 heures après l'accouchement est obligatoire avant de rejoindre le secteur d'hospitalisation encore appelé « suites de couches ».

Le séjour à la maternité : les suites de couches

La durée d'hospitalisation (sans complications) est en moyenne de 4 à 5 jours pour un accouchement normal et de 6 à 8 jours pour une césarienne.

La sage-femme du secteur de suites de couches vous examine chaque jour pour s'assurer de votre rétablissement et vous donner tous les conseils adaptés pour vous et votre bébé. Elle effectue votre examen de sortie et vous donne les prescriptions nécessaires avant votre départ : contraception, rééducation périnéale...

En cas d'accouchement difficile ou de suites de couches pathologiques, le gynécologue passe vous voir durant votre séjour et effectue votre sortie.

L'équipe des auxiliaires puéricultrices et des aides-soignantes vous aide à prendre soin de votre bébé. Les toilettes s'effectuent généralement le matin dans la nurserie ou votre chambre et toujours en votre présence. Le père peut aussi pratiquer la toilette de son bébé.

Le pédiatre examine votre bébé le jour de la naissance ou le lendemain, et le jour de la sortie. Il effectue la visite tous les jours dans le service et peut procéder à un examen supplémentaire de votre bébé si cela s'avère nécessaire.

Votre bébé reste près de vous durant tout votre séjour (en cas de soins spécifiques dans le secteur de néonatalogie, vous pouvez l'accompagner durant sa prise en charge).

Durant votre séjour, la sage-femme et son équipe mettent tout en œuvre pour que vous puissiez faire tranquillement connaissance avec votre bébé, vous sentir autonome et vous préparer sereinement au retour à domicile.

Les visites

Les soins se faisant essentiellement le matin, les visiteurs sont les bienvenus de 13h à 20h. Le papa a accès à la maternité à n'importe quelle heure.

Pour votre bien être et celui du bébé, il est toutefois souhaitable de limiter le nombre de visites et de visiteurs.

Une salle de détente située à la sortie du secteur d'hospitalisation est à la disposition des familles qui désirent se regrouper sans gêner le sommeil du nouveau-né.

Le PRADO

Le Programme d'Accompagnement de retour à Domicile est un service proposé par la CPAM qui vous permet de bénéficier d'un suivi à domicile, après votre hospitalisation, par une sage-femme libérale (pour plus de renseignements www.ameli.fr).

Le retour à la maison

Les sorties se font en fin de matinée après la visite :

- **du pédiatre** qui vous remet le carnet de santé, l'ordonnance de sortie de votre bébé, et un kit de mouchage. Il insère dans le carnet le certificat de sortie du 8^{ème} jour du bébé dûment rempli et signé que vous adresserez à la PML (1^{er} volet : Protection Maternelle et Infantile) et à la CAF (2^{ème} volet : Caisse d'Allocations Familiales).
- **de la sage-femme** ou du gynécologue qui vous remet votre ordonnance de sortie après vous avoir examinée. Vous devez effectuer une visite médicale post natale 2 mois après votre accouchement, par le gynécologue ou le médecin de votre choix. Votre rendez-vous doit être pris durant votre séjour en maternité.



Le suivi de votre bébé peut se faire par votre médecin traitant, le pédiatre de la protection maternelle et infantile ou par le pédiatre de votre choix. La rééducation périnéale vous est prescrite le jour de la sortie et est dispensée par les sages-femmes. Les séances débutent environ 2 mois après l'accouchement et consistent à redonner son tonus musculaire au périnée. 10 séances sont prises en charge par la sécurité sociale.

Les Ateliers

- **Initiation au portage de votre bébé**, en écharpe ou autre mode de portage... Cet atelier individuel ou collectif est réalisé par les sages-femmes (Julianne, Marielle, Lise et Anaïs, auxiliaire de puériculture) sur la demande des mères. Osez en profiter et partager de bons moments...

- **Atelier massage bébé** Troisième lundi du mois.
Initiation au massage du bébé par l'association «1,2,3 parents»

et

9

- **L'aide au sevrage tabagique** : des consultations individuelles et gratuites pour les femmes enceintes avec l'équipe du CAST les vendredis après-midi à la maternité : Il est nécessaire de s'inscrire auprès du secrétariat de la maternité : 05 55 51 70 01

- **L'aide aux conduites addictives** : des consultations sont proposées par l'équipe de liaison en soins addictologiques (ELSA) les matins au sein de l'hôpital.

Les infos administratives

Le congé maternité : varie avec le nombre de grossesses et le nombre d'enfants attendus :

	Congé prénatal	Congé postnatal
1 ^{er} ou 2 ^{ème} enfant	6 semaines	10 semaines
3 ^{ème} enfant et plus	8 semaines	18 semaines
Jumeaux	12 semaines	22 semaines
Triplés et plus	24 semaines	22 semaines

Le congé paternité :

Le père a droit à un congé de 11 jours consécutifs (18 jours pour une naissance multiple). Il doit en faire la demande auprès de son employeur au moins un mois avant la date souhaitée du début du congé. A ce congé, s'ajoutent les 3 jours accordés pour toute naissance.

Si vous avez des questions sur la législation du travail pendant la grossesse, n'hésitez pas rencontrer la CAF et la CPAM lors des vendredis malins pour connaître vos droits ou sur le site www.travail-emploi-sante.gouv.fr et www.ameli.fr.

Avant la naissance :

Pour les parents non mariés, il est souhaitable de faire une reconnaissance anticipée et de remplir un formulaire de choix du nom de famille auprès de la mairie.

Après la naissance :

Pour que votre enfant soit assuré, n'oubliez pas d'envoyer une attestation de naissance auprès de la CPAM et de votre mutuelle. L'attestation de naissance vous sera fournie lors de votre séjour en maternité par la mairie de Guéret. Il est nécessaire de déclarer la naissance auprès de la CAF afin de pouvoir recevoir les allocations.



Quelques Numéros Utiles

- Sage-femme de garde : 05 55 51 87 75

Pour prendre rendez-vous :

Secrétariat : 05 55 51 70 01
05 55 51 70 02

Mes Notes



C. H. de Guéret

39, av. de la Sénatorerie
23011 Guéret

Tél : **05 55 51 70 00**

Fax : 05 55 51 70 57

Mail : ch.gueret@sil.fr

*Nous espérons que ce carnet aura répondu à vos attentes.
La vocation de ce livret n'étant pas de remplacer le
dialogue avec vous, nous restons à votre disposition
pour tous renseignements complémentaires.
Nous vous souhaitons un agréable séjour dans notre
service et vous remercions de votre confiance.*