

Bienvenue



Vous avez choisi de faire confiance à la Maternité du Centre Hospitalier de Sambre Avesnois.

Vous trouverez dans ce livret toutes les informations nécessaires pour le suivi de votre grossesse et la naissance de votre ou de vos bébés.

L'équipe de la maternité sera présente et disponible afin de rendre votre séjour agréable et vos visites.

Nos engagements

- une attitude centrée sur **les besoins individuels de la mère et du nouveau-né**,
- **un environnement et un accompagnement** adaptés avec la philosophie des soins centrés sur la famille,
- travailler en réseau ville-hôpital pour assurer **une continuité des soins au retour de la maison**.

Les numéros utiles

Pour prendre un rendez vous
avec un gynécologue-obstétricien,
une sage femme :

03 27 69 44 38
du lundi au vendredi de 8 h à 17 h 30

Pour les urgences de gynécologie
obstétrique (24 h/24 et 7 j/7)

03 27 69 43 41

Nous sommes entrés officiellement dans la démarche IHAB (Initiative Hôpital Ami des Bébé)s depuis janvier 2016 pour être labellisé fin 2018.

Nos atouts : une maternité conviviale à taille humaine



- un **service de néonatalogie et de soins intensifs** (maternité de niveau 2B).
C'est un service qui accueille les bébés qui ont besoin de soins médicaux particuliers : prématurés, nouveaux nés qui présentent un problème de santé , les bébés qui ont du mal à s'adapter à la naissance
- une **unité mère enfant** qui permet à votre bébé de rester près de vous alors qu'il a besoin de soins médicaux,
- une **équipe pluridisciplinaire** pour une prise en charge optimale,
- des équipes **disponibles** engagées à l'écoute de votre projet,
- des équipes formées **à la parentalité**,
- des consultations de **spécialité** (tabacologie, homéopathie..)
- un service de **pédiatrie** attenant à la maternité,

Quelques chiffres :

- 14** chambres particulières,
- 6** chambres doubles,
- 3** salles de naissance,
- 1** salle de césarienne d'urgence,
- 2** tables de réanimation du nouveau né.



Une équipe pluri-disciplinaire à votre disposition

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



L'équipe para-médicale

- **Puéricultrices, auxiliaires de puériculture, aides soignantes**, qui vous guideront dans l'apprentissage des premiers gestes de parents,
- **Psychologue, Assistante sociale, Diététicienne,**
- **Agent des services hospitaliers,**
- **Secrétaires médicales, Agents administratifs.**

L'équipe médicale sur place

- **Gynécologue obstétricien,**
- **Anesthésiste,**
- **Pédiatre,**
- **Chirurgien,**
- **Sages femmes.**

Le suivi de votre grossesse

La consultation d'accueil et d'orientation (entre 8 et 10 semaines d'aménorrhée)

Une consultation d'accueil et d'orientation avec un gynécologue obstétricien ou une sage femme échographe permet de mieux vous connaître et de pouvoir vous proposer les différents suivis possibles dans notre maternité



7 consultations prénatales

Durant la grossesse, 7 consultations sont recommandées : à partir du 4^{ème} mois de grossesse et jusqu'à l'accouchement.

Un examen par mois est réalisé par votre médecin généraliste, votre gynécologue obstétricien, votre sage femme libérale ou dans le service des consultations du Centre Hospitalier avec un obstétricien ou une sage femme.

Quelle que soit votre décision, il est nécessaire que vous soyez suivie dans le service à **partir du 8^{ème} mois**.

Le service des consultations est situé au rez de chaussée de la maternité. Pensez à vous munir des documents suivants :

**une carte d'identité, carte vitale, carte de mutuelle,
résultats d'exams à chaque venue en consultation programmée ou aux urgences.**

A partir du 5^{ème} mois, vous bénéficiez d'une prise en charge à 100 % par la sécurité sociale.

Un seul numéro à retenir : Tél : 03 27 69 44 38

le secrétariat vous accueille du lundi au vendredi de 8 h à 17 h 30

Les gynécologues obstétriciens et les sages femmes consultent du lundi au samedi.
**Toujours plus proches de vous, sont organisées des consultations au Centre Hospitalier du Pays d'Avesnes,
à la Maison Médicale d'Aulnoye Aymeries.**

3 Echographies

3 échographies sont recommandées au cours de la grossesse :

- à **12-14 semaines** d'aménorrhée (semaines sans règles) soit 2 mois et demi
- à **22-24 semaines**, soit 4 mois et demi, 5 mois
- à **32-34 semaines**, soit 7 mois de grossesse

Elles permettent de déterminer l'âge de la grossesse et de surveiller la grossesse et le développement de votre enfant.



Une consultation avec le médecin anesthésiste

Une consultation avec un médecin anesthésiste est **obligatoire** même si vous faites le choix d'accoucher sans péridurale, **la consultation doit se faire au 8^{ème} mois.**

Information sur la péridurale : l'équipe d'anesthésie vous accueille un lundi tous les 15 jours pour parler des techniques pour soulager la douleur : inscription au secrétariat de maternité

Les prélèvements sanguins

Vous pouvez réaliser vos prises de sang directement au Centre Hospitalier de Sambre Avesnois. Pour prendre rendez vous :

Tel : 03 27 69 44 91, **du lundi au vendredi (sur rendez vous de 7 h 30-8 h30 sans rendez vous de 8 h 30 à 12 h 30 et 13 h 30 à 17 h 30)**
secrétariat des consultations externes

Grossesses à risques

Certaines grossesses peuvent se compliquer : diabète, hypertension, menace d'accouchement prématuré.

Vous pourrez avoir une surveillance plus rapprochée (rythme des consultations plus élevé, être hospitalisée), des professionnels viendront vous rencontrer en cas d'hospitalisation pour parler de la naissance et de la prise en charge de votre enfant à la naissance .



Vivez harmonieusement votre grossesse

Des cours de préparation à la naissance et à la parentalité vous sont proposés par l'équipe de sages-femmes.

Vous pouvez débuter la préparation à la naissance dès le **6^{ème} mois de grossesse**.

8 séances de préparation à la naissance

L'entretien individuel de grossesse : Dès le début du 4^{ème} mois de grossesse, **un entretien individuel** est proposé à toutes les femmes enceintes.

Il permet de répondre à vos questions, de vous informer sur votre suivi, vos droits.

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

Elles pourront être complétées par des séances de relaxation, de **Sophrologie, de Yoga, d'Hypnose, de visite de la maternité, préparation physiologique (respiration, postures)**.

Des ateliers pendant la grossesse sont proposés : les premiers jours du nouveau né, les soins, change, couchage, informations allaitement..



*N'hésitez pas à prendre tous vos rendez vous auprès du secrétariat
ou en ligne sur notre site internet : www.ch-sambre-avesnois.fr*



La préparation à la piscine

Dans une ambiance chaleureuse et détendue, des sages femmes vous proposeront des cours en piscine de préparation à la naissance.



En pratique :

Piscine : Epinette de 11 h à 12 h 00 (hors vacances scolaires),
Recquignies (pendant les vacances scolaires : 10 h 45 à 11 h 45),

Inscriptions : Tel : 03 27 69 44 38 **du lundi au vendredi de 8 h à 17 h 30)**

Tarif : 2.10 € par cours

Consignes : arrivée 15 minutes avant le début du cours, prévoir serviette de bain, maillot de bain, gel douche, petite collation.

Vous êtes enceinte et vous fumez ?

C'est peut être l'occasion de réduire votre consommation voire d'arrêter de fumer. Il vous est proposé de ne pas rester seule dans votre démarche. Une équipe de professionnels spécialisés en tabacologie pourra vous aider.

Votre bien-être alimentaire

Vous avez des questions sur votre alimentation pendant la grossesse : une sage femme formée peut vous répondre.

Conseils Santé

Des conseils sont dispensés : rendez vous sur notre site internet : www.ch-sambre-avesnois.fr/maternite



Vous êtes l'actrice principale de votre grossesse et de votre accouchement

Le projet de naissance

Vous pouvez écrire vos souhaits concernant la naissance et l'accueil de votre enfant.

Quand l'écrire ?

Le projet naissance doit être réfléchi ; il sera plus facile de le rédiger au moment de la préparation naissance; il peut reprendre par exemple les éléments suivants :

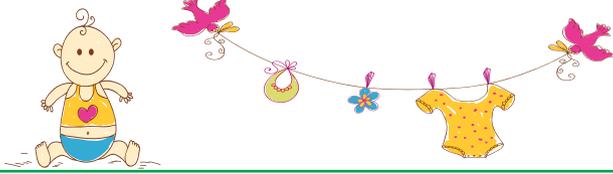
- **la mise en travail** (présence d'une personne accompagnante, mobilité, ambiance, boire, manger),
- **le travail** (analgésie, mobilité, surveillance du travail),
- **Comment se passe une césarienne ?**
- **l'épisiotomie, c'est quoi, est-ce obligatoire ?**,
- **la naissance** (peau à peau, première alimentation de votre enfant, qui coupe le cordon ombilical, participation aux premiers soins), la délivrance placentaire (désirez-vous le placenta ?).
- **l'allaitement** (première mise au sein, premier biberon, et si j'ai une césarienne ?).

**Le projet naissance pourra être revu et modifié à tout moment.
Ce projet fera partie de votre dossier médical.**

La filière physiologique

La maternité du CHSA de Maubeuge propose un parcours répondant aux demandes des couples qui souhaitent une approche plus naturelle, peu médicalisée, de la grossesse, de la naissance et des suites de naissance.

Elle s'adresse aux femmes présentant une grossesse sans complication.



L'allaitement : votre choix

Les équipes de la maternité et de néonatalogie se sont engagées et se sont formées dans l'accompagnement de l'allaitement maternel. **C'est à vous de choisir le mode d'alimentation de votre bébé.**

Pour que vous puissiez avoir toutes les informations, nous tenons à vous éclairer sur les bienfaits de l'allaitement maternel.

Pourquoi encourageons-nous l'allaitement maternel ?

L'OMS (organisation mondiale de la santé) recommande un allaitement exclusif de 6 mois et sa poursuite dans la diversification alimentaire. Le lait maternel est adapté aux besoins spécifiques de votre bébé, sa composition évolue en fonction des besoins et de son âge. Contenant des anticorps, il protège votre bébé contre certaines infections. Il prévient l'obésité, les allergies... L'allaitement maternel est pratique, toujours prêt et économique. Il est également bénéfique pour votre santé, il permet à l'utérus de reprendre sa place plus vite, il diminue le risque du cancer du sein, de l'ovaire et diminue le risque d'ostéoporose...



Allaiter en toute sérénité

Lors de votre séjour nous serons présents pour vous expliquer qu'une bonne installation pour vous est importante. La position de votre bébé ainsi que la manière dont il prend votre sein permettra de bien commencer l'allaitement. Nous encourageons l'alimentation à la demande.

Nous vous expliquerons les signes d'éveil, à quel moment votre bébé est prêt à téter et s'il tète efficacement.

Pour favoriser une bonne prise de sein, l'utilisation de la tétine ou sucette est déconseillée pour ne pas perturber la succion. Pour les mêmes raisons, les compléments de substituts de lait se font sur avis médical et si nécessaire.

Si vous décidez de ne pas allaiter, nous vous guiderons et vous informerons sur le rythme et les besoins de votre bébé.

Quelle que soit votre décision, nous vous soutenons et vous accompagnerons afin de devenir des parents autonomes, vous êtes les meilleurs donneurs de soins de votre bébé.

Quand venir à la maternité ?

Vous devez venir à la maternité :

- lorsque vous ressentez, avant 8 mois de grossesse, **des contractions utérines,**
- **perte du liquide,**
- **saignements,**
- **diminution importante des mouvements du bébé.**

À l'issue de la consultation la sage-femme ou le médecin pourront décider d'une hospitalisation.

- **le terme approche** : vous avez des contractions utérines intenses, régulières et espacées de 5 minutes pour un premier enfant ou 10 minutes pour un deuxième enfant.
- **le jour du terme** : présentez vous à la maternité en vue d'un examen obstétrical qui déterminera la conduite à tenir. Pour éviter l'attente, prenez rendez vous



Vous pouvez téléphoner à n'importe quel moment en cas d'inquiétude :

Une sage femme et un médecin gynécologue
obstétricien sont présents 24 h/24 ;
Tel : 03 27 69 43 41

- **En cas d'urgence** : présentez vous directement à l'entrée de la maternité, vous serez prise en charge 24/24 heures.
- **La journée en semaine** : présentez vous au préalable au secrétariat afin d'effectuer les démarches administratives (entre 8 h et 17 h 30)



Préparer votre valise pour le séjour



Pour maman :

- slips à usage unique,
- Pyjamas et tenues de ville,
- Pantouffles,
- Affaires de toilette : savon, serviettes...
- Un coussin d'allaitement si vous allaitez.



Pour bébé

- 8 bodies,
- 8 pyjamas,
- Gilet ou brassières en laine,
- Chaussettes et ou chaussons,
- Bonnet,
- **Thermomètres de bain et thermomètre digital pour bébé**
- Gigoteuse et couverture (à prendre en salle de naissance pour le peau à peau).

La maternité vous fournit

- les produits de toilette pour le bébé,
- le nécessaire pour les soins de votre bébé,
- un paquet de 24 couches vous sera offert pour le séjour (prévoyez-en pour le reste de votre hospitalisation).

L'accouchement

La sage femme est votre interlocuteur privilégiée pour vous guider et vous accompagner durant votre travail. Elle sera assistée d'une aide soignante ou d'une auxiliaire de puériculture. L'appel au gynécologue obstétricien de garde peut se faire à tout moment.

Afin de favoriser l'accouchement

- **ballon, pratiques de différentes postures, traitement homéopathique, pourront vous être proposés.**
- **Les sages-femmes seront à votre écoute et respecteront le mieux possible la physiologie de la naissance.**

La présence du conjoint

Il est le bienvenu. En cas de césarienne programmée, il pourra vous accompagner et rester près de vous et de votre bébé si les conditions le permettent. En son absence, une personne de votre choix pourra être près de vous en salle de naissance.

Un casier sécurisé est disponible pour vos objets de valeurs. Pensez à ramener une pièce de 1 euro ou 1 jeton.



A la découverte de votre bébé

Quel que soit le mode d'accouchement, dès sa naissance, s'il ne nécessite pas de soins particuliers, votre enfant reste près de vous. C'est le temps de la première rencontre et de la découverte.

Le «**peau à peau**» avec votre bébé vous est proposé ainsi qu'au conjoint.

Il favorise le lien mère-enfant, privilégie une alimentation précoce, réchauffe votre bébé, qui s'adaptera à mieux à son nouvel environnement.

Pendant les deux heures qui suivent la naissance, vous resterez en observation puis vous gagnerez votre chambre.

Le séjour à maternité

Pendant le séjour, différents professionnels seront là pour vous...

La place de votre bébé est idéalement à vos côtés 24 h /24. Afin de faire connaissance et de vous familiariser avec ses besoins, ses rythmes et ses réactions.

Des lits cododo sont à votre disposition. Nous vous encourageons à poursuivre le peau à peau durant le séjour.



Le gynécologue obstétricien, la sage-femme, la puéricultrice, l'auxiliaire de puériculture, l'aide soignante

Les soins seront prodigués selon vos besoins et ceux de votre bébé. Nous vous accompagnerons dans l'apprentissage des gestes de parents et dans la découverte de votre bébé. Vous pourrez poser toutes vos questions aux équipes. Nous respecterons votre rythme et celui de votre bébé.

Nous sommes attentifs à votre douleur pour que vous puissiez au maximum profiter de votre séjour.

Le pédiatre

Le pédiatre examinera votre bébé avant la sortie dans votre chambre.

Un test auditif pour vérifier si votre enfant entend sera réalisé pendant le séjour ainsi qu'un test appelé «guthrie» qui permet de détecter certaines maladies.

La déclaration de naissance : bébé est né, il faut le déclarer !

La constatation de naissance se fait par la sage-femme au moment de la naissance. Vous devrez vous rendre au bureau de déclaration au 1er étage de la maternité pour signer la constatation de naissance (ouvert **du lundi au vendredi de 8 h à 12 h 00 et 13 h 30 à 17 h 00**) qui vous permettra de déclarer votre enfant à la Mairie de Maubeuge dans le délai réglementaire de 5 jours

Même si vous habitez dans une autre commune, vous devez récupérer le livret de famille à la Mairie de Maubeuge.

Numéro de l'état civil de la Mairie : Tél : 03.27.53.75.14.
de 8 h à 12 h 00 et de 13 h 30 à 17 h 30 du lundi au vendredi



La maternité prend soin de vous

Votre chambre dispose du confort moderne .

- **pour les chambres particulières** :
un kit de bienvenue est offert par le CHSA
nous proposons des fauteuils lits confortables pour le conjoint
- le self petit déjeuner est ouvert de **7 h à 10 heures**
- **une collation** vous est proposée dans le self de **14 h à 15 heures**
- le salon d'échanges mamans est à votre disposition où vous pourrez venir avec votre bébé pour vous détendre, pour rencontrer d'autres mamans.



Les visites de vos proches

Les visites de vos proches sont autorisées de **13 h 00 à 20 h 00**.

Merci d'informer les personnes de votre entourage pour qu'ils respectent les horaires de fin de visite.



Frais de séjour : où s'adresser ?

- **Télévision** : kiosque à journaux Hall principal de l'hôpital.
- **Téléphone et chambre - Lit et repas accompagnant**: Bureau des entrées :
Hall de l'hôpital : **du lundi au vendredi : 8h - 12 h et 13 h00 -17 h00**
- **Modalités de paiement** : par chèque, en espèces ou carte bancaire .
- Vous pouvez également régler par carte bleue à partir de notre site internet : www.ch-sambre-avesnois.fr

Les tarifs sont affichés dans les chambres.



La sortie de la maternité

Votre sortie et celle de votre bébé se fait **sur avis médical**.

- La sage-femme fera votre examen de sortie, vous remettra **vos ordonnances et vous expliquera les traitements prescrits**.
- La puéricultrice ou l'auxiliaire de puériculture vous remettra le carnet de santé de bébé, son ordonnance et vous expliquera les traitements prescrits.
- les sorties se font avant **12h00**.

Les dispositifs de sortie

- **le dispositif PRADO** : C'est un service proposé par la CPAM qui vous permettra de bénéficier d'un accompagnement à la maison par une sage-femme libérale (deux visites à programmer) pour toutes les patientes faisant parties des critères de sélection.
- **le dispositif PRADO Précoce** : Vous et votre bébé allez bien ! L'équipe peut vous proposer la sortie à J3 pour les accouchements voie basse et J4 pour les césariennes (J0 étant le jour de la naissance) peut être envisagée pour les patientes **selon certains critères** (santé du bébé et de la maman). L'adhésion au PRADO est obligatoire pour bénéficier d'une sortie précoce ainsi qu'un examen avec un pédiatre ou médecin dans les 15 jours de votre bébé.
- **les sorties accompagnées** : Vous ne rentrez pas dans les critères du PRADO, nous vous proposerons une sortie avec l'accompagnement d'une sage-femme libérale de votre choix qui viendra à votre domicile. La maternité prendra directement contact avec la sage-femme libérale.
- D'autres relais pourront également vous être proposés.



Le retour à la maison

Il est important pour vous d'avoir réalisé les achats nécessaires avant votre retour : vêtements, siège auto, couches, biberons et lait 1er âge si vous n'allaitez pas.

N'oubliez pas de préparer la chambre de bébé ou de lui aménager un espace de tranquillité.

Vous trouverez des informations détaillées sur notre site.

Il sera important pour vous de vous reposer, et de trouver votre rythme avec bébé.

Profitez des siestes de votre bébé pour vous reposer



Votre avis nous intéresse

Nous vous encourageons à remplir le questionnaire de satisfaction pour nous aider à améliorer la qualité de nos prestations.

Le suivi médical maman et bébé

Vous devez passer **une visite postnatale dans les 6 à 8 semaines** qui suivent votre accouchement, auprès de votre médecin traitant, d'un gynécologue obstétricien ou d'une sage femme de votre maternité. Des séances de rééducation périnéales sont proposées à la maternité. Prenez rendez vous dès votre sortie

Pour votre enfant : une consultation est recommandée avant **la fin de son premier mois** chez le médecin traitant, auprès de la PMI ou du pédiatre du Centre Hospitalier de Sambre-Avesnois (**Tel 03 27 69 44 41 du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h 30 et de 13 h 30 à 17 h 00**).