



Maternité

Je prépare
mon accouchement

Sommaire



Bienvenue à la maternité 5

Une maternité de type 3
Des soins adaptés à toutes les grossesses

Avant notre venue, je prépare 8

Nos valises
Les ateliers Nesting
Le projet de naissance

Quand dois-je me rendre à la maternité ? 12

Où me présenter ?
Les règles d'hygiène avant de venir
Les documents à préparer

Bébé est né 16

Présentation du service
La consultation avec le pédiatre

Le déroulement de mon séjour 20

L'organisation médicale de mon séjour
Le volet administratif
La visite des proches



Bienvenue à la maternité



Une maternité de type 3

La maternité du CH Le Mans est une maternité de type 3, c'est-à-dire de haut niveau, habilitée à prendre en charge non seulement les grossesses normales, mais aussi celles qui nécessitent une surveillance particulière de la mère et de l'enfant, le plus souvent en hospitalisation.

Un centre d'excellence

Le pôle Femme-Mère-Enfant offre tout le confort d'une maternité moderne et d'une expertise médicale de pointe, tout en ayant été conçu pour être chaleureux et fonctionnel tant par l'architecture (luminosité naturelle, accessibilité, espaces verts), que par le choix des matériaux qui respectent les impératifs de développement durable.



Des soins adaptés à toutes les grossesses

La maternité du CH Le Mans allie toutes les compétences médicales pour la prise en charge des femmes enceintes, l'accompagnement physiologique des grossesses et les soins adaptés en cas de grossesse pathologique.

La localisation des différents services de prise en charge a été pensée en ce sens : tous sont regroupés dans le même bâtiment pour une réactivité optimale des équipes en cas d'urgence et favoriser la proximité entre les professionnels de santé, les parents et les nouveau-nés. Un personnel ultra-qualifié se relaie jour et nuit pour gérer près de 3 500 naissances par an.





Avant notre venue, je prépare...

Ma valise

- Nécessaire de nuit et vêtements confortables
- Sous-vêtements adaptés (culottes-slips confortables ou jetables ou slips filet)
- Un paquet de serviettes hygiéniques très absorbantes (type serviettes pour la nuit)
- Chaussons
- Ajouter linge et nécessaire de toilette (déodorant, brosse à dents, savon doux...)
- Nécessaire de toilette
- Brumisateur d'eau
- Stylo
- Si allaitement maternel : 2 soutiens-gorge d'allaitement et des coussinets d'allaitement
- Réveil ou une montre
- Savon doux

La valise de mon bébé

- 5 à 10 pyjamas
- 10 bavoirs
- 10 bodies
- 3 chaussons ou bottons
- 2 petits bonnets et des moufles
- 3 brassières de laine (même en été)
- 1 brosse à cheveux et 1 petit peigne
- 2 turbulettes sans manche 0-6 mois
- 2 paquets de couches nouveau-nés (couches lavables autorisées à la charge des parents)
- Savon doux pour la toilette
- Thermomètre (sans mercure)
- Thermomètre de bain
- 2 draps de bains
- Chauffe-biberon



Le projet de naissance

Vous avez probablement des souhaits concernant le déroulement et la prise en charge de votre grossesse et de votre accouchement. Nous vous proposons de nous les faire partager en rédigeant votre projet de naissance.

Vos souhaits seront l'objet d'un dialogue avec les équipes médicales et paramédicales. Les professionnels de la maternité se tiennent à votre disposition pour échanger sur le suivi de votre grossesse, les séances de préparation à la naissance, le déroulement du travail et de l'accouchement, les modalités d'accueil de votre bébé ainsi que sur la place de votre accompagnant.

Les ateliers Nesting

Vous avez besoin de conseils pour accueillir votre enfant dans l'environnement le plus sain possible ?

La maternité vous propose des ateliers Nesting. Ils vous permettront de répondre entre autre aux questions suivantes :

- Le choix des produits pour le bain ;
- La peinture à utiliser pour la chambre de bébé, le mobilier et les jouets adaptés ;
- L'achat des vêtements d'occasion en toute sécurité, le choix du biberon ;
- L'usage du babyphone pour surveiller bébé.

Chaque
mardi matin
de 9h30 à 11h30.

Inscriptions auprès
du secrétariat au
02 43 43 43 50.

Votre projet :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Quand dois-je me rendre à la maternité ?



En cas de doute, il est conseillé de téléphoner à la maternité au préalable, afin de vous rassurer et de vous orienter au mieux sur la nécessité de vous déplacer à l'hôpital (motifs éventuels de consultation).

- Si je perds du sang
- Si je tombe
- Si je perds les eaux
- Si mon bébé bouge moins
- Si j'ai des contractions utérines douloureuses


Où me présenter ?

La journée, de 8h à 20h, aux Urgences Gynécologiques Obstétricales (1^{er} étage).

La nuit, de 20h à 8h, directement en salle de naissance (1^{er} étage) et votre accompagnant pourra rester à vos côtés.

Vous serez prise en charge par une sage-femme et une auxiliaire de puériculture. Elles vous orienteront en salle d'accouchement si la naissance est proche. Votre accompagnant pourra rester à vos côtés en salle de naissance (un seul et même accompagnant).



 Avant de venir, pour des raisons d'hygiène et de sécurité, nous vous demandons de :

- Prendre une douche ;
- Enlever vos bijoux (risque de perte) ;
- Enlever le vernis sur les mains et sur les pieds ;
- Retirer vos lentilles de contact et de vous munir de vos lunettes ;
- Retirer les piercings ;
- Éviter d'apporter des objets de valeur.

Les documents à préparer

La personne de confiance

Avant votre séjour, il vous est recommandé de désigner par écrit une personne de confiance (elle doit être majeure et peut être un parent, un proche ou le médecin traitant) qui peut vous accompagner dans vos démarches.

La personne de confiance joue deux rôles :

- Elle vous accompagne et vous soutient. Elle pourra assister aux entretiens avec les médecins et vous aider à prendre des décisions.
- Elle est consultée pour engager des investigations ou interventions médicales, quand vous ne pouvez pas manifester votre volonté.

La personne de confiance ne prend pas de décisions médicales. Elle est consultée à titre obligatoire mais le médecin pourra passer outre cet avis pour prendre la décision qu'il jugera la meilleure.



- Le formulaire est à demander en consultation
- La désignation vaut pour toute la durée de l'hospitalisation
- Elle est révoquable à tout moment



Documents à fournir à l'arrivée à la maternité

- Carte d'identité ou un autre document avec photo (passeport, permis de conduire...)
- Carte vitale ou attestation délivrée par la sécurité sociale
- Carte d'affiliation à la mutuelle
- Si vous bénéficiez de la Couverture Maladie Universelle (CMU) : attestation CMU
- Carnet de santé de maternité (documents de suivi de grossesse en cours : échographies, résultats de prise de sang...)
- Formulaire de désignation de la personne de confiance
- Livret de famille
- Carnet de santé/vaccination de la maman et du co-parent

Documents à préparer ultérieurement

- Livret de famille et/ou reconnaissance anticipée
- Déclaration du choix de nom de famille complétée et signée par les deux parents si nécessaire (document fourni par la mairie ou par la maternité).



Bébé est né...



L'équipe dans le service d'obstétrique accompagne vos premiers pas de parents. Devenir parents est une belle aventure, mais ce n'est pas toujours si simple !

Alors parlons-en : sages-femmes et auxiliaires de puériculture seront à vos côtés tout au long de votre séjour. Il est également possible de rencontrer un psychologue pour échanger autour de cette naissance.

Présentation du service

Situé au 2^e étage du bâtiment Aliénor, le service compte 35 chambres seules et 4 chambres doubles. Le partage de la chambre avec une autre maman se fait en fonction de la disponibilité du service et de la prise en charge financière par votre mutuelle.

Les chambres sont entièrement équipées pour permettre les soins quotidiens des nouveau-nés sans les séparer de leur mère :

- salle de bain individuelle, équipée de sanitaires et d'une douche,
- baignoire bébé,
- table à langer,
- lit électrique,
- télévision,
- téléphone,
- berceau.

Le service d'obstétrique dispose d'un espace nurserie et d'une salle de consultation avec le pédiatre.

Les professionnels qui vous entourent

- Pédiatre
- Gynécologue obstétricien
- Sage-femme et une sage-femme coordinatrice
- Auxiliaire de puériculture
- Psychologue
- Assistante sociale
- Équipe d'hygiène des locaux de soins



Consultation avec le pédiatre

Avant votre sortie, un pédiatre examinera votre bébé.

Le déroulement de mon séjour



La durée de séjour

La durée de votre séjour sera déterminée par votre état de santé et celui de votre enfant : l'accord de sortie sera validé par la sage-femme et le pédiatre.

Si souhait d'un retour anticipé, préparer ce retour avec votre sage-femme libérale.

Durant le séjour, différents soins et étapes vont se dérouler, en fonction de vous et de votre bébé.

Accouchement par les voies naturelles

Séjour standard
3 à 4 jours

Retour anticipé
48 à 72 heures

Accouchement par césarienne

Séjour standard :
4 à 5 jours

Retour anticipé :
72 à 96 heures



Le matin

- Consultation avec le pédiatre
- Passage de l'équipe d'hygiène des locaux de soins

Après-midi

- Atelier de massage collectif
- Atelier de conseils de sortie

Dans la journée

- Passage de l'auxiliaire de puériculture et de la sage-femme

L'organisation médicale de mon séjour

Des lits pour accompagnants sont disponibles sur demande pour que la personne de votre choix reste à vos côtés (prix et prestation petit-déjeuner supplémentaire, se renseigner auprès du service).

• Heure des repas

Petit-déjeuner : 7h30 - 8h

Déjeuner : 12h

Dîner : 18h30 - 19h

• Télévision, comment l'activer ?

Appeler Télécom service via le standard (composer le 9 sur le téléphone de la chambre)

• Internet, comment l'activer ?

Pour l'accès à Internet, vous pouvez louer des clés 3G pour PC ou des PC portables au guichet du prestataire au 1^{er} étage du bâtiment Monet.

Vous pouvez, tout au long de votre séjour, solliciter notre équipe (psychologues, conseillère conjugale, assistante sociale...).



Volet administratif

Un certificat d'accouchement est établi à la naissance de votre ou vos enfants par la sage-femme.

La déclaration de naissance est obligatoire dans les 5 jours suivant la naissance.

Un bureau d'état civil est présent au rez-de-chaussée de la maternité afin d'envoyer à la mairie tous les documents nécessaires (certificat d'accouchement, reconnaissance anticipée). Le but est de vous faciliter les démarches administratives.

Si vous habitez à plus de 45 minutes de la maternité, un dispositif d'hébergement non médicalisé peut vous être proposé. Les conditions d'accès vous seront précisées au moment de votre consultation du 8^e mois par le secrétariat de la consultation d'obstétrique.

Pour les retours anticipés, veuillez contacter une sage-femme libérale.

Horaires d'ouverture du bureau de l'état civil

(accueil niv. 0 Aliénor)

Du lundi au vendredi de 8h à 16h

Le samedi de 8h30 à 12h30



La visite des proches

Les visites sont autorisées de 15h à 19h pour les enfants de la fratrie et autres visiteurs (dans la limite de 2 par jour). Seul le conjoint (ou accompagnant) peut être présent toute la journée.

Votre séjour à la maternité étant court, nous vous conseillons de limiter les visites à votre entourage le plus proche. Cela vous permettra de vous reposer, de vous assurer une qualité de prise en charge, de ne pas gêner le déroulement des soins et de limiter le risque de contagion.

Maternité

Centre Hospitalier du Mans

Pôle Femme – Mère – Enfant

62 rue de Degré
72100 Le Mans

02 43 43 43 50

Suivez-nous



ch-lemans.fr

Voir le film
« Une grande idée
de l'hôpital »



Établissement membre de la direction commune
des centres hospitaliers de Château-du-Loir,
du Lude, du Mans, de Saint-Calais et de l'EHPAD
de Bessé-sur-Braye.

Établissement support
du Groupement Hospitalier
de Territoire de la Sarthe.

