

Être enceinte et avoir un enfant au temps de la COVID-19 : des consignes pour bien vivre cette expérience extraordinaire en période singulière

Votre sécurité et votre santé : nos priorités

Afin d'assurer la sécurité des familles et du personnel ainsi que pour réduire les risques de contamination, des mesures exceptionnelles sont mises en place. Il est impératif d'appliquer certaines mesures pour le bon déroulement du suivi de votre grossesse et de votre accouchement.

Votre collaboration est essentielle : il en va de votre sécurité et de celle de nos équipes!

Pendant la grossesse



- **Les rencontres prénatales sont maintenant disponibles via Zoom.**
Vous devez vous inscrire en joignant le CLSC de la Vallée-des-Forts ou le CLSC Saint-Hubert.
En complément, vous pouvez toujours consulter des outils d'information validés scientifiquement disponibles en ligne. Le *Mieux-vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans* vous sera remis en version papier par votre médecin et il est disponible en ligne ainsi que le document *Allaitement en contexte de pandémie - Outil d'information pour les parents* (santemc.quebec/grossesseccovid).
- **Des rendez-vous médicaux adaptés aux recommandations pour la pandémie.**
 - Pour les rendez-vous de suivi de grossesse à la clinique, vous devrez vous y présenter seule. Pour les consultations à l'hôpital (unité mère-enfant, échographie, version foetale) et en maison de naissance, vous pourrez être accompagnée de votre partenaire/personne significative. Aucune autre personne ne sera admise, que ce soit vos enfants ou une accompagnante à la naissance, par exemple.
 - Un prétriage téléphonique de votre statut COVID-19 sera réalisé avant chaque rendez-vous afin d'assurer la mise en place des mesures de protection nécessaires.
 - Lors de vos rendez-vous à l'hôpital, vous devez utiliser l'entrée principale et mentionner la raison de votre présence (ex. : échographie, rendez-vous à l'unité mère-enfant).

En cas de symptômes* :

- Si vous présentez des symptômes, appelez la ligne Info-COVID au 1 877 644-4545 et avisez, par téléphone ou par courriel, votre médecin de votre situation afin de connaître la procédure pour les suivis de grossesse et l'accouchement. En fin de grossesse, en présence de symptômes, il sera important de vous faire dépister pour la COVID-19 avant l'accouchement en contactant le numéro ci-haut mentionné.
- Si votre accompagnateur à l'accouchement présente des symptômes à la fin de votre grossesse, il devra effectuer un test de dépistage de la COVID-19 afin d'avoir son résultat (statut COVID-19) lors de votre admission à l'hôpital.

* Les principaux symptômes compatibles avec la COVID-19 sont la fièvre, l'apparition ou l'aggravation d'une toux et une difficulté à respirer ou une perte soudaine de l'odorat sans congestion nasale avec ou sans perte de goût. D'autres symptômes peuvent aussi apparaître : mal de gorge, mal de tête, douleur musculaire, fatigue intense, perte importante de l'appétit et diarrhée.

Pendant l'hospitalisation

(travail, accouchement et séjour postnatal)



- Votre partenaire ou une personne significative pourra vous accompagner si elle ne présente pas de symptômes de la COVID-19 OU si elle a obtenu un résultat négatif, en fin de grossesse, au test de dépistage de la COVID-19.
- Lors de votre arrivée à l'hôpital, vous devrez utiliser l'entrée principale (entrée désignée durant la nuit) afin qu'un prétriage de votre statut COVID-19 et de celui de votre accompagnateur soit réalisé. Vous devez mentionner que vous vous dirigez à l'unité mère-enfant.
- La femme enceinte devra porter un masque lors d'interventions de proximité de façon prolongée (à l'exception du travail et de l'accouchement).
- L'accompagnateur devra porter un masque en présence des travailleurs de la santé.
- Un prélèvement pour le dépistage de la COVID-19 sera réalisé chez toutes les femmes enceintes hospitalisées.
- Vous serez confinés à votre chambre pendant tout le séjour : aucune sortie ne sera permise.
- Nous vous fournirons les repas. Vous devrez prévoir vos collations ainsi que vos effets personnels pour un séjour de 48 heures.
- Comme les douches sont communes, elles ne seront pas accessibles. Nous mettrons à votre disposition les articles nécessaires pour effectuer une toilette partielle à votre chambre.
- Si vous fumez, notez qu'il sera impossible de sortir pour le faire. Veuillez donc prévoir une mesure de remplacement de la nicotine. Notez que le pharmacien peut faire une prescription pour l'accompagnateur. La femme enceinte, toutefois, doit disposer d'une prescription médicale (voir avec votre médecin).
- Votre nouveau-né sera dans la chambre en cohabitation 24 heures sur 24 avec vous, sauf si son état de santé requiert une hospitalisation à la pouponnière de soins intermédiaires.
- Aucun visiteur ne sera admis (incluant la fratrie ou un deuxième accompagnateur).
- Votre accompagnateur et vous-même pourrez quitter lorsque vous obtiendrez votre congé.

Après la naissance de votre nouveau-né



- Si vous présentez des symptômes compatibles avec la COVID-19, vous devrez :
 - laver vos mains et porter un masque en tout temps lors de l'allaitement et lors de tout contact (moins de 2 mètres) avec votre nouveau-né;
 - appliquer des mesures d'hygiène strictes (lavage fréquent des mains); Voir les consignes précisées dans le *Guide autosoins - COVID-19* (santemc.quebec/grossesseccovid).
 - placer le berceau de votre bébé à 2 mètres (6 pieds) de vous.

Pour le retour à la maison :

Appliquez les consignes du document *Guide autosoins - COVID-19* (santemc.quebec/grossesseccovid) produit par le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) que vous avez reçu à votre domicile ou le consulter dans Internet.

Une infirmière de votre CLSC vous appellera dans les 24 à 48 heures suivant votre congé du lieu de naissance pour effectuer une évaluation de votre état de santé et de celui de votre nouveau-né. Une visite à domicile ou un suivi sera planifié au besoin.

Sites Internet d'intérêt

- Quebec.ca/coronavirus
- Ste-Justine et COVID-19
- Institut national de santé publique du Québec