

Avant, pendant et après l'accouchement :

services, interventions et informations utiles

Tout au long de votre grossesse, vous recevrez beaucoup d'informations que ce soit lors de vos rendez-vous avec votre médecin, durant les rencontres de préparation à l'accouchement, lors de conversations entre amis et membres de votre famille, sans oublier tout ce que vous découvrirez sur internet et les réseaux sociaux! Certaines de ces informations vous rassureront, d'autres pourraient provoquer des inquiétudes ou faire naître de nouveaux questionnements. Notez-les et discutez-en avec votre professionnel(-le) de la santé lors de vos rendez-vous.

Remplissez vos souhaits de naissance

Après avoir lu cette fiche, vous pourrez ensuite mettre par écrit vos demandes et souhaits dans le document *Vos souhaits de naissance*. Remettez le document rempli à un membre de l'équipe qui vous accueillera à votre arrivée à l'hôpital. Prenez le temps de discuter de vos souhaits avec l'infirmière et le médecin qui seront présents afin de vérifier ce qui pourra être réalisé durant votre travail et votre accouchement. Cela nous permettra de mieux vous connaître et vous accompagner dans ce moment unique!

Quand communiquer avec la salle d'accouchement

Contactez-nous à la salle d'accouchement dans les situations suivantes :

- vous avez des inquiétudes ou des questionnements;
- vous avez des contractions douloureuses qui reviennent toutes les cinq minutes ou plus rapprochées depuis 60 minutes et qui durent au moins 45 à 60 vous perdez du liquide ou du sang;
- vous sentez que votre bébé bouge moins qu'à l'habitude;
- vous avez fait une chute, reçu un coup au niveau du ventre ou été impliquée dans un accident de voiture;
- vous êtes enceinte de 20 à 37 semaines de grossesse et vous avez des douleurs au ventre qui viennent et qui partent.

Hôpital Pierre-Boucher : 450 468-8320 | Hôtel-Dieu de Sorel : 450 746-6219 | Hôpital Honoré-Mercier : 450 771-3337

Ce que vous devez savoir pendant le travail à la salle d'accouchement

(selon votre condition et la disponibilité)

- **Milieu d'apprentissage pour les étudiants dans divers domaines de la santé** : Il est possible que des étudiants en médecine ou des infirmières en formation participent aux soins, en présence d'une personne responsable.
- **Aucune visite pendant le travail et l'accouchement** : Vous pouvez être accompagnée d'un maximum de deux personnes de votre choix, et ce, tout au long du travail qui mènera à l'accouchement. Par contre, ces accompagnateurs ne pourront pas circuler à l'extérieur des chambres.
- **Boire, manger et bouger** : Vous pouvez boire et manger des repas légers et des collations selon votre tolérance. Nous vous invitons à apporter des breuvages et des collations que vous aimez pour manger et vous hydrater durant cette période. Il est également important de bouger et de changer de position durant le travail afin de faciliter la descente du bébé. Des repas et collations de l'hôpital pourront aussi vous être servis.
- **Streptocoque du groupe B** : Si le résultat est positif, des antibiotiques vous seront donnés par les veines. Ils vous seront donnés à partir de votre admission et seront répétés jusqu'à la naissance du bébé. Si vous avez une césarienne de prévue et que vous perdez vos eaux avant la césarienne, vous recevrez aussi des antibiotiques.
- **Soulagement non pharmacologique de la douleur** : Vous avez accès à différents moyens ou accessoires : ballon d'exercice, ballon en forme d'arachide, oreiller de corps, galette, chaise de massage (si disponible), bain, barre de suspension, injections de papules d'eau stérile (si disponibles) et aux points de pression. Nous sommes là pour vous accompagner.
- **Soulagement pharmacologique de la douleur** : Des médicaments contre la douleur en injection (piqûre dans votre bras), l'épidurale et le bloc honteux (piqûre dans le vagin pour diminuer la douleur pendant la poussée) sont accessibles, selon le centre où vous accoucherez. Vous devrez en faire la demande auprès de votre infirmière ou au médecin si vous souhaitez les recevoir. Ils pourront vous expliquer les choix qui seront adaptés pour vous.
- **Surveillance du cœur du bébé** : Nous écouterons souvent le cœur de votre bébé soit par une écoute intermittente, comme lors de vos rendez-vous chez le médecin, ou avec un moniteur installé sur votre ventre pour toute la durée du travail. Si vous devez avoir le moniteur en continu, vous pouvez demander d'avoir un moniteur sans fil (si disponible) afin de vous permettre de bouger plus librement.
- **Poussée** : Vous pouvez pousser dans la position de votre choix sauf en cas d'urgence médicale ou selon la demande du médecin.
- **Forceps, ventouse et épisiotomie** : Ces interventions sont utilisées seulement si le médecin considère qu'il est préférable de le faire pour votre sécurité et celle de votre bébé.
- **Césarienne** : Dans la mesure du possible, l'anesthésie régionale (rachidienne ou péridurale) qui permet à la mère d'être éveillée sera priorisée afin de soulager la douleur durant la césarienne et le premier 24 heures suivant celle-ci. Votre partenaire peut être présent(e) à vos côtés durant la césarienne sauf en situation d'urgence.

Ce que vous devez savoir après la naissance de votre bébé

- **Contact peau à peau** : Dès la naissance de votre bébé et tout au long de votre séjour à l'hôpital, nous vous encourageons fortement à pratiquer le contact peau à peau aussi souvent que possible, pour ses nombreux bienfaits.
- **Cordon** : Le cordon est clampé et coupé après un délai d'une à deux minutes selon la condition de votre bébé.
- **Post-partum** : À la naissance de votre bébé, une dose d'ocytocine (pitocin) vous sera proposée afin de prévenir l'hémorragie.
- **Soins du bébé** : Ils sont faits auprès de vous dans les deux premières heures de vie. Les soins qui seront faits à votre bébé, avec votre consentement, sont : la pesée, la mesure de sa grandeur et sa tête, l'injection de la vitamine K afin de prévenir les saignements, ainsi que l'application de l'onguent antibiotique (érythromycine) dans les yeux pour prévenir les infections.
- **Alimentation du bébé** : Vous pourrez nourrir votre bébé dans la première heure de vie, selon le mode d'alimentation de votre choix.
- **Durée de votre séjour** : Elle variera en moyenne entre 24 et 48 heures, selon le mode d'accouchement (vaginal ou césarienne), ainsi que votre état et celui de votre bébé.
- **Heures des visites** : Renseignez-vous auprès de votre centre hospitalier.

Des ressources utiles

- **Site Web Nouveaux parents du CISSS de la Montérégie-Est** : nouveauxparents.com
- **Guide *Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans* de l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ)** : ciiss.me/guide-inspq
- **Site Web de Naître et grandir** : naitreetgrandir.com