L’ACCOUCHEMENT :

Bien se préparer

- Les cours de préparation à l’accouchement sont menés par des sages-femmes et sont pris en charge par l’assurance maladie. Ces cours, divisés en un entretien et 7 séances, permettent de préparer les futurs parents à l’arrivée de leur bébé.
- Vivre plus sereinement ce moment fortement chargé émotionnellement implique également de préparer son « sac de maternité » en avance. Au-delà des papiers administratifs obligatoires (dossier médical, carte vitale, carte de mutuelle,…), d’une trousse de toilette complète et d’un sac à langer bien garni, il est parfois utile de prendre le temps de réfléchir pour ramener certains éléments qui peuvent être d’un vrai secours : votre chargeur de téléphone, une veilleuse pour les biberons nocturnes et éviter les néons, un brumisateur ou encore de la lecture. Le sac de maternité doit répondre à vos besoins et vous permettre d’être à l’aise pour votre accouchement.

- Vous pouvez également constituer un « projet de naissance », dans lequel vous pouvez indiquer toutes vos préférences concernant votre prise en charge et celle de votre enfant à naitre. Cela vous évitera de devoir briefer le personnel médical le jour de votre accouchement et de gagner toujours plus de sérénité. C’est est un document écrit par les futurs parents destiné à l’équipe médicale. Il peut être rédigé avec l’aide d’une sage-femme ou du gynécologue-obstétricien. Il doit être remis à l’équipe lors de la 36ème semaine de grossesse

Les risques de l’accouchement

Mettre au monde un bébé n’est pas un acte anodin. Après l’accouchement, le personnel de santé est formé pour détecter et réagir aux différentes problématiques possibles (saignements, fièvres, etc.), n’hésitez pas à les prévenir si quelque chose vous semble anormal, ils pourront répondre à vos interrogations. Les contrôles réguliers auront lieux avant votre retour chez vous.

URL de la source (modifié le 26/06/2020 - 15:08): https://www.pontault-combault.fr/pre-natalite-et-naissance/laccouchement