

Mon projet de naissance

C-1740 Imprimerie du GHR Mulhouse Sud-Alsace - Février 2023

*La naissance de votre enfant
est un moment unique de votre vie*



GHR

Mulhouse Sud-Alsace

La naissance de votre enfant est un moment unique de votre vie

N'hésitez pas à parler de vos souhaits, de vos attentes au(x) professionnel(s) qui suit(vent) votre grossesse ainsi qu'à l'équipe présente le jour de votre accouchement.

Notre équipe est à votre écoute et mettra tout en œuvre pour satisfaire votre projet dans le respect de votre sécurité et celle de votre bébé. Il est aussi possible de l'écrire et de le remettre soit en consultation soit le jour de votre accouchement.



Les bonnes raisons de faire un projet de naissance :

Pour exprimer clairement vos souhaits. Au moment de l'accouchement, vous pensez qu'il sera difficile de les exprimer clairement ou vous craignez d'oublier les éléments qui comptent pour vous, faites-en une liste qui sera un support pour en discuter avec la sage-femme

Parce que c'est l'occasion de vous renseigner : sur la grossesse, l'accouchement, l'accueil du nouveau-né, mais aussi sur les pratiques dans notre maternité. Il est souhaitable de pouvoir rencontrer un professionnel lorsque l'on rédige un projet de naissance afin de discuter des différents éléments qui vous posent problème ou vous inquiètent et ainsi d'en discuter la faisabilité. Vous pouvez aborder tout cela en cours de préparation mais aussi lors de l'entretien prénatal précoce ou au cours de votre suivi de grossesse.

Si, dans votre parcours vous avez un vécu difficile d'un précédent accouchement ou d'une hospitalisation et que cela n'a pas pu être exprimé ce sera l'occasion de le partager, de comprendre pourquoi et comment certains soins ont été faits et d'exprimer ce qui ne vous a pas satisfait.

Il est primordial que le projet vous soit personnel, à vous, au couple, il doit être le fruit de vos réflexions et vos besoins. Vous pouvez vous inspirer d'exemples sur internet, mais écrivez tout simplement ce que vous souhaitez nous dire, ce qui compte pour vous. Et le jour de votre accouchement vous relirez ce projet avec la sage-femme qui vous accompagnera.

Vous allez exprimer vos propres souhaits

Il est fréquent d'y trouver :

La mobilité

La mobilité pendant le travail (debout, assise, accroupie, sur le ballon...) est tout à fait possible et peut même favoriser le travail, c'est pourquoi elle vous sera proposée par la sage-femme.

Ses limites éventuelles :

- **L'enregistrement du rythme cardiaque fœtal et des contractions** est nécessaire de façon plus ou moins continue. Si la mobilité est le plus souvent possible, une difficulté d'enregistrement ou une anomalie du rythme cardiaque de l'enfant peut nous conduire à vous demander de rester assise ou allongée sur le côté sur une période définie pour s'assurer du bien-être de votre enfant.

- **La péridurale.** Si vous souhaitez une analgésie péridurale, il faut savoir qu'une fois celle-ci posée il est très rare que les patientes puissent tenir sur leurs jambes. Vous pourrez tout de même changer de position.
- **La perfusion :** Si aucune perfusion de médicament n'est pas nécessaire pendant votre travail ou accouchement un cathéter d'attente vous sera posé par sécurité, vous serez alors libre de vos mouvements

L'accouchement sans péridurale

Si vous vous êtes préparée dans l'objectif d'accoucher sans anesthésie péridurale, cela est bien sûr possible. Une complication peut amener à une indication médicale d'anesthésie (péridurale ou autre selon la situation), dès lors l'équipe médicale vous expliquera les raisons de son indication.

Une position d'accouchement spécifique

Vous souhaitez accoucher assise, à quatre pattes, sur le côté... C'est envisageable, discutez-en avec la sage-femme qui vous accompagnera pendant l'accouchement

Une méthode de poussée spécifique

En apnée ou en soufflant, en vous étirant ou en vous enroulant autour de votre ventre... Parlez-en avec la sage-femme qui vous accompagnera pendant l'accouchement.

L'allaitement

Nous vous accompagnerons dans votre choix d'un allaitement maternel ou d'un allaitement au biberon, et ce dès la salle de naissance

Ce n'est qu'en cas de besoin et prescription médicale que nous ferons appel à des aides techniques (complément de lait, tire-lait...) et dans le respect de la physiologie de l'allaitement maternel

Nous favorisons

- **La présence du conjoint ou d'un accompagnant** : A l'accueil des urgences, en salle d'accouchement, pendant le séjour en chambre seule, le conjoint (ou un accompagnant désigné) est le bienvenu à vos côtés 24h/24, à condition d'être un soutien pour vous et que le temps des soins soit respecté. La présence de votre accompagnant en salle de césarienne est à discuter avec l'équipe de garde et dépendra aussi du degré d'urgence de celle-ci.
- **Le peau à peau avec votre bébé** : Nous sommes persuadés que le peau à peau apporte de nombreux bénéfices pour maman et bébé. Si tout le monde se porte bien et que les conditions le permettent vous serez invitée à garder votre enfant en peau à peau dès la naissance. Votre conjoint pourra lui aussi faire du peau à peau s'il le souhaite.
- **Musique, température, luminosité en salle d'accouchement** : Température et luminosité sont réglables, à vous de demander ce qui vous convient. Amenez vos écouteurs et votre play-list.

L'information des soins et des décisions qui vous concernent :

c'est un droit du patient. Nous nous devons de vous informer de votre situation médicale, de l'évolution attendue et des décisions à prendre. Pour autant, en cas d'urgence, nous pouvons être amenés à vous expliquer en détail ces informations après avoir géré l'urgence vitale qui vous concerne (vous ou votre enfant).

- **Eviter le déclenchement.** Nous ne déclençons pas le travail si cela n'est pas nécessaire, en effet certaines pathologies de la grossesse et de l'accouchement le rendent indispensable, il vous en sera expliqué les bénéfices, les risques et les modalités.
- **Eviter la césarienne.** Une césarienne qu'elle soit programmée ou en urgence est pratiquée pour votre sécurité et celle de votre enfant. Dans tous les cas l'explication vous en sera donnée.

- **Eviter les forceps, la ventouse, ou les spatules.** Nous privilégions avant tout l'accouchement naturel, par les positions, l'attente d'au moins 2 heures à dilatation complète afin de favoriser l'engagement de l'enfant dans le bassin. Chaque naissance ayant sa temporalité, quelque fois le médecin doit intervenir pour la santé de la mère et de l'enfant, et il choisit l'instrument le plus adapté
- **Eviter l'épisiotomie.** Des recommandations sont publiées afin de limiter les épisiotomies à des indications très précises ; celles-ci vous seront données soit par la sage-femme soit par le médecin s'il doit intervenir.

***La naissance de votre enfant vous appartient
aussi nous mettrons tout en œuvre
pour vous accompagner vers un accouchement
le plus naturel possible dans un espace sécurisé.
Le recours à une médicalisation raisonnée
en est la garantie.***