



Centre Hospitalier de Blois
Mail Pierre Charlot - 41 000 Blois
02.54.55.66.33

Secrétariat Maternité
02.54.55.62.35

www.ch-blois.fr
<https://www.perinatalite-centre.fr/>

MATERNITÉ

LIVRET D'ACCUEIL

Edition 2025



BIENVENUE A LA MATERNITE DE BLOIS

Ce livret est conçu pour vous informer sur l'organisation de la maternité.

Il vous accompagne et vous guide afin de mieux appréhender le déroulement de votre grossesse.

L'équipe reste bien entendu toujours à votre disposition pour vous accompagner durant votre grossesse et tout au long de votre séjour en maternité.



SOMMAIRE

LA MATERNITE DU CENTRE HOSPITALIER DE BLOIS

Une maternité de niveau 2B

Présentation des locaux

Présentation du personnel

MON SUIVI DE GROSSESSE

Ma grossesse mois par mois

Le suivi de grossesse à la maternité de Blois

La consultation d'anesthésie

Préparation à la naissance et à la parentalité

Entretien précoce personnalisé

Préparation à la naissance

Association Tout p'tits 41

MON ARRIVEE A LA MATERNITE

Quand dois-je consulter à la maternité ?

Où se présenter et quels documents préparer ?

Avant ma venue, que dois-je préparer pour moi et mon bébé ?

Mon accouchement

MON SEJOUR A LA MATERNITE

Certificat d'accouchement et déclaration de naissance

En pratique, ma journée dans le service et déroulement du séjour

Les visites à la maternité

LE RETOUR A DOMICILE

Durant ma grossesse, que dois-je préparer pour le retour à la maison ?

Le jour de la sortie

Quels accompagnements à mon retour à la maison ?

LA MATERNITE DU CENTRE HOSPITALIER DE BLOIS

UNE MATERNITÉ DE NIVEAU 2B

La maternité fait partie du [service de gynécologie-obstétrique du CHB](#) qui prend en charge la santé de la femme. Ce service comprend :

- une maternité située au 2ème étage
- un service de chirurgie-gynécologie
 - > Consultations au rez-de-chaussée ou 2ème étage
 - > Hospitalisation de jour en chirurgie ambulatoire au rez-de-chaussée
 - > Hospitalisation complète et de semaine en UC5 ou 5ème étage

La maternité du Centre hospitalier de Blois est une [maternité de type 2B](#) et dispose d'une unité d'obstétrique et de néonatalogie (service de pédiatrie spécialisé pour les nouveau-nés, composé de 12 lits + 3 lits de soins intensifs). Il s'agit donc d'une maternité habilitée à prendre en charge les grossesses de déroulement physiologique mais aussi celles qui nécessitent une surveillance particulière de la mère et de l'enfant, le plus souvent en hospitalisation. [La maternité peut prendre en charge les nouveaux-nés à partir de 32 SA et/ou avec un poids > à 1.5kg .](#)

Si l'état de santé de la mère ou du nouveau-né nécessite des soins plus particuliers, la maternité travaille en [collaboration avec d'autres maternités du réseau périnatal de la région Centre-Val de Loire](#) comme le CHRU de Tours ou le CHU d'Orléans lorsqu'un transfert est envisagé.

Un [service génétique](#) existe également au sein de la maternité de Blois et travaille en lien avec l'unité de diagnostic prénatal et de médecine foetale du CHRU de Tours.

Depuis avril 2022, la maternité a reçu le label "Maternité sans tabac". Ce label de la Mutualité française certifie de la qualité de l'accompagnement des futurs parents fumeurs par les sages-femmes du service maternité.

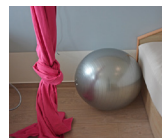
LA MATERNITÉ

PRÉSENTATION DES LOCAUX

Du côté du **bloc obstétrical**, le service se compose :

- > d'une salle de **consultation d'urgence**
- > de 4 lits de **pré-travail** (disposés dans 2 chambres doubles)
- > de 4 **salles d'accouchement** et d'un **espace physiologique**

En effet en 2022, un **espace physiologique a ouvert au sein du bloc obstétrical**, pour les couples ayant un projet de naissance sans péridurale, avec bain, banquette double, liane d'étirement, projecteur de lumière d'ambiance et enceinte bluetooth. L'accès à cet espace est conditionné par l'absence de contre-indication et la signature d'une charte d'utilisation par la femme et l'accompagnant. Il est important de préciser que nous ne pratiquons pas d'accouchements dans la baignoire. N'hésitez pas à aborder votre souhait éventuel d'accéder à cet espace auprès des sages-femmes lors de vos consultations.



Nos 4 autres salles d'accouchement sont éclairées par la lumière naturelle et dotées de variateur d'intensité pour la nuit. Un poste radio-lecteur CD est à votre disposition, pensez à apporter votre musique pour une ambiance plus intime et personnalisée.

Pour votre confort et réaliser des postures favorisant le bon déroulement de l'accouchement, chaque salle possède :

- > un lit d'accouchement confortable et modulable
- > des ballons, galette, triangle...
- > un coussin de positionnement

L'accès au douche reste également possible durant le travail pour toutes les patientes sans péridurale qui accouche dans les salles d'accouchement habituelles.

Pour votre sécurité et celle de votre bébé, chaque salle est également équipée :

- > d'un monitoring (surveillance des contractions, du rythme cardiaque du bébé et de la mère, tension...) relié à un ordinateur central dans le bureau des sages-femmes
- > d'un chariot complet d'anesthésie (pour les gestes d'urgence et la péridurale)
- > d'une table chauffante pour les premiers soins de votre bébé (ainsi vous pourrez assister à son premier examen, réalisé par la sage-femme)

Du côté du service d'hospitalisation, la maternité se compose de 25 lits :

- > 16 chambres individuelles
- > 1 chambre individuelle adaptée pour personne à mobilité réduite
- > 4 chambres doubles avec des lits séparés par un rideau.

Si vous souhaitez bénéficier d'une chambre seule, vous devez vous rendre au préalable aux admissions de l'hôpital pour réaliser les formalités administratives : il s'agit d'un service payant (votre mutuelle peut le prendre en charge, renseignez-vous auprès de votre organisme). Avoir réalisé ces formalités ne vous assure pas de bénéficier d'une chambre seule à votre arrivée, cela dépendra de la disponibilité ou non à ce moment-là.

La majorité des chambres est équipée d'une douche, de sanitaire, ainsi que d'une nurserie et d'un pèse-bébé en chambre. Le service possède un tunnel de photothérapie pour le traitement de l'ictère néonatal (« jaunisse »).

Chaque chambre est équipée d'un appel malade. Il s'agit d'un moyen de communiquer avec le personnel par l'intermédiaire d'un interphone.

Chaque chambre est également équipée d'une télévision écran plat pour chaque lit (avec casque audio pour la patiente), d'un téléphone (installation d'une ligne personnelle sur demande) et offre la possibilité d'un accès au réseau Internet .

Pour activer l'accès à ces prestations dans votre chambre veuillez vous adresser au guichet concerné (prestataire privé), situé dans le hall d'entrée de l'hôpital (tarifs à l'accueil) :

- > du lundi au vendredi de 10h à 18h
- > les samedis, dimanches et jours fériés de 14h à 18h

Vous pouvez également contacter directement l'hôtesse en composant le 6869 (le 3099 en dehors des heures d'ouverture). Si besoin, se référer au livret d'accueil situé dans chaque commode en chambre.

LA MATERNITÉ

Le service de néonatalogie se situe au 8ème étage. Il est accessible 24h/24 pour les parents.

Une cafétéria se situe dans le hall de l'hôpital.

PRÉSENTATION DU PERSONNEL

L'équipe de la maternité du CHB est pluridisciplinaire et se compose :

• d'une équipe soignante

- un gynécologue-obstétricien, un pédiatre et une équipe anesthésiste (médecin et infirmier anesthésiste) présents 24h/24 sur place

- une équipe de **sages-femmes** vous accompagne dans le suivi de votre grossesse, anime les rencontres en préparation à la naissance, pratique les accouchements, assure votre surveillance médicale au cours de votre séjour et vous conseille avant votre sortie, en collaboration avec les médecins lorsque cela est nécessaire

- une **sage-femme coordinatrice**, responsable avec le chef de service du fonctionnement du service

- les **infirmières puéricultrices** assurent la surveillance et les soins infirmiers de l'enfant pendant votre séjour. Elles vous accompagnent également dans les soins de votre bébé

- les **auxiliaires de puériculture** et les **aides-soignantes** sont présentes avec la sage-femme lors de votre accouchement et répondent aux besoins quotidiens de l'enfant et de sa mère lors du séjour en maternité.

• d'une équipe hôtelière

- les **agents de service hospitalier** (A.S.H) assurent l'entretien des locaux et la distribution des repas

- l'**intendante** assure des responsabilités dans le domaine du confort hôtelier des hospitalisées et dans la gestion du matériel nécessaire à une bonne prise en charge.

Enfin, une **équipe administrative** composée de **secrétaires médicales** assure la gestion des rendez-vous, la liaison avec l'équipe médicale et participe à la gestion des dossiers médicaux.

Notre service a aussi pour mission de participer à la formation des professionnels de demain. Il y a donc régulièrement dans le service des étudiants stagiaires et également des internes en médecine qui peuvent être amenés à vous prendre en charge.

Tout au long de votre grossesse et de votre séjour, nous pouvons également solliciter selon vos besoins différents intervenants présents du lundi au vendredi au sein du CHB:

- kinésithérapeutes
- les conseillères conjugales et familiales
- les psychologues
- les infirmier(e)s en tabacologie - addictologie
- une assistante sociale
- une diététicienne...



MON SUIVI DE GROSSESSE

Le congé maternité pour un premier et un deuxième enfant est compris entre 35 SA et 10 semaines après l'accouchement. Certaines personnes peuvent bénéficier d'un congé pathologique à partir de 33SA. Nous vous conseillons de **réfléchir en amont pour le mode de garde** de votre enfant si vous reprenez le travail à la fin du congé maternité. Pour un 3ème enfant, il débute à partir de 33SA et se poursuit jusqu'à 18 semaines après l'accouchement. Lorsque vous attendez plus d'un bébé, le congé est plus long.

Le **congé paternité est à présent de 25 jours calendaires** (32 jours si grossesse multiple). Les 4 jours de naissances sont à prendre immédiatement après la naissance. Les 21 autres jours peuvent être pris plus tard et en fractionné. Vous devez prévenir votre employeur au moins 1 mois à l'avance. Si votre enfant est **hospitalisé à sa naissance, vous pouvez bénéficier d'un congé supplémentaire**, de maximum 30 jours.

SYNTHÈSE DE MA GROSSESSE MOIS PAR MOIS

Le suivi de votre grossesse comprend un **rendez-vous mensuel** par un médecin ou une sage-femme, **des analyses urinaires et des prises de sang** mensuelles, ainsi que **des échographies** (nombre d'échographie selon votre dossier médical). **Tous les résultats de vos examens sont à emmener pour votre ouverture de dossier au CHB**. En général il y a minimum de 3 échographies réalisées durant votre grossesse, soit une par trimestre pour connaître : la datation de la grossesse, vérifier la morphologie de votre bébé, et sa croissance.

La **déclaration de grossesse** est à faire avec votre médecin ou sage-femme, après l'échographie réalisée entre 11SA et 13+6 SA. En cas de datation de la grossesse plus tardive, la déclaration de la grossesse doit se faire dès que possible. Cette déclaration permet d'ouvrir vos droits auprès de la CAF et de la sécurité sociale.

Reconnaissance anticipée à la mairie dès le 4ème mois (explication page 21). Cette reconnaissance est à faire pour les couples non mariés, afin de faciliter la filiation du lien père-enfant. Elle peut se faire dans n'importe quelle mairie. Le papier délivré sera à apporter en salle de naissance.

Mettre à jour votre carte vitale à partir du 6ème mois de votre grossesse : prise en charge à 100% de tous vos frais médicaux jusqu'au 12ème jour après l'accouchement. De plus, renseignez-vous auprès de votre mutuelle pour savoir si elle prend en charge votre chambre seule pendant le séjour. La maternité de Blois disposant de 8 lits en chambres doubles, nous ne pouvons pas vous garantir en avance la disponibilité des chambres seules lors de votre séjour.

Si vous souhaitez réaliser des cours de préparation à la naissance au Centre Hospitalier de Blois, des réunions d'information sont réalisées afin de connaître vos souhaits et de vous inscrire dans un groupe. Nous vous conseillons de venir à ces réunions entre 20 et 24 SA afin d'être sûr de pouvoir vous intégrer dans un groupe. Certaines préparations commencent plus précocement.

L'ouverture de votre dossier au centre hospitalier de Blois est obligatoire à partir du 8ème mois de la grossesse (généralement entre 32SA et 35 SA) si jamais vous avez effectué le reste de votre suivi en extérieur. Pensez à bien ramener tous vos examens de grossesse, vos échographies, vos sérologies et vos déterminations de groupe sanguin. De plus, lors de la prise de ce rendez-vous, pensez à prendre également rendez-vous avec l'anesthésiste (même si vous n'avez pas le souhait d'accoucher sous péridurale). Ce rendez-vous est obligatoire.

Lors de l'ouverture de votre dossier, nous vous demanderons de renseigner une personne de confiance. Nous vous donnerons un document à compléter par vous et par la personne désignée. De plus nous vous donnerons d'autres documents à lire, compléter et à nous ramener lors de votre prochain rendez-vous (PAAM/information sur votre médication au cours du séjour et accord pour présentation de votre dossier au staff médical lorsque votre situation de santé le nécessite). Vous pouvez bénéficier d'un congé d'accueil de l'enfant supplémentaire, de maximum 30 jours.

Le séjour à la maternité après l'accouchement est en général de 3-4 jours pour un accouchement par voie basse, ou de 4-5 jours pour une césarienne. La durée du séjour dépend de votre état de santé et de celui de votre bébé. Si vous souhaitez une sortie anticipée, il faudra que cela soit vu en amont avec une sage-femme libérale pour qu'elle soit disponible pour vous voir le lendemain de votre sortie de la maternité.

La déclaration de naissance doit se faire dans les 5 jours qui suivent la naissance de votre enfant. Elle se fait au niveau de la mairie du lieu de naissance. Nous vous donnerons la déclaration à la naissance de votre enfant. Si vous avez réalisé une reconnaissance anticipée, nous pourrions mettre directement le nom que vous souhaitez pour votre enfant.

LE SUIVI DE GROSSESSE À LA MATERNITÉ DE BLOIS

Si votre grossesse a été suivie à l'extérieur de l'hôpital, une **consultation** est à prévoir auprès d'une sage-femme ou d'un médecin pour le 8ème mois de grossesse.

Contactez le secrétariat dès le début de votre 6ème mois .

Pour prendre rendez-vous au secrétariat des médecins et sages-femmes :

Tél. 02 54 55 62 35 de 9h30 à 12 h et de 14h à 16h30



Merci de vous présenter 15 minutes avant votre rendez-vous au secrétariat munie de votre carte vitale, carte de mutuelle et d'une pièce d'identité.

En cas d'impossibilité, merci d'annuler votre rendez-vous en nous prévenant au numéro ci-dessus.

Ne pas venir avec des enfants.



Afin d'assurer une bonne prise en charge administrative et médicale, il vous sera demandé de vous munir d'un certain nombre de documents :

- une pièce d'identité valide (carte d'identité, passeport, titre de séjour, livret de famille...)
- carte vitale ou attestation délivrée par la sécurité sociale
- carte d'affiliation à la mutuelle
- attestation de complémentaire santé solidaire (C2S), si vous en bénéficiez
- documents en lien avec votre suivi de grossesse:
 - carte de groupe sanguin si vous en possédez une
 - carnet de santé, carnet de vaccination...
 - échographies
 - bilans sanguins et urinaires
 - autres documents (ex: compte-rendu opératoire de césarienne, courrier de spécialistes si pathologies particulières en dehors de la grossesse...)
- formulaire de désignation de la personne de confiance

Avant votre séjour, il vous est recommandé de désigner par écrit une **PERSONNE DE CONFIANCE**.

Cette dernière doit être majeure, et peut être un parent ou un proche, 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 les 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 décision médicale. 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 pour toute la durée de l'hospitalisation. Elle est révoquée à tout moment.

Pensez également à **toujours prendre votre dossier de grossesse avec vos documents** lorsque vous consultez en urgence à la maternité, quelque soit votre terme.

LA CONSULTATION D'ANESTHÉSIE

Durant le 8ème mois, pour votre sécurité, une visite avec l'anesthésiste est obligatoire, même si vous ne souhaitez pas de péridurale.

La consultation d'anesthésie permet d'évaluer votre état de santé (vos antécédents médicaux, chirurgicaux et anesthésiques, vos allergies, vos traitements, le déroulement de votre grossesse...). À cette occasion le médecin anesthésiste vous informera sur les avantages et les inconvénients des méthodes d'anesthésie dont l'anesthésie péridurale (avant votre consultation un questionnaire sera à remplir).

Prise de rendez-vous (vers 37 SA) au secrétariat de la maternité
Tél. 02 54 55 62 35 de 9h30 à 12 h et de 14h à 16h30
Consultation au rez-de-chaussée derrière les ascenseurs.



PRÉPARATION À LA NAISSANCE ET À LA PARENTALITÉ

1. Entretien précoce personnalisé



Un entretien individuel et/ou en couple est proposé .

Il correspond à la première séance de préparation à la naissance. Il a pour objectif de préparer avec vous les meilleures conditions possibles de la venue au monde de votre enfant. Il sera l'occasion d'y évoquer les sujets peu abordés lors des consultations médicales, de favoriser l'expression de vos attentes, de vos besoins, de votre projet.

Vous y trouverez les informations utiles, sur les ressources de proximité dont vous disposez, afin de créer des liens sécurisants, avec les partenaires les plus appropriés du réseau périnatal. **Il ne s'agit en aucun cas d'un examen médical.**

Cet entretien peut être effectué auprès d'une sage-femme ou d'un médecin, **il est remboursé à 100% par la sécurité sociale.** Il est fortement conseillé de réaliser cet entretien le plus précocement possible après la déclaration de grossesse (4ème mois). Mais il reste envisageable jusqu'à la fin de la grossesse.

Si la préparation à la naissance est effectuée auprès d'une sage-femme libérale, l'entretien se fera auprès de cette sage-femme.

2. Préparation à la naissance

La préparation à la naissance est essentielle et permet de mieux aborder la venue au monde du futur bébé en accompagnant les parents dans leur projet de naissance. C'est un moment convivial, d'échanges et de détente où la sage-femme, à l'écoute des futurs parents, les rassure, les informe.

Deux fois par mois, une réunion d'information sur les différentes préparations à la naissance vous aide à faire votre choix et à vous inscrire à la préparation qui vous convient. À cette occasion, une diététicienne intervient, également, sur l'alimentation de la femme enceinte.

Renseignements/inscription auprès du secrétariat de la maternité dès le 3ème mois :
Tél. 02 54 55 62 35 ; 9h30-12 h et 14h-16h30



Notre équipe de sages-femmes se soucie de prendre en compte vos attentes et vos interrogations. La sage-femme anime la séance en favorisant l'échange au sein d'un groupe apportant des conseils diététiques, des informations pratiques (exercices de relaxation, de respiration, de poussée) et théoriques (connaissance du corps, déroulement de l'accouchement et du séjour) aux futurs parents. Elle vous assure une écoute bienveillante et contribue à vous sentir moins seule, à vivre pleinement votre grossesse et votre accouchement dans la confiance.

7 séances (généralement d'une heure) sont remboursées par la sécurité sociale. A la maternité de Blois, nous vous proposons en plus de l'entretien précoce, 5 séances variant de 2 à 3 heures, soit de 10h à 12h (13h) ou soit de (14h) 15h à 17h.

Les séances sont en groupe d'environ 6 personnes (sauf l'hypnose qui se réalise seule et la préparation Naître Enchanté qui se pratiquent en couple). Chaque séance comprend une partie théorique et une partie pratique (exercices corporels, respiration avec détente, relaxation en fin de séance).

Notre équipe de sages-femmes vous propose :

- une préparation **classique**

En fonction de la sage-femme qui anime les séances, la préparation classique peut avoir différentes orientations. Selon le nombre de personnes dans le groupe, vos partenaires peuvent également être présent(e)s.

- des cours de **chants prénataux**
- une préparation en **piscine**
- une préparation par **hypno-analgésie et hypnose médicale**
- une préparation par **la Méthode Naître Enchanté**



Séverine Rousselle, sage-femme, propose également des créneaux de **consultations d'acupuncture dans le cadre de la grossesse, du post-partum** et du suivi gynécologique. L'acupuncture peut notamment agir sur les nausées et les vomissements, la fatigue, les douleurs, l'anxiété et la dépression, la maturation du col en fin de grossesse.. Elle permet ainsi d'atténuer ou résoudre certains maux liés à la grossesse. Chaque séance dure 1h.

Une fois par mois, un **atelier d'initiation au portage physiologique**, afin de vous présenter ses intérêts pour votre bébé, de répondre à vos questions et de vous faire tester quelques nœuds avec les écharpes de portage (tissé et jersey). Renseignements et **inscription obligatoire** au secrétariat de la maternité.

3. Association Tout p'tits 41

Vous avez la possibilité de participer à une **réunion d'information une fois par mois avec un membre de l'association de soutien Tout p'tits 41** . Cette réunion a lieu chaque 3e jeudi du mois de 17h30 à 19h, en salle de préparation à la naissance, pour les futurs parents se questionnant sur l'allaitement et souhaitant connaître les repères pour un bon démarrage de l'allaitement.

Il existe également une **permanence tous les jeudis après-midi** .



MON ARRIVÉE A LA MATERNITÉ

QUAND DOIS-JE CONSULTER À LA MATERNITÉ

Vous devez vous présenter aux **urgences de la maternité** notamment dans les cas suivants :

- je perds du sang
- si je tombe ou reçois un choc au niveau du ventre
- je perds les eaux (avec ou sans contractions)
- je ne sens plus (ou moins) mon bébé bouger
- j'ai des **contractions utérines douloureuses**, malgré les antalgiques ou un bain chaud
 - toutes les 5 minutes depuis 2h pour un 1er enfant
 - toutes les 5 minutes depuis 1h à partir du 2ème enfant

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.

Contact en cas d'urgence (24h/24) 02 54 55 60 03
Une sage-femme de salles de naissances vous répondra.

OÙ SE PRÉSENTER ET QUELS DOCUMENTS PRÉPARER ?

Les urgences sont ouvertes 24h/24, 7 jours sur 7 .

Avant 22 SA , consulter aux **urgences générales** et vous serez ensuite amenée aux urgences gynécologiques. A partir de 22 SA , vous serez directement vue au bloc des urgences obstétricales au 2ème étage .

En semaine de jour, se rendre directement aux **urgences obstétricales situées au 2ème étage** et sonner directement en salle de naissance. Il en est de même le week-end et les jours fériés de jour. Vous pouvez également vous adresser au secrétariat lorsque celui-ci est ouvert.

La nuit (de 20h à 8h) , les portes de l'hôpital sont fermées, seul l'accès par les urgences est possible. Vous devez donc passer par le service des urgences générales, d'où vous serez redirigé vers la maternité . Il est donc conseillé aux accompagnants de limiter les allées et venues.

Les documents à préparer sont les mêmes que ceux demandés lors de vos consultations de suivi de grossesse (cf. paragraphe correspondant).

AVANT MA VENUE, QUE DOIS-JE PRÉPARER POUR MOI ET MON BÉBÉ POUR LE SÉJOUR À LA MATERNITÉ ?

L'établissement ne pourra pas être tenu responsable en cas de perte ou de vol. Nous vous recommandons donc de n'emporter avec vous que le strict minimum et de limiter les effets personnels de valeur (bijoux, chéquier, carte bancaire...) lors de votre séjour.

En salle d'accouchement , prévoir un petit sac pour vous et votre bébé.

Pour Maman

- 1 vêtement ample
 - 1 slip jetable ou en coton
 - 1 paire de chaussons propres
 - 1 serviette
 - 1 brumisateur
 - 1 lecteur CD avec une playlist si vous le souhaitez
- Prévoir le livret de famille ou la reconnaissance anticipée selon votre situation familiale

Pour Bébé

- Quelque soit la météo (été comme hiver)
- 1 body en coton manches longues
- 2 brassières de laine
- 1 pyjama
- 1 paire de chaussettes ou de chaussons
- 1 petit bonnet
- 1 gigoteuse

Votre valise ne sera nécessaire qu'une fois installée dans votre chambre. Elle peut rester dans le coffre de la voiture jusqu'à l'installation dans votre chambre.

MON ARRIVÉE



Pour votre séjour en maternité

Pour Maman

Pyjamas/Chemises de nuit
(ouvertes sur le devant si allaitement)

Des sous-vêtements adaptés
(culottes/slips en coton, plus confortables que le synthétique ou slips jetables)

Un paquet de serviettes hygiéniques très absorbantes pour la durée du séjour (type serviettes de nuit)

Nécessaire de toilette (brosse à dent, dentifrice, peigne, savon..)

Linge de toilette (draps de bain + gants)

1 stylo

1 réveil ou 1 montre

En cas d'allaitement, 2 soutiens-gorge d'allaitement et des coussins d'allaitement

Matériel de confort: coussin d'allaitement, une veilleuse, bas de contention...)

Pour Bébé

Le nécessaire de toilette et les couches pour votre enfant sont fournis durant votre séjour.

6 bodys manches longues

6 pyjamas

2 bonnets

2 brassières/pulls ou gilets de laine (même l'été)

Chaussons ou chaussettes

2 turbulettes sans manche 0-6 mois

6 bavoirs

1 peigne

1 thermomètre de bain

1 thermomètre rectal à embout souple

Pensez à laver les vêtements avant de les faire porter à votre bébé.

MON ACCOUCHEMENT



Vous serez prise en charge par une sage-femme, assistée d'une aide-soignante ou d'une auxiliaire de puériculture. Vous serez orientée en salle d'accouchement si la naissance est proche ou installée en chambre de pré travail selon la situation.

Votre accompagnant pourra rester à vos côtés en salle de naissance (un seul et même accompagnant en salle de naissance).

Avant de venir, pour des raisons d'hygiène et de sécurité, il est conseillé :

- de prendre une douche
- enlever vos bijoux (risque de perte), retirer les piercings
- enlever le vernis sur les mains et sur les pieds
- retirer vos lentilles de contact et vous munir de vos lunettes

Une friction des mains avec une solution hydroalcoolique est recommandée à l'entrée en salle d'accouchement pour la maman et l'accompagnant, ainsi que le port du masque en cas de symptômes ORL.

À votre entrée, il vous sera demandé votre dossier médical, votre carte d'identité, votre carte de groupe sanguin et pour votre sécurité, un bracelet d'identification est posé (il sera à conserver tout le long du séjour).

L'équipe pourra vous proposer d'utiliser des postures favorisant le bon déroulement du travail avec l'utilisation de ballons, de la douche, de massage par l'accompagnant(e) ...

Dans notre équipe, des sages-femmes ont été formées :

- aux postures thérapeutiques pendant le travail et l'accouchement (organisme Bernadette De Gasquet)
- à l'hypno-analgésie et hypnose médicale
- à une approche par l'acupuncture
- à une approche par l'ostéopathie
- à une approche par le chant...



MON ARRIVÉE

Vous pourrez, si vous le souhaitez, être la première à prendre votre bébé entre vos mains. Vous aurez la possibilité de le garder sur votre ventre, dans un contact "peau à peau". L'équipe est attentive à l'établissement du lien mère-enfant.

Vous pourrez également procéder à une mise au sein précoce. Toute l'équipe est à l'écoute de la maman, motivée par la promotion de l'allaitement maternel (participation à la semaine mondiale de l'allaitement depuis plus de 10 ans).

Les soins sont réalisés en présence ou par l'autre parent si le couple le souhaite. Après la naissance, 2h de surveillance minimum sont obligatoires en salle de naissance avant votre transfert en chambre



Aucune visite ne sera acceptée avant l'installation en chambre. L'accès au bloc obstétrical est interdit. Les enfants ne sont pas admis en salle de naissance. Aucun renseignement sur la présence ou l'état de santé des hospitalisées ne pourra être communiqué (secret médical).

MON SEJOUR A LA MATERNITÉ

CERTIFICAT D'ACCOUCHEMENT ET DÉCLARATION DE NAISSANCE

La déclaration de naissance a pour objectif de donner une existence juridique au nouveau-né en l'inscrivant sur les registres de l'état civil.

Toute déclaration non effectuée dans le délai légal ne pourra plus être enregistrée (avec toutes les conséquences que cela entraîne : impossibilité d'obtenir un acte de naissance, de bénéficier d'une affiliation à la sécurité sociale pour l'enfant . . .) et devra faire l'objet d'un jugement auprès du tribunal de grande instance, à la charge des parents.

Lors de la naissance, le [certificat d'accouchement](#) vous sera remis par une sage-femme , accompagné d'un tableau explicatif concernant les documents à fournir en mairie selon votre situation familiale et votre nationalité. [Ce document vous sera nécessaire pour la déclaration de naissance.](#)

Qui doit faire la déclaration ?

Le père ou à défaut par toute personne ayant assisté à l'accouchement. Quand la personne qui effectue la déclaration n'est pas le parent (par exemple un proche de la mère), présenter une photocopie de la pièce d'identité de la maman et une autorisation écrite de sa part.

Quand doit-on la faire ?

Elle est obligatoire et elle doit être effectuée dans les 5 jours qui suivent la naissance, le jour de la naissance n'étant pas inclus dans ce délai. Si le dernier jour tombe un samedi, un dimanche, un jour férié ou chômé, ce délai est prolongé jusqu'au premier jour ouvrable suivant.

Où faire la déclaration ?

Pour déclarer la naissance, il faut se rendre au service de l'état civil, bâtiment C de l'hôtel de ville de Blois, situé place Saint Louis.

Quels documents à fournir ?

- [Déclaration de naissance rédigée par la sage-femme ou le médecin](#)
- Déclaration de choix de nom si les parents font cette démarche
- Acte de reconnaissance si celui-ci a été établi avant la naissance
- Justificatif de domicile (ou de résidence) de moins de 3 mois si l'enfant n'a pas encore été reconnu de façon anticipée.
- Carte d'identité des parents
- Livret de famille pour y inscrire l'enfant, si les parents possèdent déjà un livret.

LA RECONNAISSANCE ANTICIPÉE, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Pour tout enfant né de parents mariés, la filiation est établie du fait de la loi, et les parents n'ont aucune démarche particulière concernant la filiation à effectuer au cours de la grossesse. Il n'y aura plus qu'à déclarer l'enfant lors de sa naissance.

Pour tout enfant né hors mariage en revanche, si aucune démarche particulière n'est à réaliser de la part de la mère, le père doit effectuer une reconnaissance avant ou après la naissance, afin que la filiation soit établie à son égard. La reconnaissance par le père avant la naissance, au cours de la grossesse, est fortement recommandée.

C'est ce que l'on appelle la reconnaissance anticipée.

Pour tous renseignements concernant la filiation ou pour toutes questions concernant des situations particulières, contacter votre mairie ou rendez-vous sur le site <https://www.service-public.fr/>.

EN PRATIQUE, MA JOURNÉE DANS LE SERVICE ET LE DÉROULEMENT DU SÉJOUR

Après l'accouchement, vous êtes accueillie avec votre bébé dans le service de suites de couches. Vous vous y reposerez et bénéficierez des soins et de la surveillance délivrés par l'équipe soignante.

Les mamans hospitalisées ne peuvent se déplacer hors du service sans en informer le personnel soignant. Les bébés ne doivent pas quitter le service.

L'attribution d'une chambre seule dépend de la disponibilité dans le service au moment de votre arrivée ainsi que de la prise en charge financière par votre mutuelle. Le co-parent a la possibilité de rester auprès de vous la nuit pour participer aux soins de bébé, sous réserve que vous soyez installée en chambre seule, et selon le nombre de lits accompagnants disponibles dans le service (lit accompagnant, et petit-déjeuner/repas accompagnant possible en commandant la veille). Une participation financière vous sera demandée.

Il peut arriver que votre bébé nécessite des soins spécialisés et/ou une surveillance renforcée, il sera alors hospitalisé en néonatalogie (8^{ème} étage). L'organisation de votre journée pourra être adaptée en fonction des besoins de votre bébé au 8^{ème} étage (horaire des repas, visite des sages-femmes...). L'hospitalisation de votre bébé n'entravera pas la possibilité d'allaitement. Votre présence auprès de votre bébé est possible à tout moment y compris la nuit. Vous pouvez également prendre des nouvelles téléphoniques à partir du poste de votre chambre.



MON SÉJOUR

Au cours de la journée, l'auxiliaire de puériculture et/ou l'aide soignante vous accompagnera pour dispenser des soins à votre bébé le matin (pesée, bain...), avec un accompagnement à l'alimentation tout au long de la journée. L'infirmière puéricultrice assure la surveillance et les soins médicaux de votre bébé. Au 3ème jour de vie, un dépistage auditif et sanguin sera réalisé.

Le pédiatre réalisera le(s) examen(s) médical(aux) de votre bébé avant la sortie de la maternité.

La sage-femme passera vous examiner une fois par jour, et s'occupera de vos ordonnances pour la sortie (rééducation du périnée, contraception, vaccination, et médicaments si nécessaire).

Les ASH assureront l'entretien de votre chambre et le service des repas. Le petit déjeuner sera servi à partir de 8h, le déjeuner à 12h et le dîner vers 19h.

La nuit pour favoriser le lien mère-enfant, le bébé reste auprès de sa mère. Toutefois l'équipe soignante (composée d'une infirmière puéricultrice et d'une sage-femme) est présente pour accompagner la maman/le couple et gérer les pleurs, vous accompagner pour l'alimentation, vous aider à connaître le rythme du bébé et à identifier ses besoins.

LES VISITES À LA MATERNITÉ

Les visites sont interdites le matin , y compris pour la fratrie. Elles sont autorisées de 15h à 20h tous les jours. Les enfants de moins de 12 ans, à l'exception de la fratrie en bonne santé, ne sont pas autorisés à entrer dans le service.

Votre partenaire peut être présent(e) à tout moment de la journée. Votre séjour à la maternité étant court, nous vous conseillons de limiter les visites à votre entourage le plus proche, afin de vous reposer et de vous assurer une meilleure qualité de prise en charge et de déroulement des soins. Limiter également le nombre de personnes présentes dans la chambre entre 2 et 4.

LE RETOUR A DOMICILE

DURANT MA GROSSESSE, QUE DOIS-JE PRÉPARER POUR LE RETOUR À LA MAISON?

1. Le lit

Il faudra vous munir d'un lit rigide homologué avec un matelas ferme et de dimensions adaptées. Votre bébé n'a pas le réflexe de tourner sa tête lorsque son nez est en contact avec un objet, par conséquent, il ne faut pas utiliser de tour de lit, ni d'oreiller, ni de couette ou de couverture. Le cale bébé ou les coussins anti tête plate sont aussi déconseillés car ils limitent les mouvements libres de votre bébé. Or, rien ne doit entraver ses mouvements car il risque de se bloquer dans une position où il respire moins bien ou ne pas pouvoir tourner sa tête pour régurgiter en toute sécurité.

Le lit parapluie doit rester occasionnel.

2. Le matériel de puériculture

Pour le retour à la maison, vous allez aussi avoir besoin du matériel suivant:

- Une gigoteuse
- Des couches
- Un savon adapté au nouveau-né
- Un thermomètre rectal à embout souple
- Un biberon, de l'eau, du lait 1er âge et 1 écouvillon. Évitez de réutiliser d'anciens biberons en plastique, car ils pourraient contenir du BPA (Bisphénol A), interdit depuis 2015. Privilégiez les biberons en verre, surtout si vous les chauffez.
- Un sachet de coton
- Du liniment
- Un siège auto homologué si vous transportez bébé en voiture
- Une brosse ou un peigne
- Une lime à ongle en carton

LE JOUR DE LA SORTIE

La durée de votre séjour en maternité sera déterminée par votre état de santé ainsi que celui de votre enfant. Elle dépend également du mode de sortie que vous envisagez (retour anticipé ou séjour standard).

A titre indicatif, un séjour standard dure en moyenne 3 à 4 jours pour un accouchement par les voies naturelles, 4 à 5 jours lors d'une naissance par césarienne. La durée du séjour est également différente selon qu'il s'agit de votre premier enfant ou si vous avez déjà eu un ou plusieurs enfants avant cette nouvelle naissance.

L'accord pour votre sortie sera validé par la sage-femme ainsi que par le pédiatre et les puéricultrices en ce qui concerne votre enfant. Vous pourrez par la suite quitter le service lorsque toutes les ordonnances (les vôtres et celles de votre bébé), ainsi que le carnet de santé vous auront été donné par l'équipe médicale. Les sorties peuvent avoir lieu tous les jours, y compris durant le week-end ou sur des jours fériés.

La chambre doit être libérée dès 13h. Un passage aux admissions est obligatoire, muni de votre bon de sortie remis par la sage-femme au moment de votre départ.

N'oubliez pas de remplir le questionnaire de satisfaction qui se trouve dans le livret d'accueil du patient. ou en flashant le QR code affiché dans votre chambre.

Le retour au domicile de votre enfant doit être anticipé. Nous vous conseillons de prévoir tout le matériel de puériculture nécessaire à votre nouveau-né avant votre retour, pour rentrer en toute sérénité (cf page précédente).

Pensez également à prévoir un siège auto homologué pour le trajet de retour jusqu'à votre domicile, ainsi que pour vos futurs déplacements. Il doit obligatoirement être placé dos à la route (cf. les dispositions du code de la route). Etudiez le mode d'emploi avant la naissance !

LE RETOUR A DOMICILE

QUELS ACCOMPAGNEMENTS À MON RETOUR À LA MAISON?

Après votre sortie, l'accompagnement à la parentalité peut se poursuivre par différents moyens.



Si vous êtes suivie par une sage-femme libérale, vous pouvez au préalable prévoir une visite avec elle, dont la date sera à ajuster en fonction du jour de votre sortie.

Un accompagnement par l'infirmière puéricultrice ou le médecin de la PMI, service du conseil départemental est aussi possible. Les centres d'accueil de la PMI sont accessibles à tous gratuitement. L'équipe pluridisciplinaire peut effectuer le suivi médical et l'accompagnement des différentes étapes de la parentalité. Avec votre accord, il est possible d'établir un lien avec la PMI dès votre sortie de maternité.

RESSOURCES POUR VOTRE GROSSESSE

- Pour votre alimentation durant la grossesse, un projet d'allaitement ou l'alimentation de votre enfant :
<https://www.mangerbouger.fr/>
- Pour poursuivre une activité physique durant la grossesse (après avis médical) :
<https://www.sports.gouv.fr/guide-de-la-pratique-sportive-pendant-la-maternite-824>
- Pour des conseils sur l'accompagnement à la parentalité, de la grossesse aux 2 ans de votre enfant :
<https://www.1000-premiers-jours.fr/fr>
<https://www.sfpediatrie.com/grand-public>
- Pour vous renseigner et vous orienter au niveau régional, depuis votre grossesse jusqu'à la naissance de votre bébé :
<https://www.perinatalite-centre.fr/>
- Pour vous aider à préparer l'environnement de votre bébé en limitant les perturbateurs endocriniens :
<https://www.projetfees.fr/outils-2/outils/>
- Une association locale d'aide à la parentalité et à l'allaitement :
Tout P'tits 41 sur Facebook ou Instagram
- Une ressource pour les couples qui attendent des jumeaux :
<https://www.jumeaux-et-plus.fr/>
- Pour vous accompagner si votre enfant né prématurément:
<https://www.sosprema.com/>

NOTES