



LE PROJET DE NAISSANCE : c'est penser sa césarienne

Le projet de naissance est un document dans lequel vous avez la possibilité d'indiquer la manière dont vous souhaitez que les différents aspects de votre césarienne soient pris en charge.

Préalablement discuté avec l'équipe médicale, ce projet n'est pas un **CONTRAT** mais bien un projet **MODULABLE** selon l'évolution de la situation le jour de la naissance de votre bébé. S'il n'a aucune valeur légale, il permet cependant de faire le point sur vos désirs et vos craintes.

Durant votre grossesse, vous aurez probablement réfléchi à la façon dont vous souhaitez que les choses se passent. La césarienne vient peut-être chambouler l'idée que vous vous faisiez de cette naissance, mais beaucoup de choses peuvent être adaptées pour que cela se passe le plus sereinement possible. Vous avez notamment la possibilité qu'une personne de votre choix vous accompagne durant cette naissance (sauf en cas de très grande urgence vitale).

Peut-être avez-vous déjà eu une césarienne et, avec le recul, vous vous dites que les choses auraient pu se passer autrement. Tous ces éléments servent de support à votre projet de naissance.

Le projet de naissance est un **TRAIT D'UNION** entre plusieurs personnes qui ne se connaissent pas et qui vont partager des moments très intimes.

Il facilite le fait que vous puissiez vous prendre en charge et réfléchir à ce que vous souhaitez. Il vous aide à devenir autonome. En tant que parent, vous avez bien entendu des droits mais vous avez aussi des devoirs et responsabilités.

Comment se passe une césarienne ?

Selon l'heure prévue en salle d'opération, votre gynécologue vous informera de l'heure à laquelle vous entrerez à l'hôpital. Auparavant, vous aurez été vue en consultation sage-femme pour parler de votre projet de naissance et pour effectuer les examens pré-opératoires nécessaires. C'est également là que peuvent être évoquées les situations particulières (par ex. COVID positif).

Il vous sera demandé de rester à jeun au minimum 6h avant la césarienne, cela signifie ne plus boire, ni manger, ni fumer. L'anesthésiste, que vous aurez rencontré en consultation pré-opératoire, vous indiquera comment prendre votre traitement habituel.



Lors de votre arrivée à l'hôpital, présentez-vous à l'admission pour vos démarches administratives. C'est également là que vous pouvez obtenir une télécommande, le code wifi et aussi réserver les repas pour la personne qui vous accompagne.

Arrivée dans le service, une sage-femme vous conduit à votre chambre où vous installez vos affaires personnelles. La sage-femme qui vous accompagne pour cette naissance vous apporte une blouse à enfiler, pose le cathéter périphérique pour la perfusion, vérifie la tonte de la zone opératoire et vous aide à enfiler vos bas de contention. Ensuite, un monitoring est placé pendant 30 minutes. Durant ce moment, nous pourrons déjà vous proposer de vous préparer à la naissance de votre bébé en instaurant une ambiance snoezelen (lumière et musique en chambre).

Qu'est-ce que la césarienne snoezelen ?

C'est une césarienne personnalisée durant laquelle nous créons autour de vous une ambiance qui se veut la plus sereine et chaleureuse possible et qui réponde au maximum à vos besoins. Pour ce faire, nous adaptons certains aspects de la césarienne « classique » selon vos besoins et envies. C'est là que votre projet de naissance devient encore plus utile !

À la fin de ce document, vous trouverez un questionnaire qui, une fois rempli et remis à notre équipe, nous permettra de connaître vos souhaits et de vous accompagner au mieux.

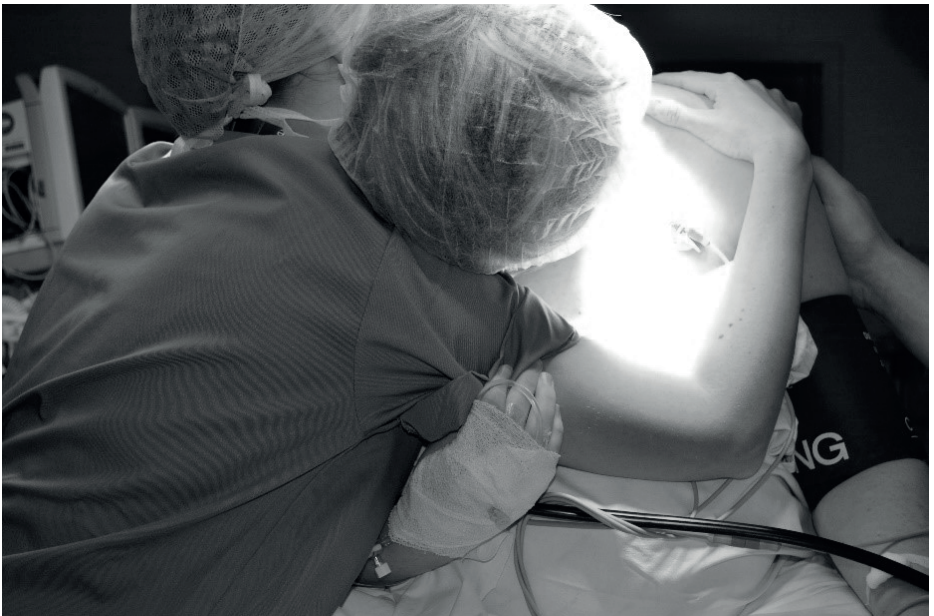
Comment cela peut-il être adapté ?

Les lampes principales sont éteintes et vous êtes installés, ensemble dans un cocon baigné par la musique de votre choix et où l'usage d'huiles essentielles peut rendre la naissance de votre bébé différente, dans le respect de vos souhaits, de votre projet... de naissance!

Bien entendu, là encore, le peau à peau est respecté dans la durée de votre choix.

La personne qui vous accompagne, si elle n'est pas présente, peut vous rejoindre à ce moment-là, guidée par la sage-femme.

Ensuite, nous attendons l'appel de la salle d'opération pour vous y accompagner. Deux possibilités s'offrent à vous : y aller à pieds (le quartier opératoire se trouve juste à côté de notre service de maternité) ou allongée dans votre lit. La personne qui vous accompagne sera dans une petite salle d'attente près de la salle d'opération. Si vous le souhaitez, votre accompagnant peut être présent durant la pose de la rachianesthésie. Dans le cas contraire, il vous rejoindra ensuite. La rachianesthésie vous permet de rester consciente sans sentir la douleur. L'anesthésiste injecte une dose d'anesthésique dans le dos qui endort en quelques minutes le bas du corps et est efficace pendant 2 à 3h. L'infirmière de salle d'opération et la sage-femme seront près de vous pour vous accompagner durant cet acte.



Une fois l'anesthésie réalisée, une sonde vésicale est placée. Ce geste indolore permet de vider votre vessie. Vous conserverez cette sonde quelques heures après l'intervention, parfois jusqu'à 24h en fonction de l'avis médical.

En salle d'opération, vous êtes entourée de deux infirmières de salle d'opération, un anesthésiste, deux gynécologues, la sage-femme et le pédiatre. Toutes ces personnes sont là pour garantir votre confort et votre sécurité, et celle de votre bébé. À l'écoute et disponibles, les équipes qui vous entourent vous permettent de vous exprimer sur vos craintes. En effet, nous mettons tout en œuvre afin de vous accompagner au mieux dans cette fabuleuse étape qu'est la mise au monde de votre petit. Nous organisons les conditions afin de les rendre les plus sereines possible. N'hésitez

pas à nous interpeller si vous ne vous sentez pas bien ou si vous êtes angoissée, nous sommes là pour vous accompagner au mieux dans cette grande étape.

Ensuite, les gynécologues procèdent à la désinfection et à l'ouverture des champs stériles.



Le premier temps de la césarienne jusqu'à la naissance de votre bébé est assez rapide, en 10 à 15 minutes, votre enfant est né ! Profitez de ce moment pour préparer votre bébé à la sortie. Votre accompagnant peut également vous masser les cheveux et le visage.

La rachianesthésie endort tout le bas du corps. Vous ne savez plus bouger les jambes, vous ne sentez plus la douleur. Cependant vous ressentez quelques sensations qui sont normales.

Au moment de la rupture de la poche des eaux, nous vous invitons à vous préparer à pousser si vous le désirez.

Les gynécologues vous diront quand le faire. Vous sentirez une pression sur le haut du ventre : votre bébé est en train de naître !





La sage-femme accueille le nouveau-né dans un drap absorbant et doux, et vous le présente immédiatement. Il est ensuite emmené dans la salle annexe afin que le pédiatre l'examine. Il y est séché, son cordon ombilical est raccourci et il reçoit une dose de vitamine K. L'accompagnant peut suivre le bébé.

Ensuite, il est ramené près de vous afin d'être mis en peau-à-peau jusqu'à la fin de l'intervention. Si vous souhaitez allaiter et que votre bébé manifeste l'envie de téter, nous pouvons le placer près du sein pour une tétée précoce.



Lorsque la césarienne est terminée, toute la famille revient ensemble à la maternité, guidée par les sages-femmes qui poussent le lit dans lequel vous êtes installée. La surveillance post-opératoire se fait dans la chambre de maternité (sauf si l'anesthésiste souhaite un passage en salle de réveil pour raison médicale). La sage-femme passe régulièrement surveiller vos pertes de sang, votre cicatrice et les paramètres sont pris via un monitoring placé pendant 1h.

Votre bébé reste en peau-à-peau sur vous pendant toute le temps souhaité, il peut également aller en peau-à-peau sur la personne qui vous accompagne. Ensuite, il est pesé, mesuré et habillé.

Le séjour

Le séjour s'étend sur une durée de 3 à 4 jours, durant lesquels vous trouvez une autonomie progressive dans les soins à votre nouveau-né.

Afin de rendre cette période post-opératoire la plus confortable possible, pendant les 24 premières heures, vous recevez des antidouleurs par perfusion. Ensuite, vous les prenez oralement.

Vous conservez la sonde vésicale jusqu'à 24h selon le protocole demandé par votre médecin.

Toute la durée du séjour, un anti-coagulant (Clexane®) peut vous être administré. Le gynécologue peut également vous en prescrire à la sortie si nécessaire. Nous vous informerons sur la technique d'injection ou vous pourrez solliciter les services d'une infirmière à domicile.

Dans les premiers jours, une aide vous est apportée par les sages-femmes et par le personnel soignant pour vos soins d'hygiène ainsi que ceux du nouveau-né.

Toujours dans une démarche de retour à l'autonomie, il est conseillé, autant que possible, que la personne qui vous accompagne passe au moins la première nuit qui suit la naissance avec vous à la maternité (les frais de literie s'élèvent à 10 euros).

Un lit co-dodo est à votre disposition dans la chambre ce qui vous aide pour prendre et recoucher votre bébé.

Votre pansement est refait 48h après la césarienne (sauf souillure nécessitant de le changer avant) et nous vous donnons un rendez-vous pour enlever les fils dans les 8 à 10 jours qui suivent l'opération.

Des séances de kinésithérapie sont assurées pendant votre séjour.

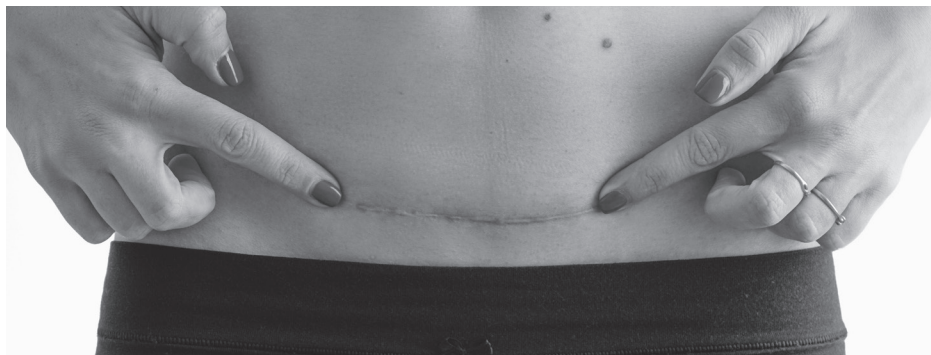
Conseils post-opératoire

Comme pour toute naissance, nous vous conseillons de ne pas prendre de bain ni d'aller à la piscine et d'éviter les rapports intimes durant 4 à 6 semaines. C'est le temps nécessaire pour que la cicatrisation en interne soit optimale et pour éviter les infections.

À la sortie de la maternité, votre plaie ne demande plus de soin spécifique. Il est même conseillé de ne pas la recouvrir d'un pansement pour accélérer la cicatrisation. Cependant, si les fils ou agrafes vous gênent, vous pouvez appliquer un pansement au-dessus, à changer tous les jours après votre douche. Pensez à nettoyer la plaie simplement à l'eau et à bien sécher cet endroit avant d'y appliquer un pansement.

Il est recommandé de ne pas porter trop de poids durant 4 à 6 semaines également. Le maxi-cosy avec bébé dedans est déjà le poids maximal que vous pouvez porter ! Dans l'idéal, évitez de le soulever en tirant sur vos abdominaux, pensez à plier les jambes pour le soulever.

Portez vos bas de contention comme recommandé par votre gynécologue le jour de la sortie. Soyez vigilante. Si vous avez mal dans les mollets, qu'une rougeur ou une induration apparaît, il faut consulter par mesure de prudence.





Afin que ce moment unique se passe au mieux et vous corresponde, voici un formulaire à remplir et à nous remettre lors de votre arrivée dans le service.

Nom :

Prénom :

Date de rédaction du projet :

Nom du gynécologue :

Date prévue de la césarienne :

Votre type de préparation à l'accouchement :

.....

.....

.....

Nombre d'enfants :

Quel est le vécu de vos accouchements précédents ?

Césarienne programmée

Césarienne en urgence

Accouchement voie basse

Dites-nous en plus :

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Type d'allaitement souhaité :

- maternel
- artificiel

Profil sensoriel :

Je souhaite me rendre jusqu'au quartier opératoire :

- à pieds
- en lit

Pendant l'intervention, je souhaite...

- musique
- lumière tamisée
- ciel étoilé
- spot lumineux «confiture»
- huiles essentielles (à apporter vous-même)
- pousser lors de la sortie de mon bébé

En fonction de vos souhaits, pensez donc à prendre avec vous :

- ◆ **vosre playlist musicale sur CD ou USB ou sur votre smartphone en Bluetooth**
- ◆ **un peignoir**
- ◆ **des pantoufles ou chaussons**
- ◆ **vos huiles essentielles (odeur rassurante pour vous, agréable)**
- ◆ **vosre sifflet winner flow**
- ◆ **un appareil photo**

EpiCURA
mon hôpital

Centre Hospitalier EpiCURA asbl
Siège social :
rue Louis Caty 136 - 7331 Baudour

T. : 078 / 150 170
www.epicura.be

