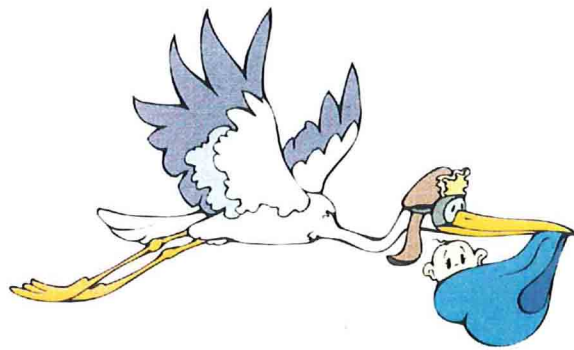


**CLINIQUE D'OCCITANIE
AVENUE BERNARD IV
31600 MURET**

**SERVICE DE
GYNECOLOGIE OBSTETRIQUE**



CONSULTATIONS :

- Gynécologie-Obstétrique : 05-61-51-88-24
- Pédiatrie : 05-62-87-18-49
- Anesthésie : 05-61-51-88-71

STANDARD CLINIQUE : 0826 30 88 88

SAGE-FEMME : 05-61-51-89-32

INTRODUCTION

Madame, Monsieur,

Les obstétriciens, les Docteurs Maryline COHEN-VALERY, Bernard GORNES, Alain-Pierre MARCOU, le pédiatre le Docteur Guillermo BETTAS et le Docteur François LEBOURGES tout le personnel de la Maternité sont heureux de vous accueillir.

Ce fascicule a été élaboré pour vous montrer le déroulement de votre grossesse, les différents examens que vous réaliserez ainsi que la structure où vous avez souhaité accoucher.

L'équipe de la clinique qui s'occupe de la grossesse et de la naissance (périnatalogie) es composée de

- trois gynécologues-obstétriciens : Drs Maryline COHEN-VALERY, Bernard GORNES, Alain-Pierre MARCOU. Ils sont tous les trois anciens Internes et Chefs de Clinique Assistants des Hôpitaux et ont à ce titre une formation hospitalo-universitaire et une qualification chirurgicale reconnues. Ils travaillent en équipe au sein d'une association officielle.
- deux pédiatres : Dr BETTAS, Dr LEBOURGES, anciens Internes et Chefs de Clinique qualifiés néonatalogie et réanimation infantile.
- cinq anesthésistes-réanimateurs : Drs Jean-Pierre LALA, Bernard MONS, Alain AMIC, Daniel ZATOVIC, Carole BARBERO.

Le personnel soignant comprend :

- huit sages-femmes : Dominique Boymond, Claude Campagne, Carine Dégauque-Pontier, Catherine Destouches, Nicole Lamarque, Bérénice Séverac, , Frédérique Marc, Geneviève Besse.
- huit auxiliaires de puériculture :Véronique Bossis, Grégoria Cabrera, Eliane Casagrande, Martine Dellabetta, Caroline Estorgues, Nicole Gaston, Marie-Françoise Peyre, Dominique Ramel, Sylviane Torelli.
- quatre infirmières : Véronique Itte,, Anne-Françoise Lionne, Nathalie Raoux, Aurélie Favarel.
- trois aides-soignantes : Karine Bertone, Christiane Malles, Irène Mestre.
- trois secrétaires vous accueillent lors de vos consultations : Agnès Hippolyte, Isabelle Sieurac, Marielle Jammans.

LES LOCAUX

L'essentiel de l'activité de périnatalogie est regroupé au 3^e étage de la Clinique : le secteur d'hospitalisation comprend 21 chambres de gynécologie et obstétrique. Toutes sont individuelles (sauf 4) mais elles disposent toutes de salles de bain, poste de soins du nouveau-né, et possibilité d'accompagnant.

Le bloc obstétrical se situe au fond du couloir, à droite en sortant de l'ascenseur. Il comprend trois salles de naissance et une salle de soins pour les nouveaux-nés.

Ce bloc est relié par un ascenseur au bloc opératoire où se trouve une salle de césarienne et de soins pour les nouveaux-nés.

Ce secteur de périnatalogie bénéficie de la proximité des autres services de la clinique avec en particulier :

- les consultations des anesthésistes situées au rez-de-chaussée, non loin des consultations des gynécologues obstétriciens
- le service de réanimation adulte situé au sous-sol
- le service de radiologie situé au sous-sol.

De plus, les gynécologues obstétriciens travaillent en réseau avec les autres maternités de la région de niveau 2 et 3 (hôpital Paule de Viguier) concernant le transfert des mamans dont les grossesses sont à haut risque ou en cas de nécessité de prise en charge spécialisée du bébé à sa naissance.

VOTRE GROSSESSE ET VOTRE ACCOUCHEMENT

Sachez qu'au cours de vos sept examens pré-nataux obligatoires, différentes consultations spécialisées vous seront proposées.

Trois échographies obstétricales seront réalisées avant la fin du 3^{ème} mois, au cours du 5^{ème} mois, et au cours du 7^{ème} mois.

Au cours du 3^{ème} trimestre, vous pourrez effectuer **des cours de préparation à l'accouchement** en prenant rendez vous auprès de sages-femmes libérales de votre choix. 8 séances environ sont réalisées où des thèmes différents sont abordés : données pratiques, théoriques, quand et comment se servir du mouvement, du souffle, l'allaitement au sein ou au biberon ?... Il vous est également expliqué notre accompagnement et celui tout aussi précieux bien que très différent de votre compagnon, s'il peut et veut être présent.

Une consultation systématique avec un **anesthésiste** (l'équipe en comporte sept, de garde 24h sur 24) est à faire dans les 2 derniers mois.

Vous pourrez visiter la maternité et si vous le souhaitez : demandez-le à votre obstétricien, cette visite n'étant bien sûr possible que si les salles d'accouchement sont libres. Sachez qu'une liaison avec la PMI est effectuée si vous désirez allaiter.

Au moment où les signes d'alerte de l'accouchement arrivent, il vous faut vous présenter directement à la Maternité au 3^{ème} étage de jour comme de nuit, sans passer par les urgences. La sage-femme de garde vous y accueillera et préviendra l'Obstétricien de garde ainsi que l'anesthésiste si vous désirez une péridurale.

Aucune réservation de place n'est à faire.

Un dépassement d'honoraire de **200 euros** sera demandé et effectué lors de votre séjour en Maternité qui est d'environ 4 jours (7 jours en cas de césarienne).

Vous pouvez séjourner en chambre seule : faites-en la demande dès votre arrivée au bloc obstétrical auprès du personnel soignant. Renseignez-vous toutefois auprès de votre mutuelle qui normalement prend en charge ce forfait.

FICHE D'INFORMATION SUR L'ANALGESIE PERIDURALE

Les médecins anesthésistes de la maternité vous demandent de lire attentivement ce document afin d'en discuter lors de la consultation pré-anesthésique. Votre consentement à cette technique est indispensable pour le réaliser.

Qu'est-ce que l'analgésie péridurale ?

C'est une technique très efficace d'analgésie locorégionale réalisée par un médecin anesthésiste, destinée à réduire la douleur des contractions pendant le travail. Son principe est de bloquer transitoirement, avec principalement un anesthésique local, la transmission des sensations douloureuses au niveau des nerfs de la région lombo-sacrée (bas du dos).

On introduit, au bas du dos, entre 2 vertèbres, à l'aide d'une aiguille spéciale, un tuyau fin et souple (cathéter) pendant la durée du travail et de l'accouchement. Cette mise en place n'est pas douloureuse grâce à une anesthésie locale faite avant la ponction. Le cathéter permet de répéter les injections d'anesthésique local qui peuvent être réalisées par vous-même (auto-administration).

S'il est nécessaire de pratiquer une césarienne ou tout autre geste obstétrical, l'anesthésie peut être réalisée par ce dispositif, ce qui n'exclut pas le recours à une anesthésie générale.

Des examens sanguins ciblés sur la coagulation seront réalisés à la consultation obstétricale du 9^e mois. Si les résultats sont normaux et si le dernier mois de grossesse se déroule normalement, ils permettront avec votre consentement de réaliser cette technique. Dans le cas contraire, un nouveau bilan sera effectué à votre arrivée en salle de travail.

Outre des perturbations de ces examens sanguins, l'analgésie péridurale ne peut être effectuée en cas de fièvre, d'infection de la peau au niveau du dos ou de tout autre anomalie pouvant être considérée à risque. Le choix définitif et la réalisation de l'acte relèvent de la seule décision du médecin anesthésiste.

Qui vous surveillera pendant l'analgésie péridurale ?

Vous serez prise en charge par une équipe comportant un médecin anesthésiste, une infirmière anesthésiste diplômée d'état et une sage-femme.

Quels sont les inconvénients et les risques de l'analgésie péridurale ?

Tout acte médical, même conduit avec compétence, comporte des risques. Les conditions de surveillance permettent de dépister rapidement les anomalies et de les traiter.

Pendant l'analgésie péridurale, **une sensation de jambes lourdes** et **une difficulté à les bouger** peuvent s'observer. C'est un effet sans gravité de l'anesthésie locale.

Au moment de la sortie du bébé, l'envie de pousser est souvent diminuée et une sensation de distension peut être perçue.

Une difficulté transitoire pour uriner est fréquente lors d'un accouchement et peut nécessiter un sondage évacuateur de la vessie.

Une baisse transitoire de la pression artérielle peut survenir.

Si les dérivés de la morphine ont été utilisés, une sensation de vertige, de démangeaisons passagères, de nausées sont possibles.

Des douleurs au niveau du point de ponction dans le dos peuvent persister quelques jours mais sont sans gravité.

L'analgésie peut être insuffisante ou incomplète pendant les contractions. Une nouvelle ponction peut parfois être nécessaire. Il en est de même lors de difficulté de mise en place ou de déplacement du cathéter.

Exceptionnellement, **des maux de tête** peuvent apparaître en position assise et debout après l'accouchement. Le cas échéant, leur traitement vous sera expliqué. Dans de très rares cas, une diminution transitoire de la vision ou de l'audition peut être observée.

Des ruptures de cathéter lors de son ablation après l'accouchement ont été très rarement rapportées.

Des complications plus graves :

convulsions

arrêt cardiaque

paralysie permanente ou perte plus ou moins étendue des sensations sont extrêmement rares. Quelques cas sont décrits alors que des centaines de milliers d'anesthésie de ce type sont réalisées chaque année.

Enfin pour votre bébé, l'accouchement sous analgésie péridurale ne comporte pas plus de risques qu'un accouchement sans péridurale.

SI VOUS N'ETES PAS IMMUNISEE CONTRE LA TOXOPLASMOSE

- Eviter le contact avec les **chats**.
- **Ne pas nettoyer vous-même** la litière de votre chat
- **Laver soigneusement** tous les légumes verts crus, les herbes aromatiques, les fruits sans oublier de les éplucher
- **Bien cuire** les aliments d'origine animale : viandes (steak haché), poissons, charcuteries

POUR DIMINUER LES RISQUES DE LISTERIOSE

Eviter les aliments suivants

- Le lait cru.
- Les fromages (ainsi que le fromage vendu râpé) et les laitages fabriqués à partir de lait cru (pas de produits "artisanaux").
- **Enlever** la croûte des fromages.
Ne consommer que les fromages et laitages à base de lait pasteurisé.
- Les poissons fumés (saumon, hareng, truite...), les coquillages crus, le surimi, le tarama.
- Les graines germées (soja, blé, lentilles...).

Eviter la consommation

- Plats préparés du commerce "de façon artisanale".
- Produits de charcuterie : rillettes, pâtés, foie gras, jambon de Pays, boudin cru, produits en gelée.

Pour les produits de charcuterie, type jambon blanc, préférer les pré-emballés.
Les plats cuisinés et les restes, conservés au froid, doivent être remontés à haute température et consommés très chaud.

POUR DIMINUER LES RISQUES D'INFECTION A CMV,

- Ne pas sucer la cuillère ou la tétine, ne pas finir les repas des enfants de moins de 3 ans.
- Ne pas partager les affaires de toilette avec des enfants de moins de 3 ans.
- Limiter le contact buccal avec les larmes et/ou la salive des enfants de moins de 3 ans.
- Se laver soigneusement les mains à l'eau et au savon après chaque change ou contact avec les urines des avec les urines (couches, pot, pyjama...) des enfants de moins de 3 ans

*Tous ces conseils peuvent vous paraître contraignants,
mais ils sont indispensables pour diminuer les risques de contamination
de toxoplasmose, de CMV et listériose chez votre enfant pendant la grossesse.*

FICHE D'INFORMATION SUR L'ALLAITEMENT MATERNEL ET ARTIFICIEL



L'ALLAITEMENT DE VOTRE BEBE AU SEIN

Vous avez choisi d'allaiter au sein votre enfant. Vous avez fait un bon choix, car le lait maternel est **Pidéal nutritionnel** de référence pour bébé, il transmet les anti-corps et stimule l'immunité digestive.

Quelques recommandations pour un bon allaitement au sein :

- ◆ Les tétées se font à la demande : les besoins des nouveau-nés sont irréguliers le premier mois. Toutefois, essayez de patienter 2 heures entre chaque tétée.
- ◆ La durée de la tétée est variable : des enfants prennent 80% de leur ration dans les 10 premières minutes. Le reste du temps, c'est du plaisir ! Evitez de prolonger la tétée au-delà de 20 minutes afin de prévenir l'apparition de gerçures ou de crevasses.
- ◆ Un ou deux seins à chaque tétée, à vous de choisir. Alternez le sein que vous donnez en premier.
- ◆ Il est inutile de peser le bébé avant et après chaque tétée.
- ◆ Buvez régulièrement pour une meilleure lactation et reposez-vous entre 2 tétées.
- ◆ Conservez une hygiène de vie identique à celle de votre grossesse : tabac, alcool, café, thé à éviter ou à proscrire. Pas de régime. Ne prenez aucun médicament sans l'avis de votre médecin.

En cas de difficultés vous pouvez contacter la maternité ou le centre de PMI de votre circonscription (des renseignements vous seront donnés à ce sujet dans le service).

L'ALLAITEMENT DE VOTRE BEBE AU BIBERON

Quelques recommandations pour la préparation des biberons :

◆ Choix des biberons et des tétines :

- ◆ 2 Types de biberons : les biberons en verre résistent mieux au temps et à la stérilisation (restent translucides) et les biberons en plastique qui sont incassables et légers, parfaits lorsque l'enfant grandit. Prévoyez plusieurs biberons pour en avoir toujours un propre à disposition
- ◆ 2 matériaux pour les tétines : le caoutchouc (souple, marron) et le silicone (plus dur, sans goût, plus cher, translucide)
Plusieurs formes : pour nouveau-nés, à débit variable. Choisissez la tétine adaptée à l'âge de votre bébé et à son rythme de tétée (les tétines à plusieurs vitesses permettent de régler le débit du lait).

◆ Reconstitution du lait :

Reportez-vous aux indications de la boîte de lait en poudre et respectez scrupuleusement le dosage indiqué : 1 dose de lait arasée pour 30 ml d'eau
Utilisez une eau faiblement minéralisée (Evian ou eau à usage pédiatrique)
Si vous chauffez votre biberon, vérifiez la température du lait en faisant tomber quelques gouttes sur le dos de votre main.

◆ Hygiène et stérilisation des biberons :

- ◆ 2 types de stérilisation sont possibles
 - A chaud : faire bouillir les biberons 10 minutes et les tétines 5 minutes
 - A froid : utiliser un bac spécifique et une solution vendus en pharmacie
- ◆ Dans tous les cas, lavez les biberons aussitôt après la consommation.

FICHE D'INFORMATION SUR L'ÉCHOGRAPHIE OBSTÉTRICALE

En tant qu'examen de surveillance anténatale, nous vous proposons de passer une échographie obstétricale.

Les examens échographiques réalisés sur votre enfant en cours de grossesse ont pour but de vérifier l'âge de la grossesse, une éventuelle gémellité, le bien-être fœtal. Ces examens sont réalisés à différentes périodes de la grossesse ; ils sont facultatifs et il vous est possible de signaler à votre médecin que vous ne souhaitez pas que soit effectuée sur votre enfant une recherche de malformation.

L'échographie essaie de détecter surtout les anomalies importantes susceptibles de modifier le suivi de la grossesse par votre médecin. Mais, comme tout examen en médecine, l'échographie n'est pas parfaite et il peut se produire qu'une anomalie pourtant présente ne soit pas diagnostiquée par l'examen.

La moitié environ des malformations majeures entraînant des conséquences sévères sera vue pendant l'examen et l'autre moitié ne le sera pas. Cela signifie que si l'examen est normal, il y a un petit risque que votre enfant présente quand même un problème.

De même, un doute peut survenir au cours de l'examen alors qu'en réalité, l'enfant se porte bien ; les médecins ne s'autorisent pas à détenir des informations médicales sans vous les révéler. Si tel était votre cas, d'autres examens complémentaires et des examens de contrôle vous seraient proposés.

N'hésitez pas à interroger votre médecin sur les possibilités de l'échographie mais aussi sur ses limites.

FICHE D'INFORMATION LA PREVENTION DE LA LISTERIOSE , DE LA TOXOPLASMOSE , DE L'INFECTION A CMV

Afin de prévenir le risque de toxoplasmose et listériose, il est nécessaire de respecter les règles d'hygiène habituelle.

- **Se laver soigneusement les mains** avant de cuisiner et /ou de passer à table.
- **Nettoyer et désinfecter au moins 1 fois par mois**, avec l'eau javellisée le réfrigérateur. Rincer.
- **Nettoyer, après chaque usage**, avec un détergent (produit vaisselle) les couteaux, ustensiles de cuisine, planches à découper. Bien rincer.
- **Conserver séparément**, dans le réfrigérateur, les aliments crus des aliments cuits ou prêts à être consommés.
- **Désinfecter régulièrement** la planche à découper en la faisant tremper 1/2 heure dans une solution javellisée (1 cuil.à soupe diluée dans une bassine d'eau)
- **Ne pas surgeler à nouveau** un plat qui a déjà été décongelé.
- **Ne pas utiliser** le micro-ondes comme mode de cuisson.

Quelques informations sur l'allaitement au biberon :

- ◆ **Les tétées se font à la demande :** les besoins des nouveau-nés sont irréguliers le premier mois. Toutefois, essayez de patienter 2 heures entre chaque tétée.
- ◆ **La durée de la tétée est variable :** des enfants prennent 80% de leur ration dans les 10 premières minutes. Le reste du temps, c'est du plaisir ! Evitez de prolonger la tétée au-delà de 20 minutes.
- ◆ Evitez de recouchez votre enfant s'il n'a pas fait son rot.

Prévoir une visite chez le médecin avant l'âge d'un mois de votre bébé, ou avant en cas de problème.

POUR VOTRE ENTREE EN MATERNITE

Veillez prévoir le trousseau suivant

POUR BEBE

- ✓ Draps pour berceau
- ✓ Chemises coton (body)
- ✓ Brassières de laine
- ✓ Chaussons ou chaussettes
- ✓ Petite couverture (pour le transporter)
- ✓ Couverture pour berceau
- ✓ Bavoirs
- ✓ Serviettes de toilette
- ✓ Pyjamas
- ✓ Brosse à cheveux
- ✓ Lait de toilette
- ✓ Eau de toilette sans alcool
- ✓ Savon de toilette liquide
- ✓ Couches

POUR MAMAN

- ✓ Linge de nuit
- ✓ Robe de chambre
- ✓ Pantoufles
- ✓ Nécessaire de toilette
- ✓ Savon liquide neutre (pour la toilette intime)
- ✓ Serviettes, gants
- ✓ Serviettes hygiéniques
- ✓ Slips jetables
- ✓ Eventuellement sèche-cheveux (en cas d'épisiotomie)

Si vous désirez allaiter

- o Soutiens-gorge d'allaitement en coton
- o Coques d'allaitement
- o Véra Olio huile Vit. E (1 tube)

IL EST INDISPENSABLE D'APPORTER

- Livret de famille
- Carte de groupe sanguin
- Résultats d'analyses - Echographies
- Carte d'immatriculation Sécurité Sociale et numéro CAF

Nous tenons à remercier pour leur participation à la réalisation de ce livret

Le laboratoire BLEDINA

Le laboratoire ASTRA