



CHU Saint-Pierre  
UMC Sint-Pieter



Clinique de la Femme Enceinte  
Zwangerschapskliniek

# PROJET DE NAISSANCE VOIE BASSE



**Au CHU Saint-Pierre, nous avons à cœur de vous permettre de vivre votre accouchement le plus en adéquation possible avec vos souhaits.**



# Introduction

Il est primordial pour nous que vous soyez **acteurs et actrices** durant toute la durée de votre grossesse, de votre accouchement (qu'il s'agisse d'un accouchement voie basse ou d'une césarienne) ainsi que pendant la période du post-partum.

C'est pourquoi, nous vous encourageons à **rédiger un projet de naissance**. Il a pour but de communiquer à l'équipe médicale **vos souhaits à chaque étape de votre parentalité**. Vous pouvez y écrire tout ce qui vous tient à cœur. Vous êtes libres de le rédiger seuls ou avec l'aide de l'équipe obstétricale. Il peut être signé par un professionnel de santé et joint à votre dossier médical.

Votre projet de naissance nous permettra

d'anticiper et de mettre en place des aménagements répondant au maximum à vos attentes et besoins ainsi qu'aux représentations que vous vous faites de la naissance. **Notre but est de vous aider à vivre cette expérience le plus sereinement possible.**

Différentes préparations à la naissance vous seront proposées au cours de votre grossesse. Elles vous permettront d'être informés, de vous questionner et de vous donner des pistes quant aux différents sujets fréquemment abordés dans les projets de naissance.

Bien entendu, **votre sécurité et celle de votre bébé sont pour nous une priorité. C'est pourquoi, nous vous recommandons de rester flexibles et ouverts à d'éventuels changements.**

Il est possible, que votre accouchement ne se passe pas tout à fait comme vous l'aviez prévu. Dans certains cas, pour des raisons médicales ou techniques, certains de vos souhaits ne pourront être respectés. Votre projet pourrait donc être adapté/modifié en fonction de la bonne évolution de votre travail et de votre accouchement.

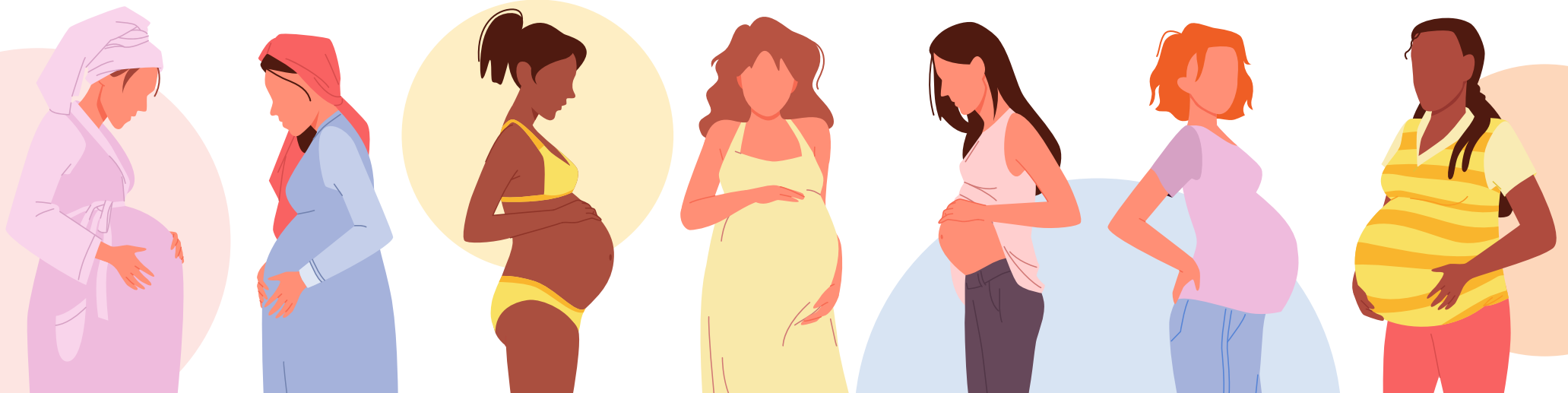
Nos pratiques et notre philosophie au sein du CHU Saint-Pierre tendent à respecter au maximum la **physiologie**, à préserver votre **intimité**, votre **rythme** et à vous **inclure** au maximum dans les soins. Notre hôpital est labellisé « *Initiative Hôpital Ami des Bébé*s » et nous sommes le premier centre belge de formation agréé *Brussels Nidcap Training Center* (Néonatalogie). Notre politique de travail

visent à respecter le rythme et les choix de chacun, encourage la proximité et le peau à peau en continu avec votre bébé.

**Nos initiatives s'intègrent dans une charte des soins obstétricaux que chaque professionnel de santé s'engage à respecter.**

Vous trouverez dans cette brochure différentes propositions de projets de naissance, ainsi que les thèmes les plus fréquemment abordés. Cette liste n'est pas exhaustive. Vous êtes libres de mentionner tout ce qui est **important pour vous**, selon votre vision de la naissance, votre culture, vos convictions, votre philosophie, etc.

N'hésitez pas à en parler à votre sage-femme ou à votre gynécologue. Nos équipes sont toujours à l'écoute pour vous aider à faire vos choix et vous accompagner dans la rédaction de ce projet de naissance.



# Charte des soins obstétricaux

Par cette charte, nous vous informons de **nos engagements envers vous** dans le cadre de votre suivi de grossesse, accouchement et post-partum.

## Nous nous engageons à...

- 1 Privilégier au maximum le suivi de votre grossesse par le même prestataire de soins (sage-femme ou gynécologue) afin d'assurer la continuité des soins, excepté si la grossesse nécessite un suivi médical particulier ;
- 2 Ce que chaque intervenant se présente lorsqu'il s'occupe de vous ;
- 3 Protéger et respecter votre intimité tout au long du parcours de maternité ;
- 4 Vous concerter afin de recueillir votre consentement pour les soins qui vous sont prodigués, ainsi qu'à votre bébé ;
- 5 Promouvoir le dialogue dans toutes les situations ;
- 6 Limiter au strict minimum le nombre d'intervenants lors de votre travail/accouchement/post partum. Néanmoins, nous sommes un hôpital de formation, nous nous sommes engagés à former les futurs professionnels de santé et nous avons une vocation pédagogique, ce qui implique la possibilité que ces futurs professionnels soient présents lors de vos soins. Ceux-ci s'engagent à respecter la présente charte ;
- 7 Respecter la possibilité d'être accompagnée par les personnes de votre choix pendant toute la durée de votre séjour hospitalier (salle de naissance et maternité). Vous avez la possibilité d'être accompagnée en salle de naissance par deux personnes, la deuxième personne pouvant être un professionnel de santé (sage-femme, kinésithérapeute, ...);
- 8 Créer un climat favorisant le confort et le bien-être pendant le travail ;
- 9 Favoriser tant que possible le



déroulement physiologique de l'accouchement en l'absence de pathologie y compris en limitant les actes invasifs (Rupture Artificielle de la Poche des Eaux, perfusion d'ocytocine, toucher vaginal ...);

- 10 Respecter le mouvement et le choix de votre position d'accouchement tout en assurant la surveillance de votre bébé et votre sécurité ;
- 11 Ne pas réaliser d'épisiotomie de manière systématique ;

- 12 Répondre au mieux à vos attentes concernant la gestion du travail : accès à la péridurale, aux méthodes alternatives (bain, meopa, chant, ...);
- 13 Favoriser le repos de la maman/bébé et à respecter au maximum les rythmes du bébé ;
- 14 Garder la maman et son bébé ensemble dans la mesure du possible ;
- 15 Privilégier le peau à peau en continu et dès la naissance.

## Vous vous engagez à...

- 1 Être acteur de sa santé et celle de son bébé en s'impliquant et participant aux traitements, examens et soins ;
- 2 Respecter l'intimité et le bien-être des autres dans l'hôpital, le personnel de l'hôpital, son travail, le matériel utilisé et nos locaux, les règles de fonctionnement de l'hôpital (les heures de rendez-vous, les heures de visite, le silence, l'hygiène, la sécurité, les interdictions d'accès, l'interdiction de fumer) ;
- 3 Avoir partout et en tout temps un comportement et une tenue décents ;
- 4 Pouvoir vous identifier dès l'accueil pour votre sécurité et dans le souci d'une relation thérapeutique satisfaisante ;
- 5 Pour être identifiable, avoir le visage dégagé : le front, le nez et le menton entièrement découverts et, si possible, les cheveux et les oreilles dégagés ;
- 6 Communiquer avec exactitude vos informations personnelles : vos nom, prénom(s), adresse et date de naissance et votre affiliation à une mutuelle ou à une assurance ;
- 7 Dans le strict respect du secret médical, nous donner votre accord sur le partage entre les membres du personnel du réseau Iris, de vos informations personnelles qui sont nécessaires pour établir un diagnostic, vous traiter et vous soigner.



# Mon projet de naissance

Je serai accompagnée par

(personne de mon choix)

(possibilité d'être accompagnée par un professionnel de la naissance)

Je connais le sexe de mon bébé :  oui  non

J'ai bénéficié d'une préparation à la naissance :  oui  non

Si oui, laquelle :

## 1 Admission / Arrivée en salle d'accouchement

### Je souhaiterais ...

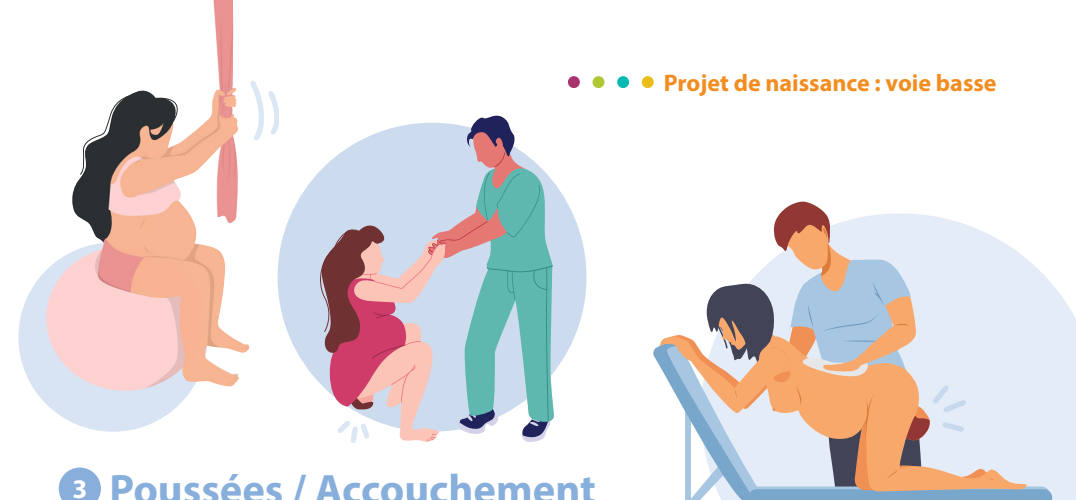
- Qu'on respecte mon rythme / ma bulle lorsqu'on s'adresse à moi
- Qu'on s'adresse au co-parent/accompagnant(e) si possible pour me laisser dans ma bulle
- Qu'on m'appelle par mon prénom / me tutoie pour me recentrer si besoin
- Me mobiliser comme je le souhaite
- Choisir ma position si je dois avoir un monitoring en zone d'accueil
- Choisir ma méthode de gestion de la douleur en zone d'accueil
- Que mon projet de naissance soit connu de tous les intervenants qui me prendront en charge
- Autre : .....



## 2 Travail

### Je souhaiterais ...

- Bénéficier de la salle de naissance avec une baignoire incluse si celle-ci est disponible
- Être libre de mes mouvements
- Pouvoir tamiser les lumières
- Ecouter la musique / les sons de mon choix
- Porter les vêtements de mon choix
- Choisir ma position et en changer à ma guise
- Manger et boire selon mes besoins, tout au long du travail en cas de non-anesthésie
- Bénéficier d'un monitoring intermittent si la situation médicale le permet
- Diminuer au maximum ou couper le son du monitoring (bruit du cœur fœtal)
- Entendre autant que possible le monitoring (bruit du cœur fœtal)
- Que le co-parent/accompagnant(e) soit présent tout le temps avec moi
- Pouvoir gérer au maximum le travail en couple de façon autonome
- Qu'on ne rompe la poche des eaux que si cela est absolument indispensable
- Autre : .....



### 3 Poussées / Accouchement

**Merci d'être attentif à ...**

- Attendre la poussée réflexe (si la situation médicale le permet)
- Me laisser pousser comme je le sens (si la situation médicale le permet)
- Me guider pendant la poussée
- Me laisser choisir ma position
- Utiliser un miroir afin de m'aider à visualiser la descente du bébé
- Mettre une compresse chaude sur mon périnée pour soulager la douleur
- Me permettre de pouvoir accompagner mon bébé à la naissance
- Favoriser le calme et la détente pour l'accueil de mon bébé
- Autre : .....
- .....
- .....

**Pour m'accompagner dans le vécu et la gestion des contractions, merci d'être attentif à ...**

- Favoriser la respiration / relaxation
- Favoriser l'usage du ballon
- Favoriser l'usage du bain
- Favoriser l'usage du Meopa (gaz analgésique et anxiolytique)
- Favoriser le rôle du co-parent/accompagnant(e)
- Me permettre de mettre en pratique ce que j'ai appris de ma préparation à la naissance
- Faire usage de la bouillotte
- Péridurale :  Oui  Non  Je ne sais pas

Si j'ai répondu **NON** ou **Je ne sais pas** et que je demande la péridurale :

- Me la mettre lorsque je la demande et que les conditions sont réunies pour en bénéficier (ex : travail en route, anesthésiste disponible, ...)
- Me rappeler d'abord mon projet de naissance et m'aider à passer le cap
- Favoriser le cathéter obturé pour être le plus libre possible de mes mouvements
- Autre : .....
- .....



### 4 Délivrance

**Je souhaiterais...**

- Voir mon placenta
- Éviter les tractions sur le cordon
- Autre : .....
- .....
- .....





## 5 Place du co-parent /de l'accompagnant(e)

### Merci d'être attentif à ...

- Expliquer les interventions en sa présence
- Lui laisser toute sa place pendant le travail et l'accouchement (massage – réconfort ...)
- Lui permettre d'accueillir le bébé en sortant le corps
- Lui permettre de couper le cordon
- Lui permettre de faire du peau-à-peau
- Lui permettre de participer aux 1<sup>ers</sup> soins
- Autre : .....

## 6 Si le projet change...

### Je souhaiterais ...

- Être prévenue et/ou me décrire toutes les interventions posées afin que je puisse les comprendre et y consentir
- Si je ne suis pas en état de recevoir l'information, qu'on avise et explique au co-parent/accompagnant(e) toutes les interventions réalisées
- Que l'on revienne le plus vite possible vers moi pour m'expliquer ce qu'il s'est passé si je n'ai pas été en état de recevoir l'information au moment de l'intervention
- Que le co-parent/accompagnant(e) reste avec moi au maximum
- Que le co-parent/accompagnant(e) puisse rester au maximum avec le bébé si celui-ci devait être séparé de moi
- Qu'on m'emmène voir mon bébé le plus vite possible s'il est séparé de moi
- Que l'équipe pédiatrique vienne me donner des nouvelles de mon bébé dès que possible
- Autre : .....



## 7 Post partum immédiat

### Je souhaiterais ...

- Favoriser au maximum le calme et l'intimité afin de faire connaissance avec mon bébé
- Bien respecter le clampage tardif du cordon
- Pouvoir faire 2h de peau à peau immédiatement après la naissance
- Retarder les soins non urgents afin de favoriser le lien parent-bébé
- Que les alarmes des monitorings soient mises au minimum afin de ne pas perturber les 1<sup>ers</sup> instants avec mon bébé
- Autre : .....

## 8 Soins de bébé

### Je souhaiterais ...

- Que la vitamine K soit donnée par injection intramusculaire en dose unique en salle de naissance à mon bébé
- Que la vitamine K soit donnée à mon bébé par voie orale en plusieurs prises en salle de naissance, à la maternité, puis à la maison
- Pouvoir faire le maximum de soins sur moi afin que je puisse y participer
- Que le co-parent/accompagnant(e) participe aux 1<sup>ers</sup> soins avec la sage-femme
- Autre : .....





## 9 Alimentation de mon bébé

### Je souhaiterais ...

- Expliquer à la sage-femme le type d'alimentation choisi pour mon bébé (lait maternel ou artificiel) et avoir de l'aide pour :
  - La tétée précoce et repérage des signaux de faim de mon bébé
  - La tétée d'accueil si choisie dans un contexte d'alimentation avec du lait artificiel
  - Le premier biberon si je choisis l'alimentation artificielle
- Avoir une visite d'une conseillère en lactation pendant mon séjour en maternité si j'éprouve des difficultés avec mon allaitement
- Ne pas avoir recours à des préparations lactées sans indication
- Autre : .....



## 10 Séjour à la maternité

### Je souhaiterais ...

- Favoriser le peau à peau autant que possible, avec moi ou le co-parent/accompagnant(e)
- Différer le plus possible le 1<sup>er</sup> bain afin d'éviter les pertes d'énergie du bébé
- Que tous les soins de mon bébé soient faits en ma présence ou en présence du co-parent/accompagnant(e), et si possible dans ma chambre
- Que les prises de sang de mon bébé soient réalisées, dans la mesure du possible, dans un environnement minimisant la douleur (au sein, emmaillotté, administration de glucose, dans les bras, ...)
- Limiter au strict nécessaire les passages dans ma chambre afin de favoriser mon repos et celui de mon bébé (possibilité de mettre un panneau sur la porte)
- Autre : .....



## 11 Retour à domicile

### Je souhaiterais ...

- Pouvoir rentrer à la maison le plus rapidement possible après l'accouchement
- Que mon suivi à domicile soit organisé par la maternité
- Que mon suivi à domicile soit effectué par la sage-femme que j'ai choisie :  
Nom :  Tél. :
- Que le suivi pédiatrique (indispensable lors d'un retour précoce) de mon bébé soit organisé par la maternité
- Que le suivi pédiatrique de mon bébé soit assuré par le pédiatre de mon choix :  
Dr  Tél. :
- Organiser mon temps afin de favoriser mon repos et le respect du rythme de mon bébé au maximum


# La valise de la maternité




Nous privilégions autant que possible les **séjours courts** à la maternité. Nous entendons par séjour court ou Retour Précoce à Domicile (RAD précoce), les séjours de 48h pour un accouchement normal par voie basse.

Nous favorisons le **peau à peau** en salle de naissance et notamment lors du transfert entre la salle de naissance et la maternité. Dès lors, il ne semble **pas nécessaire de prévoir une tenue pour le bébé** à la naissance.

## Conseils

 Préparez votre valise vers **36SA** pour être prête le jour J

 Veillez à faire votre pré admission minimum **15 jours à l'avance** (route 205, Porte P)

Nous proposons un **pack de maternité** à prix abordable, disponible à la maternité comprenant :

- 1 45 langes (Libero)
- 2 25 bandes hygiéniques
- 3 5 slips jetables
- 4 1 boîte de compresses d'allaitement

Nous fournissons également :

- ✓ La crème pour les mamelons
- ✓ Les antidouleurs
- ✓ Les comprimés de fer
- ✓ La vitamine D pour le bébé
- ✓ Un thermomètre

## 1 Documents administratifs

- Carte d'identité
- Document de prise en charge (réquisitoire d'accouchement, carte médicale, etc...)
- Document d'assurance (assurcard, DKV, AXA, Ethias, AG, etc) - CPAS
- Carnet de suivi de grossesse / Documents de suivi privé
- Montant de la provision si celui-ci est impayé (de préférence par carte bancaire)
- Votre projet de naissance
- Un peu de monnaie pour les distributeurs de boissons/snacks

## 2 Un petit sac pour la salle de naissance

**Pour la maman :**

- Une tenue confortable
- Un peignoir + paire de pantoufles/tongues pour faciliter l'habillage après le bain et/ou les déplacements
- Des petites douceurs : biscuits secs, fruits secs pour faire le plein d'énergie, des boissons énergisantes (type Aquarius, ...), des bonbons à sucer
- Du matériel bien être : musique, bouillotte, veilleuse, brumisateur d'eau, huile de massage, ...

**Pour l'accompagnant(e) :**

- Une tenue confortable
- Un sweat/polaire
- Des chaussures confortables ou pantoufles
- Boissons, biscuits, fruits car le travail peut durer longtemps

**Pour le bébé :**

- Une couverture confortable (adaptée à la saison)
- Un bonnet

## 3 Une valise pour le séjour à la maternité

**Pour la maman :**

- 2 pyjamas/vêtements confortables et pratiques pour l'allaitement
- 2 soutiens-gorge d'allaitement
- Pantoufles
- Peignoir / gilet
- Vêtements de sortie
- Essuie de bain
- Trousse de toilette : shampoing, savon, crème
- Coussin d'allaitement
- Veilleuse
- Une tenue de sortie

**Pour le bébé :**

- 2 pyjamas taille 50/56
- 3 bodys taille 50/56
- 2 bonnets
- 2 paires de chaussettes
- Une cape de bain
- Produits de soins : savon, peigne/brosse, liniment, cotons/compresses lavables
- 1 grand linge tétra pour l'emballage
- Une tenue de sortie : + veste/ combinaison en fonction de la météo
- Porte bébé, écharpe



# Check list pour le quatrième trimestre

Le quatrième trimestre de la grossesse correspond à la période s'écoulant de la naissance du bébé jusqu'à la douzième semaine de vie. C'est une **période de transition**, d'adaptation et surtout de récupération qui nécessite des ajustements. Pour vous aider à la préparer au mieux, voici une liste non exhaustive de **petites choses auxquelles penser**.

## Qui puis-je contacter en cas de...

### **Doute/difficulté avec mon allaitement :**

Sage-femme :

Consultante en lactation :

Autre :

### **Difficultés physiques pour moi ou mon bébé :**

Sage-femme :

Gynéco :

Maternité :

Médecin généraliste :

Pédiatre :

ONE :

Urgences :

Autre :

### **Difficulté psychique (pleurs persistants, tristesse intense, détresse psychologique...):**

Psy :

Sage-femme / gynéco :

Centre de santé mentale :

Médecin généraliste :

ONE :

Urgences :

Autre :



### **Je souhaiterais ...**

- Organiser nos visites à la maison selon les moments que nous choisissons et dans une limite acceptable pour moi et la famille
- Faire une réserve de plats au congélateur afin de faciliter notre organisation après la naissance
- Privilégier mon bien-être physique et mental ainsi que celui de mon bébé en m'octroyant suffisamment de repos : ne prévoir qu'une seule mission/rendez-vous médical par jour
- Identifier les personnes ressources et aidantes dans notre entourage et demander de l'aide quand j'en ressens le besoin
- Poursuivre le peau à peau autant que possible
- Avoir la visite de la sage-femme 1 fois par jour au début du retour à la maison ; puis à ma convenance afin d'accompagner l'allaitement et la surveillance globale de mon bébé et de moi-même
- Organiser les démarches administratives (max 1 par jour) et ne pas hésiter à déléguer :
  - Déclaration de naissance dans les 15 jours qui suivent la naissance, dans la commune de naissance.
  - Inscrire l'enfant à la mutuelle
  - Prévenir son employeur
  - Informer le futur milieu d'accueil de la naissance de l'enfant
  - Informer la caisse d'allocation familiale de la naissance
  - Prévenir mon assurance
  - Pour le 2<sup>ème</sup> parent, demander le congé de naissance / paternité
- Discuter de la contraception :
  - Reparler de la contraception lors de la visite à 6 semaines post-partum
  - Je ne veux pas de contraception
- Prendre rendez-vous pour la rééducation du périnée afin de commencer à 6 semaines post accouchement
- Organiser la garde des aînés si nécessaire





**Site Porte de Hal**

Rue Haute 322, 1000 Bruxelles

+32 (0)2 535 31 11

[www.stpierre-bru.be](http://www.stpierre-bru.be)