

# LA NAISSANCE DANS L'EAU



Ce petit fascicule est fait pour vous donner quelques informations essentielles au bon déroulé de cette expérience et pour vous aider à formuler vos préférences de naissance.

# Chère future maman,

Lorsque la grossesse et le travail évoluent normalement, l'accouchement dans l'eau est une alternative sûre pour donner naissance à votre enfant. Notre équipe multidisciplinaire s'est formée pour vous accompagner dans cette aventure et propose actuellement une chambre équipée d'un bain dans lequel vous pourrez, si vous le souhaitez, accueillir votre bébé.



## Quels sont les bienfaits ?

Grâce aux bienfaits de l'eau chaude (36-37,5°C), le bain procure une **sensation de bien-être** et de **relaxation puissante** qui ont un effet bénéfique sur l'intensité du ressenti de l'accouchement et de la naissance.

La flottabilité de l'eau favorise votre **mobilité** pendant le travail, rendant vos mouvements plus **fluides** et **confortables**.

Moyennant le port du maillot de bain, **vo**tre **accompagnant.e** peu s'immerger dans l'eau à vos côtés.



## Quelles conditions doivent être réunies ?

Donner naissance dans l'eau est un souhait. C'est à dire que **les conditions doivent être idéales** pour vous accompagner dans cette expérience :

- 1 Les indicateurs de **bonne santé** sont bien présents lors de votre admission et lors des mises au point lors du travail d'accouchement
- 2 Le **bain est disponible** (chambre 1)
- 3 Le **personnel sur place** est formé à cette pratique

**Il est important de savoir que pour vider votre vessie et pour effectuer la surveillance du déroulé du travail, mais aussi pour favoriser une diversité de mouvements et de positions, l'équipe sur place vous invitera à sortir régulièrement de l'eau pour de courtes périodes.**



## Quelles précautions respecter ?

Afin de permettre une naissance sécurisée, l'équipe médicale aura besoin de toute **votre coopération et de celle de votre accompagnant.e** lors de votre immersion dans l'eau :

- 1 La présence de votre accompagnant.e est nécessaire de **façon continue**
- 2 Lors de la naissance, **garder vos fesses dans l'eau** permet d'assurer que votre bébé ne respire qu'après sa sortie complète de l'eau, garantissant ainsi sa sécurité respiratoire
- 3 Le cordon sera manipulé avec la plus grande délicatesse, sans traction, afin de préserver l'intégrité et le confort de votre bébé
- 4 Le bain est proposé comme méthode de gestion naturelle de la douleur et **ne peut pas être combiné avec d'autres méthodes** (gaz hilarant, péridurale, pompe à morphine)
- 5 Après la naissance de votre enfant, vous serez invitée à sortir de l'eau dans les 5 minutes pour poursuivre la délivrance du placenta hors de l'eau



## Que pouvez-vous apporter ?



Une gourde d'eau ou une boisson isotonique de votre choix pour maintenir une bonne hydratation (*Aquarius, bouillon, tisane, ...*)



Éventuellement de quoi attacher vos cheveux



Des tongs ou claquettes de piscine



Un maillot pour le co-parent



Un peignoir

Et comme pour toute naissance :



Une playlist préparée



Une petite enceinte de musique



Des chaussettes chaudes



Une taie d'oreiller avec l'odeur de chez vous pour la suite de votre séjour

**i Pour assurer le confort de votre nouveau-né, privilégiez un bain simple sans mousse, savon ni huiles essentielles.**



**Site Porte de Hal**

Rue Haute 322, 1000 Bruxelles

+32 (0)2 535 31 11

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