



LA MATERNITÉ

DE L'HÔPITAL BEAUJON

AUX PETITS SOINS

POUR VOUS >>

Service de
gynécologie-
obstétrique, maternité,
néonatalogie.

2024



Hôpital
Beaujon
AP-HP

ASSISTANCE
PUBLIQUE



HÔPITAUX
DE PARIS

Sommaire

Bienvenue à la maternité de l'hôpital Beaujon _____	3
Présentation de la maternité et de l'équipe _____	4
Votre suivi de A à Z _____	6
La prévention des maladies infectieuses pendant la grossesse _____	9
Le jour J _____	13
Votre valise _____	14
Votre séjour _____	15
Conseils pour faciliter votre retour à la maison _____	20
Mémo _____	22
Mon calendrier de RDV _____	24



La maternité
de l'hôpital Beaujon, AP-HP
*aux petits soins
pour nous.*

Clichy-la-Garenne, 92

EN SAVOIR PLUS :

**Découvrez la présentation
de la maternité en images
sur :**

[hopital-beaujon.aphp.fr/
maternitebeaujon](http://hopital-beaujon.aphp.fr/maternitebeaujon)





BIENVENUE À LA MATERNITÉ DE **L'HÔPITAL BEAUJON**

Choisir sa maternité est une décision importante : c'est le lieu où vous allez donner naissance à votre bébé et vivre un moment unique.

La maternité de l'hôpital Beaujon vous accueille dans des locaux entièrement rénovés, avec des chambres individuelles, toutes équipées d'une salle d'eau avec douche et d'un espace dédié au change et au bain de bébé, pour profiter pleinement des premiers moments avec votre enfant.

Parce que chaque grossesse est unique, la maternité rassemble l'ensemble des compétences médicales et paramédicales associées aux équipements nécessaires à votre suivi dès le 1^{er} trimestre : monitoring foetal, échographies, consultations, bilans sanguins, bloc opératoire.

Depuis 2020, une unité de néonatalogie nous permet d'accueillir les nouveau-nés prématurés et ainsi favoriser la proximité entre les parents et leur enfant.

L'équipe médicale et paramédicale offre ainsi un accompagnement individualisé des futurs parents, à l'écoute des projets de naissance pour une grossesse sereine et entourée dans le plus grand respect de la physiologie.

Enfin, pour assurer votre accueil et votre accompagnement en toute sécurité, l'équipe de la maternité de l'hôpital Beaujon composée de médecins gynécologues, obstétriciens, chirurgiens, sages-femmes, pédiatres, infirmières, puéricultrices et auxiliaires de puériculture, assure une présence 24H/24.

Toutes les conditions sont réunies autour de vous pour vivre sereinement les premiers jours de votre bébé.

L'équipe de la maternité



PRÉSENTATION DE LA MATERNITÉ

Une maternité à votre écoute

Située à proximité des berges de Seine à Clichy, dans les Hauts-de-Seine, la maternité de l'hôpital Beaujon, AP-HP, est un établissement de type 2A qui accueille **1 500 accouchements par an**. C'est aussi un plateau de référence dans la prise en charge des hémorragies de la délivrance.



Accoucher à Beaujon, c'est avant tout l'assurance de rencontrer une équipe de professionnels à votre écoute, engagée dans l'accompagnement des parents et des nouveau-nés.

C'est également la possibilité de faire suivre sa grossesse en bénéficiant d'une prise en charge optimale, de son heureuse découverte, aux semaines suivant l'accouchement.

L'équipe

Les sages-femmes sont vos interlocutrices privilégiées tout au long de votre grossesse. Elles assurent le suivi des grossesses physiologiques, la surveillance du travail et la pratique des accouchements. Elles assurent également les urgences obstétricales et vous accompagnent dans le service de suite de naissances ou lors des hospitalisations au cours de la grossesse.

Elles travaillent en étroite collaboration avec les gynécologues-obstétriciens, les anesthésistes et les pédiatres vers qui elles vous orientent lorsque la situation médicale le requiert.



Les médecins

Ils sont présents 24 h/24 à la maternité afin de garantir la sécurité de votre prise en charge.

Gynécologues-obstétriciens, anesthésistes-réanimateurs et pédiatres, assurent votre suivi médical et celui de votre enfant.

Infirmières et puéricultrices, vous accompagnent au quotidien et dans les soins, en hôpital de jour ou dans le service de néonatalogie.



Auxiliaires de périnatalité : aides-soignantes et auxiliaires de puériculture vous accueillent lors de votre séjour en maternité, réalisent vos soins et ceux de votre bébé, et vous prodiguent des conseils.



La psychologue

La maternité est une période riche en bouleversements sur le plan physique mais aussi sur le plan psychologique. La psychologue pourra vous recevoir en consultation si vous souhaitez partager vos questionnements ou vos émotions.

Les assistantes sociales

Si vous avez besoin d'un accompagnement social, n'hésitez pas à en parler à votre sage-femme ou votre médecin, qui pourra vous orienter vers les assistantes sociales du service.



Les diététiciennes

Lors d'entretiens personnalisés, elles vous conseillent sur votre alimentation et assurent entre autres le suivi des cycles glycémiques pour les femmes présentant un diabète.

Les secrétaires

Elles assurent le secrétariat de chaque secteur : suites de couches, grossesses pathologiques, diagnostic anténatal et gynécologie.

L'équipe d'encadrement

Des sage-femmes coordonnatrices sont chargées d'organiser au mieux les différents secteurs de soins et de répondre à vos interrogations.



VOTRE SUIVI DE GROSSESSE **DE A À Z**

Une offre de soin complète



La maternité vous offre la possibilité d'être suivie en consultation au sein de la polyclinique Jean Baumann de l'hôpital (cf. plan en dernière page). Un premier rendez-vous d'accueil et d'orientation vous sera donné avec une sage-femme afin de personnaliser votre suivi : en ville, par un professionnel du réseau ou de l'hôpital, en fonction de vos antécédents médicaux.

Lors d'un entretien de 40 minutes, la maternité et son offre de soin vous seront présentées. Vous recevrez alors l'ensemble des documents et des rendez-vous nécessaires.

À cette occasion, vous devez vous munir des documents suivants :

- Bilans et échographies déjà réalisés
- Comptes-rendus des examens médicaux et chirurgicaux
- Carte de groupe sanguin
- Carnet de vaccination
- Pièce d'identité en cours de validité
- Carte vitale ou attestation sécurité sociale (AME, CMU...)
- Attestation mutuelle

Les consultations de suivi de grossesse



Vous pourrez bénéficier d'un suivi médical personnalisé, mensuel ou plus rapproché si besoin, par les sages-femmes et médecins de l'équipe. Il y a 7 consultations obstétricales obligatoires, une au cours du 1^{er} trimestre puis une par mois à partir du 4^e mois. Lors de chaque consultation, l'équipe contrôle votre poids, votre pression artérielle et une analyse d'urine est réalisée. Le praticien écoute les bruits du cœur du bébé, surveille sa croissance, et peut réaliser un examen vaginal. Il prescrit et vérifie les examens complémentaires.

La surveillance des grossesses à risques se fait aux explorations fonctionnelles.

Les échographies

Les femmes suivies au sein de l'établissement peuvent également y réaliser leur surveillance échographique. Classiquement, 3 échographies sont recommandées, (une par trimestre). En cas de nécessité médicale, le praticien pourra vous prescrire des échographies complémentaires.



La consultation d'anesthésie

Lors d'un rendez-vous individuel, l'anesthésiste vous reçoit afin d'évoquer vos attentes concernant la prise en charge de la douleur, et les possibilités qui s'offrent à vous en fonction de votre dossier médical.

La préparation à la naissance

Les 7 séances de préparation à la naissance et à la parentalité sont remboursées par la sécurité sociale.

Vous pouvez vous rapprocher de votre sage-femme libérale afin de trouver un programme répondant au mieux à vos attentes : yoga, relaxation, hypnose, haptonomie, préparation aquatique...

L'équipe vous offre également la possibilité de vous familiariser avec les locaux en vous proposant une visite en ligne sur la chaîne YouTube de la maternité :

<https://www.youtube.com/watch?v=7P5WiPhTu5g>

Futurs parents : le tabac, et si on en parlait ?

Venez échanger autour de la parentalité et de la question du tabac.

Atelier tous les lundis, de 13h à 14h, à la Polyclinique 1^{er} étage - Salle de réunion, animé par un tabacologue, Marie ROUVRAIS, infirmière et Natascia SERBANDINI, psychologue.

INSCRIPTIONS :

01 40 87 57 22 ou 01 40 87 59 14
bureau des rendez-vous

La salle nature

Chaque couple a des souhaits pour la naissance de l'accueil de son nouveau-né. Ils peuvent nous être transmis oralement le jour de l'accouchement ou bien écrit sous la forme d'un projet de naissance, document téléchargeable sur les pages internet du service. **Ce projet de naissance doit être discuté en amont avec l'équipe soignante lors des dernières consultations de suivi de grossesse.** Par ailleurs, nous vous invitons à construire ce projet avec votre sage-femme libérale lors des cours de préparation à la naissance et à la parentalité. Afin d'être au plus près de la physiologie, nous avons conçu une salle « nature » pour un accouchement en toute sécurité et sérénité.

La salle est équipée d'une baignoire de dilatation, d'une liane d'étirement ainsi que d'un tabouret d'accouchement.

Les accessoires tel que le ballon, le coussin d'allaitement sont à votre disposition durant toute la durée du travail. Vous pouvez apporter votre propre musique afin de créer une ambiance sonore propice à la détente.



La consultation post natale

6 à 8 semaines après la naissance de votre enfant, il est recommandé de faire le point avec le professionnel qui vous a suivi lors de la grossesse, en ville ou à l'hôpital. C'est un moment de rencontre qui permet de faire le point sur son état de santé, la contraception, le vécu de son accouchement, les difficultés rencontrées, la reprise de la sexualité...

Vous pourrez être orientée vers un réseau de professionnels en fonction de vos besoins : PMI (protection maternelle infantile), consultantes en lactation, pédiatres, gynécologues, médecin traitant et sages-femmes libérales.



LA PRÉVENTION DES MALADIES INFECTIEUSES PENDANT VOTRE GROSSESSE

Pendant la grossesse, plusieurs virus, bactéries ou parasites peuvent avoir un impact sur la grossesse et le futur bébé.

Voici quelques conseils simples pour les éviter :

- **Être à jour de ses vaccinations** (rubéole, rougeole, varicelle, coqueluche), **penser à vous faire vacciner contre la grippe quand cela est recommandé.**
- Respecter des mesures d'hygiène de base, valables dans tous les cas :
 - se laver les mains, particulièrement au moment des changes
 - ne pas utiliser les couverts et les verres d'un autre enfant

Règles d'hygiène à respecter :

- **Marcher, faire de l'exercice régulièrement**
- **Cuire soigneusement** les aliments crus d'origine animale (viandes, poissons) ; en particulier, le steak haché doit être cuit à cœur ;
- **Laver soigneusement** les légumes crus et les herbes aromatiques ;
- **Conserver** les aliments crus (viande, légumes, etc.) séparément des aliments cuits ou prêts à être consommés ;
- Après la manipulation d'aliments non cuits, **se laver les mains** et nettoyer les ustensiles de cuisine qui ont été en contact avec ces aliments ;
- **Nettoyer fréquemment et désinfecter** votre réfrigérateur ;
- **Réchauffer soigneusement** les restes alimentaires et les plats cuisinés.



Toxoplasmose

Ce parasite est notamment présent dans les viandes mal cuites et la terre (légumes mal lavés). Il peut entraîner des malformations, particulièrement au premier trimestre de la grossesse.

Le dépistage de la toxoplasmose est obligatoire en France. Votre médecin ou votre sage-femme vous prescrira des sérologies, conformément aux recommandations, au cours de votre grossesse.



Précautions :

Si votre sérologie est négative, voici les mesures à appliquer :

- **bien cuire les viandes ;**
- **bien laver les légumes ;**
- **bien se laver les mains** après la manipulation d'aliments et/ou la manipulation d'excréments de chats.

Si vous attrapez la toxoplasmose, votre médecin vous prescrira des antibiotiques et organisera une surveillance adaptée à votre situation.

Cytomégalovirus (CMV)

Ce virus est très répandu chez les enfants de moins de 3 ans.

En cas d'infection pendant la grossesse, il peut parfois entraîner des complications fœtales, telles que des troubles auditifs, voire entraîner des conséquences neurologiques graves.

Ce virus est présent dans les sécrétions corporelles (urines, salives, larmes). Pour éviter de l'attraper, il faut donc bien respecter les mesures d'hygiène de base.



Précautions :

- **se laver les mains**, particulièrement au moment des changes ;
- **ne pas utiliser les couverts et les verres d'un autre enfant ;**
- **ne pas embrasser un enfant sur la bouche ;**
- **éviter les contacts rapprochés** et ne pas embrasser des personnes malades.

Si vous attrapez le cytomégalovirus, votre médecin organisera une surveillance adaptée à votre situation.

Voici quelques conseils simples pour les éviter :

Varicelle

Maladie la plus souvent bénigne de l'enfance, cette maladie virale peut avoir des conséquences si elle est acquise pendant la grossesse :

1^{er} trimestre : risque de malformation très rare

3^{ème} trimestre : risque de varicelle maligne du nouveau-né

Pendant toute la grossesse : risque d'infection pulmonaire grave de la mère

Précautions :

Si vous avez eu la varicelle, le risque de deuxième varicelle est très faible, mais ne faites pas les soins de l'enfant malade.

Si vous ne vous souvenez pas l'avoir eu, deux possibilités :

- **Vous avez fait une forme avec peu de lésions et elle est passée inaperçue** : le risque de deuxième varicelle est très faible, mais ne vous occupez pas d'un enfant malade.
- **Vous ne l'avez jamais eue** : vous risquez de faire une varicelle.
- En cas de contact avec une personne malade, contactez votre médecin ou votre sage-femme.
- Vous pouvez être vaccinée contre la varicelle après l'accouchement.



Rubéole

Maladie rare en France, elle peut avoir des conséquences dramatiques en cas d'infection au premier trimestre de la grossesse. Elle peut se manifester par une éruption cutanée et de la fièvre.

Votre médecin ou votre sage-femme vous prescrira des sérologies rubéole au cours de votre grossesse, conformément aux recommandations.

La vaccination contre la rubéole est recommandée après la grossesse si le résultat de votre sérologie est négatif. Si vous avez déjà eu deux vaccinations ou si vous avez déjà une sérologie positive, aucun contrôle n'est nécessaire.



Listéria

Cette bactérie peut entraîner de la fièvre et des complications obstétricales (fausses couches, accouchements prématurés...). Elle n'induit pas de malformations. Devant toute fièvre chez la femme enceinte, votre médecin ou votre sage-femme évoquera le diagnostic et pourra vous donner des antibiotiques.

Précautions :

■ Éviter la consommation de :

- eau trop chargée en sodium, privilégier les eaux plates
- sodas
- fromages à pâte molle au lait cru (choisir des fromages pasteurisés et enlever la croûte avant consommation) , fromages vendus râpés
- poissons fumés
- graines germées crues (soja, luzerne, alfafa ...)
- produits de charcuterie cuite (pâté, rillettes, produits en gelée, jambon cuit)
- produits de charcuterie crue consommés en l'état. Les faire cuire avant consommation (ex : lardons, bacon, jambon cru)
- produits achetés au rayon traiteur
- coquillages crus, surimi, tarama.

Coqueluche

La coqueluche est une infection respiratoire due à une bactérie. Elle est très contagieuse et se transmet par la toux des personnes infectées. Les formes graves de coqueluche surviennent surtout chez le nourrisson, nécessitant souvent l'hospitalisation.

Précautions :

La vaccination de l'entourage du nourrisson est importante. L'efficacité du vaccin n'est pas définitive, les rappels de vaccins sont nécessaires et possibles durant la grossesse. Pensez à vous faire vacciner ainsi que vos proches.

PRATIQUE

D'autres virus, parasites, bactéries ou parasites peuvent compliquer la grossesse, bien que cela soit rare. N'hésitez pas en parler à votre médecin ou votre sage femme.

- Demandez un avis avant tout voyage en zone tropicale.
- Soyez à jour dans vos vaccinations.
- Consultez en cas de fièvre, d'éruption ou en cas de contact avec des personnes malades.

Pour toute question :

- infections-grossesse.com



LE JOUR J

Quand venir à la maternité ?

Beaucoup de mamans se demandent si elles sauront identifier le "bon moment", pour se présenter aux urgences obstétricales.

Sachez que vous devez vous présenter aux urgences, au moins dans les situations suivantes :

- contractions rapprochées toutes les 5 minutes, pendant deux heures (s'il s'agit de votre première grossesse)
- perte ou doute sur une perte de liquide amniotique (clair comme de l'eau)
- perte de sang
- crainte sur une diminution des mouvements de son enfant
- fièvre supérieure à 38,5°
- maux de tête, bourdonnement d'oreilles, taches noires devant les yeux.
- chute

... En cas de doute, il n'y a pas de consultations inutiles.

Vous pouvez joindre les urgences obstétricales cependant aucune consultation ne pourra être faite par téléphone.

Avant votre venue, pensez à ôter vos bijoux, vernis ou et faux ongles.

Pour rappel, l'ordre de prise en charge aux urgences dépend du degré d'urgence et non de l'ordre d'arrivée. Il se peut que vous soyez amené à patienter.



Où se présenter ?

Les urgences obstétricales sont ouvertes 24 h/24.

Elles se trouvent au 1^{er} étage de la tour de l'hôpital Beaujon **(voir plan au dos)**.

Un affichage vous permet de vous orienter facilement.



VOTRE VALISE

Sac salle de naissance

Pour vous :

- ☐ Dossier maternité (échographies...), pièce identité, carte vitale/mutuelle
- ☐ Boisson : eau, jus de fruit sans pulpe et sans gaz
- ☐ Élastique à cheveux
- ☐ De la musique selon votre souhait (nous ne possédons aucun appareil pouvant la diffuser)
- ☐ Un brumisateur
- ☐ Un maillot de bain, ou brassière si vous le souhaitez pour la baignoire de la salle physiologique +/- drap de bain.

Pour le séjour

Nous vous fournissons : 1 paquet de 27 couches (2.5 à 4 kg) pour le séjour, des cotons de changes, un savon, du sérum physiologique, le nécessaire pour le soin du cordon. Si vous souhaitez donner le biberon nous vous fournissons des biberons de lait. Du côté maman, nous fournissons culottes jetables et serviettes

- ☐ 6 bodys (taille 1 mois)
- ☐ 6 pyjamas (taille 1 mois)

Remarque : les vêtements neufs doivent être lavés en machine avant de les faire porter au nouveau-né.

- ☐ 1 paire de chaussette
- ☐ 2 bonnets
- ☐ 1 gilet en laine (saison froide)
- ☐ 1 gigoteuse (taille 0-6 mois)
- ☐ 1 cape de bain
- ☐ 1 ou 2 lange en coton, dont un grand format pour l'emmaillotage si besoin
- ☐ Une tenue chaude pour la sortie type combinaison (selon la saison)
- ☐ 1 thermomètre axillaire + 1 thermomètre de bain si possible

Pour votre bébé :

- ☐ 1 body (taille 1 mois, modèle croisé de préférence)
- ☐ 1 pyjama (taille 1 mois)
- ☐ 1 brassière en laine (saison froide)
- ☐ 1 bonnet
- ☐ 1 paire de chaussette
- ☐ 1 gigoteuse taille 0-6 mois



- ☐ crème type karité ou huile végétale (première pression à froid)

Nous ne recommandons pas : lingettes, parfum pour bébé, eau nettoyante, liniment non systématique. Privilégier les produits éco labélisés si possible pour les produits d'hygiène et les couches.

- ☐ Vêtements confortables pour la maman
- ☐ Soutien gorge d'allaitement ou brassière serrée en cas de non allaitement au sein
- ☐ Serviettes hygiéniques absorbantes supplémentaires voire culottes absorbantes jetables

- ❑ Serviette de douche et nécessaire de toilette
- ❑ Un tapis de bain
- ❑ Une paire de tong, chausson
- ❑ Crème à base de lanoline purifiée et/ou coquillage, coupelle d'allaitement, coussinets d'allaitement

À discuter avec votre sage-femme :

- de la prescription de bas ou chaussette de contention
- de l'utilité d'anticiper l'achat de bout de sein en silicone à votre taille
- d'anticiper la prescription d'homéopathie en cas de non allaitement au sein

Pour l'accompagnant(e) : Nous disposons de quelques lits d'appoint que nous répartissons au mieux, mais nous vous recommandons d'apporter un matelas gonflable 1 personne ainsi qu'un duvet et un oreiller si vous souhaitez rester tout le séjour

Les petits plus : Coussin d'allaitement, veilleuse, bloc note,

Pour la sortie

Un siège auto homologué dos à la route ou un moyen de portage adapté à votre moyen de déplacement.



VOTRE SÉJOUR



La maternité a été entièrement rénovée en 2018 pour un séjour de qualité,

Après avoir bénéficié d'une surveillance rapprochée pendant les 2 heures suivant l'accouchement, vous et votre enfant passerez en service de suites de naissances.

Votre hospitalisation

Vous rencontrerez quotidiennement **les professionnels de la périnatalité** : l'aide-soignante, la sage-femme et l'auxiliaire de puériculture. Elles vous prodigueront les soins et conseils nécessaires pour répondre au mieux à toutes vos questions. La période des suites de naissances est un **moment privilégié de rencontre avec son enfant**, raison pour laquelle les équipes auront à cœur de vous apporter un accompagnement personnalisé.



La durée de votre séjour sera en moyenne de 3 jours pour un accouchement par voie naturelle, et de 4 jours pour une césarienne.

Si vous avez un régime alimentaire particulier, faites nous en part dès votre admission.



Le temps de la rencontre : le peau à peau

Véritable moment d'échange et de contact, le peau à peau vous sera proposé dès la salle de naissance et vous pourrez poursuivre en suites de naissance et même à la maison.

Le peau à peau permet à votre enfant de réguler sa température et de se sentir en sécurité auprès de vous. Il comporte de nombreux autres bénéfices comme l'atténuation de la douleur lors des soins, diminution du stress et des pleurs du nouveau-né. Il peut également se faire avec le papa autant qu'il le désire.

Il est important de s'assurer des bonnes conditions d'installation afin de vivre ce moment privilégié en toute sécurité :

- Vous serez en position assise ou semi assise (30°).
- Votre bébé est nu à l'exception du bonnet, des chaussettes et de la couche.
- Il est installé « ventre contre ventre » en ayant la tête tournée sur le côté et les jambes légèrement écartées.
- Veillez à ce que le nez et la bouche soient toujours bien dégagés.
- Vous pouvez utiliser un bandeau en jersey afin qu'il soit bien maintenu et le recouvrir avec une serviette ou une petite couverture.
- Couvrez-vous les épaules afin de préserver la chaleur entre vous.
- Evitez les parfums et déodorants pour favoriser l'odeur naturelle
- **Profitez du moment !**

Les premiers jours de votre bébé

L'examen du nouveau-né est réalisé le jour de la naissance en salle d'accouchement, et renouvelé à J+2 par le pédiatre de suites de naissance. Le poids du bébé est surveillé quotidiennement, ainsi que sa bilirubine afin de **traiter l'ictère (jaunisse) le cas échéant**. Le pédiatre néonatal est présent 24h/24 au sein de l'établissement.

Depuis fin 2020, nous disposons d'une unité de néonatalogie nous permettant d'accueillir des nouveau-nés prématurés dès 34SA.

Pour le service de néonatalogie, les motifs d'admission sont :

- La prématurité , à partir de 34 SA
- La photothérapie, traitement de l'ictère
- L'antibiothérapie, traitement de l'infection

Si le séjour de votre enfant se prolonge au sein du service de néonatalogie, une chambre, en fonction des disponibilités, vous sera proposée proche du service.



Vous serez accompagnés tout au long du séjour par les sages-femmes et les auxiliaires puéricultrices du service ainsi que du pédiatre. Le nécessaire suivant pour votre enfant vous sera fourni :

couches, vitamines, coton, nécessaire pour soin de cordon, sérum physiologique, lait en cas d'alimentation artificielle.

Les équipes bénéficient de formations complémentaires en portage et massage du nouveau-né, n'hésitez pas à leur demander des conseils !

L'alimentation de votre bébé

L'équipe vous accompagne dans votre projet que vous souhaitiez allaiter ou non.

L'allaitement maternel présente de nombreux bénéfices pour vous comme pour votre bébé :

- adapté en quantité et en qualité à votre bébé
- économique et écologique
- favorise une perte de poids plus rapide pour la mère
- protection contre les cancers gynécologiques
- facile à digérer
- protection contre certaines infections
- protection contre l'obésité de l'enfant

Il existe différentes positions d'allaitement, n'hésitez pas à solliciter notre équipe afin d'être conseillé et accompagné durant les premiers jours. Par la suite, vous pourrez également faire le point avec votre sage-femme libérale ou si besoin une conseillère en lactation.

L'allaitement artificiel (comme l'allaitement maternel) : si vous souhaitez donner le biberon, l'équipe vous accompagnera afin de vous aider dans vos premiers pas de parents. Soucieux de l'environnement, nous récupérons les biberons vides dans un circuit spécifique afin de permettre leur recyclage et nous utilisons des laits Bio.



Les chambres

Il s'agit de chambres individuelles. Elles disposent d'une salle de douche privée, et d'un coin nurserie pour que l'ensemble des soins de votre enfant puissent être réalisés en toute intimité.

Afin de vous sentir « comme à la maison », deux chambres parentales avec un grand lit double sont ouvertes depuis l'automne 2021.

Les visites

Pour favoriser le repos des mamans, le bon déroulement des soins, et le bien-être des nouveau-nés, les visites sont limitées.

La présence des pères est autorisée 24h/24.



État civil

La déclaration de naissance doit se faire dans les 5 jours suivant la naissance.

Les weekends et jours fériés prolongent ce délai. Merci d'apporter votre livret de famille si vous en avez déjà un et la reconnaissance anticipée de paternité le cas échéant. Un agent administratif de l'hôpital passe dans les chambres dans les 48h après votre accouchement et peut se charger de faire les démarches auprès de la mairie de Clichy.

Votre sortie

Les sorties se font en général avant 12h sauf si des examens complémentaires sont à récupérer pour le nouveau-né ou sa maman.

Le carnet de santé de votre enfant, vos ordonnances respectives et une liste de coordonnées de professionnels utile vous seront délivrés à ce moment.



Vos directives anticipées

Si vous pensez vous trouver un jour dans l'incapacité d'exprimer votre volonté, vous pouvez rédiger des directives anticipées qui sont valables pour une durée de trois ans. Elles seront prises en compte pour toute décision concernant notamment une prolongation ou un arrêt de traitement. Vous pouvez à tout moment les modifier ou les annuler, par un nouveau document. Si vous n'êtes pas en état de les rédiger, vous pouvez le faire avec deux témoins, dont votre personne de confiance.

La personne de confiance

Durant votre séjour, il vous est proposé de désigner une personne de votre entourage en qui vous avez toute confiance. Cette personne pourra, avec votre accord :

- assister aux entretiens médicaux avec vous,
- vous accompagner tout au long des soins,
- être consultée sur votre volonté si vous n'êtes pas en état de l'exprimer vous-même.

Si vous n'avez pas rédigé de directives anticipées, elle sera votre porte-parole. Son témoignage prévaudra sur tous les autres. Elle sera consultée par les médecins avant toute intervention ou investigation, sauf urgence.

Elle peut être différente de la personne à prévenir.

Pour en savoir plus, demandez la brochure AP-HP « Être assisté-e d'une personne de confiance ».

Les données de votre dossier hospitalier

Les données administratives, sociales et médicales de votre dossier hospitalier sont utiles pour la recherche médicale. L'AP-HP a créé une base de données qui regroupe les données de tous les patients soignés dans ses hôpitaux afin de mener des recherches en santé et piloter l'activité hospitalière. Ceci vous permet de contribuer au progrès médical.



Pour en savoir plus sur les projets de recherche, les partenariats envisagés, et les modalités d'exercice de vos droits, vous pouvez consulter le portail d'information de l'Entrepôt de Données de Santé (EDS) de l'AP-HP à l'adresse **<http://recherche.aphp.fr/eds>**.



Vous pouvez vous opposer à l'utilisation pour la recherche des données de votre dossier hospitalier ou de celles de votre enfant, sans vous justifier, en vous adressant au directeur de l'hôpital où vous (ou votre enfant) avez été soignés, ou en remplissant le formulaire d'opposition électronique disponible à l'adresse **<http://recherche.aphp.fr/eds/droit-opposition>**.



CONSEILS POUR FACILITER VOTRE RETOUR À LA MAISON

Les saignements

Ils peuvent durer 2 à 3 semaines. Le retour de couches correspond aux premières règles après l'accouchement et a lieu en général 6 à 8 semaines après l'accouchement ou 1 mois environ après l'arrêt de l'allaitement exclusif. Il peut être retardé en cas d'allaitement maternel.

Le périnée

Des fuites urinaires peuvent survenir pendant la grossesse ou après l'accouchement. **Des séances de rééducation sont indispensables conseillées.** Elles vous seront prescrites avant votre sortie. Vous devrez les débiter 8 semaines après l'accouchement avec une sage-femme libérale ou un kinésithérapeute qui évaluera le nombre de séances nécessaire(s).

Ces séances sont prises en charge à 100 % par la sécurité sociale. En moyenne, une dizaine de séances de 30 minutes sont nécessaires.

Le retour à domicile

Après votre sortie, vous avez la possibilité d'avoir le passage d'une sage-femme libérale à votre domicile. Cette visite permet de vérifier l'état de santé de la maman et du bébé et de prodiguer des conseils : allaitement, soins... Prenez contact avec une sage-femme libérale en fin de grossesse afin d'organiser cette visite.

La contraception

Il peut y avoir une ovulation avant le retour de couches ou pendant l'allaitement, une grossesse peut donc survenir.

Si vous le souhaitez, la contraception vous sera prescrite pendant votre séjour en maternité, (avant la sortie). En cas d'allaitement, elle sera adaptée.

Vous pourrez également en parler lors de la visite post-natale avec le médecin ou la sage-femme qui est planifiée 6 à 8 semaines après l'accouchement, ou en consultation de planning familial.



MÉMO

Le congé maternité :

Pour le 1^{er} et 2nd enfant : 16 semaines.

Pour le 3^{ème} enfant : 26 semaines.

Pour des jumeaux : 34 semaines.

Pour des triplés : 46 semaines.

Pour les pères : 25 jours consécutifs pour 1 enfant et 32 jours consécutifs pour des naissances multiples, à prendre dans un délai de 4 mois après la naissance.

Les rendez-vous après la naissance

Pour vous

- **Entretien post-natale 1 mois** après l'accouchement avec une sage-femme ou un gynécologue
- **Rééducation périnéale** : en moyenne 10 séances à programmer 8 semaines après la naissance

Pour votre enfant : prendre rendez-vous avec un pédiatre, votre médecin traitant ou la PMI pour le suivi de votre bébé 10 jours après sa naissance et une pesée 1 fois par semaine le 1^{er} mois

Consulter si :

- vous avez de la **fièvre > 38°**, prise au thermomètre
- vos seins sont rouges et douloureux
- vous constatez des changements au niveau de la cicatrice (périnée ou césarienne) une augmentation de la douleur, une rougeur ou un écoulement...
- les pertes vaginales deviennent malodorantes
- vous avez mal en urinant
- vos jambes deviennent gonflées, rouges, voire douloureuses.

Cette liste est donnée à titre d'exemple.

Structures d'accompagnement après votre sortie

Associations : **CIANE**, collectif collaboratif autour de la naissance

Vous n'êtes pas seule !

La Protection Maternelle Infantile (PMI)

La sage-femme ou tout autre intervenant peuvent vous conseiller pour les soins à bébé, le bain, les massages, le portage, l'alimentation ou toute autre question.

Il est tout à fait normal d'être un peu perdu le premier mois. Être parents, ce n'est pas toujours facile : n'hésitez pas à demander de l'aide.

Il arrive parfois que le bébé pleure durant plusieurs heures et souvent plus intensément le soir. La plupart du temps vous trouverez des solutions pour le réconforter :

- lui donner le sein ou le biberon
- changer sa couche
- vérifier sa température
- lui parler, le consoler
- lui masser le ventre en cas de colique
- faire du peau à peau
- le portage en écharpe afin de le rassurer



Si toutefois il continue de pleurer et que vous sentez que vous allez craquer : NE RESTEZ PAS SEULE ! Demandez de l'aide rapidement. NE SECOUEZ JAMAIS VOTRE BÉBÉ !



Cela peut entraîner de très lourdes séquelles neurologiques et irréversibles.

La fatigue et le manque de sommeil peuvent vous rendre plus irritable et moins patiente, cela peut donc arriver à tout le monde !

- **allopARENTSbebe.org** ou 0800 003 456 (numéro vert gratuit)
- **cesarine.org** Si vous avez eu une césarienne, pour en parler...

- Allaitement :**
- SOS allaitement 0800 400 412 (numéro vert gratuit)
 - Leche League, Illfrance.org
 - solidarilait.org
 - CoFam, coordination-allaitement.org

- À proximité :**
- Conseillère en lactation
 - Sage-femme libérale

- PMI : puéricultrice et auxiliaire de puériculture de secteur



À la maternité :

L'équipe reste à votre disposition pour toute autre demande.

- Sages-femmes, auxiliaires, puéricultrices, présentes **24 h/24** pour tout conseil téléphonique urgent : **01 40 87 72 12** ou **01 40 87 73 41**

- Psychologue
- Assistante sociale

Les numéros utiles de la maternité

Inscription au 01 40 87 52 21
hopital-beaujon.aphp.fr/maternite-beaujon

Consultations en Policlinique

Jean Baumann – 1^{er} étage

Accueil en consultation de 8h à 17h

Bureau des rendez-vous 01 40 87 57 22 ou 01 40 87 59 14

Accueil physique ou téléphonique de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h30

Centre de prélèvements de 8h à 16h30

Maternité et Urgences gynécologiques et obstétriques

Bâtiment principal Beaujon 1^{er} étage

Accueil : 01 40 87 52 51 - 7j/7 et 24 h/24

Secrétariat : 01 40 87 52 21 - État civil : 01 40 87 56 31

Psychologue: 01 40 87 57 90



MES RENDEZ-VOUS DE GROSSESSE

[illegible]

NOUS SITUER : **HÔPITAL BEAUJON**



Consultations en Polyclinique

Jean Baumann - 1^{er} étage

Accueil en consultation de 8h à 17h

Maternité et Urgences gynécologiques et obstétriques

Bâtiment principal Beaujon - 1^{er} étage



MATERNITÉ DE L'HÔPITAL BEAUJON

100 bd du Général Leclerc, 92110 CLICHY
Tél. 01 40 87 50 00 - hopital-beaujon.aphp.fr

MOYENS D'ACCÈS :

Métro : Ligne 13 Mairie de Clichy

Bus : 74, 340, 341, 274, 174 - Arrêt Hôpital Beaujon 54 ou Mairie de Clichy

RER : Ligne C - Saint-Ouen

Taxis : Une liste de taxis conventionnés est disponible au bureau des admissions, RdC du bâtiment Nicolas Beaujon.

Voiture : Les visiteurs doivent garer leur véhicule à l'extérieur de l'hôpital.

Un dépose-minute est toutefois accessible pour les patients.

hopital-beaujon.aphp.fr/maternite-beaujon

Suivez-nous sur les réseaux sociaux :

Facebook : Hôpital Beaujon, AP-HP

Twitter & Instagram : @hopitalbeaujon



REPUBLIQUE FRANÇAISE

