

# VOTRE GROSSESSE

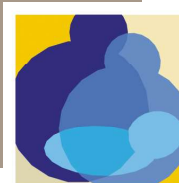


MATERNITÉ  
NÉONATOLOGIE  
labellisées  
IHAB en  
décembre 2022

## CENTRE HOSPITALIER DE BOULOGNE-SUR-MER

Allée Jacques Monod - BP 609  
62321 Boulogne-sur-Mer Cédex  
tél. 03 21 99 30 21  
sec\_obst@ch-boulogne.fr  
tél. 03 21 99 37 42  
sec\_gyneco@ch-boulogne.fr

[www.ch-boulogne.fr](http://www.ch-boulogne.fr)



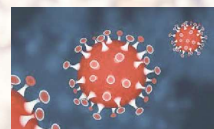
INITIATIVE HÔPITAL  
AMI DES  
BÉBÉS

VOTRE LIVRET

Félicitations pour cet heureux événement !	Page 1
La charte IHAB	Page 2
Le suivi de grossesse	Page 3
Le calendrier avec les dates à retenir	Page 4
L'entretien prénatal & Et si on parlait « projet de naissance...»	Page 5
La préparation à la naissance	Page 6
Atelier parents, bébé, environnement et santé (FEES)	Page 8
Dis-moi maman, c'est quoi un bébé ?	Page 9
D'autres accompagnements	Page 10
L'alimentation et l'hygiène de vie	Page 12
La couverture vaccinale	Page 15
L'alimentation et le rythme des nouveau-nés	Page 16
Consultation d'allaitement maternel	Page 17
Le retour précoce à domicile	Page 19
La naissance	Page 20
Votre séjour en maternité	Page 23
Le trousseau à emporter	Page 30
Atelier portage bébé	Page 31
Atelier toucher bien être	Page 32
Fiche pour la préparation à la naissance	Page 33
Fiche d'inscription pour la piscine	Page 35
Quelques notes personnelles	Page 37
Coordonnées du service Gynécologie-Obstétrique	Page 38



**Ces informations sont susceptibles  
d'évoluer en fonction du contexte sanitaire.**



# Félicitations pour cet heureux évènement !

Nous vous remercions de nous accorder votre confiance pour vous accompagner dans le suivi de votre grossesse et la naissance de votre(vos) enfant(s).

Chaque année, le service de maternité enregistre plus de **1000** naissances. La présence du service de néonatalogie permet l'accueil de nouveau-nés à partir de 34 semaines d'aménorrhée : c'est un **niveau IIA**.

L'établissement niveau III de référence est le Centre Hospitalier de Calais. Nous sommes également amenés à travailler en collaboration avec la Maternité Jeanne de Flandre de Lille et parfois le CHU d'Amiens.

Notre hôpital a été labellisé Maternité et Néonatalogie IHAB (Initiative Hôpital Ami des Bébés) en **décembre 2022**.

C'est un label de l'OMS et de l'UNICEF qui place le nouveau-né et sa famille au cœur du système de soins.



INITIATIVE HÔPITAL  
AMI DES  
BÉBÉS





## CHARTRE D'ACCUEIL ET D'ACCOMPAGNEMENT DES NOUVEAU-NÉS ET LEUR FAMILLE



Centre Hospitalier  
de la Vallée de la Mayenne



### Tous formés pour vous

Respect, écoute,  
accompagnement...

Nos professionnels  
s'engagent

### La naissance, un projet réfléchi et partagé

Entretien pré natal,  
réunions d'informations,  
préparation à la  
naissance...

L'équipe vous guidera  
dans vos choix

### L'accouchement, un moment unique avec votre accompagnant

Bienveillance, sécurité,  
soutien, physiologie...

Nous avons à cœur le  
respect de votre projet

### Vive le peau à peau

Rencontre, chaleur,  
bien-être...

Dès la naissance, et tout au  
long du séjour, y compris  
en cas de prématurité,  
un moment privilégié  
pour bien démarrer  
dans la vie

### L'alimentation de votre bébé

Sein, tire-allaitement ou  
biberon

Quelle que soit votre décision,  
elle sera respectée

Nous serons là  
pour vous accompagner,  
même en cas d'hospitalisation  
de votre bébé, quelle que soit  
l'alimentation

### Ensemble, jour et nuit

Proximité, rythmes  
et signes d'éveil...

Apprendre à observer bébé  
pour mieux répondre à ses  
besoins et l'alimenter  
quand il est prêt

### Le lait maternel suffit

Précieux, bénéfique, adapté...

L'OMS\* le recommande  
exclusivement jusqu'à 6 mois  
puis jusqu'à 2 ans et au-delà

Pas besoin de tétine, de  
biberon ou de complément  
pour le bébé allaité (hors  
indication médicale)

### Un retour serein à la maison

Consultantes en lactation,  
PMI, sages-femmes  
libérales, associations...

Un travail en réseau pour  
vous accompagner et vous  
soutenir



### Le pôle Femmes-Enfants respecte le code de l'OMS\*

Il s'engage à ne diffuser  
aucune publicité  
pouvant influencer vos  
choix.

\*Organisation Mondiale de la Santé



INITIATIVE HÔPITAL  
AMI DES  
BÉBÉS



# Le suivi de grossesse



Les bureaux de consultations gynécologie-obstétrique sont situés au rez-de-chaussée. Présentez-vous directement au secrétariat de cet espace de consultations pour enregistrer votre arrivée 20 minutes avant votre rendez-vous.

Munissez-vous obligatoirement de vos cartes : vitale, mutuelle et identité.



Le suivi de votre grossesse (consultations prénatales et échographies) peut être assuré par des sages-femmes ou des gynécologues-obstétriciens selon votre choix ou la nécessité médicale.

Nous respectons les recommandations de la Haute Autorité de Santé (HAS) qui préconise pour les grossesses de déroulement normal :

- un entretien prénatal précoce ;
- une consultation prénatale par mois ;
- une échographie de dépistage par trimestre ;
- une consultation pré-anesthésique ;
- un entretien postnatal précoce ;
- une consultation postnatale.

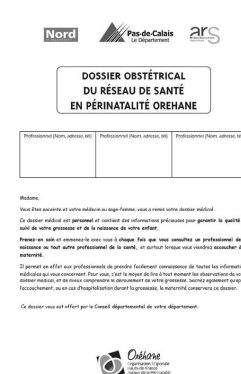


Dans leur intérêt et pour le bon déroulement de l'examen, merci de ne pas venir en échographie avec des enfants.

## Votre dossier de suivi de grossesse

Une pochette regroupant une partie des informations prénatales vous est remise en échographie, vous permettant de la feuilleter avant la première Consultation Prénatale (CPN) où vous sera remis le dossier médical.

Prenez-en soin et présentez-le lors de toute consultation (prévue, en urgence, échographie, médecin traitant, sage-femme libérale ou de PMI,...).



# Le calendrier

Premier jour des dernières règles

Date de la conception		Suivi de grossesse		Démarches administratives	Accompagnement		
	1						
	2						
1 <sup>er</sup> mois	3	Règles d'hygiène et de vie					
	4						
	5						
	6						
	7						
2 <sup>ème</sup> mois	8						
	9						
	10						
	11	1 <sup>ère</sup> Cons. Pré Natale	J'amène au 1er RdV les examens déjà réalisés : bilans sanguins, échographie, dossier médical, carnet de vaccination, carte de groupe sanguin...	Déclaration de grossesse : j'envoie aux organismes sociaux le formulaire que mon consultant m'a remis. Les dates du congé maternité me seront alors communiquées	Je prends rendez-vous pour l'entretien prénatal du 4 <sup>ème</sup> mois		
	12	Échographie 1 <sup>er</sup> trimestre					
13							
4 <sup>ème</sup> mois	14	Entretien prénatal précoce avec la sage-femme	2 <sup>ème</sup> CPN	Je n'oublie pas mon dossier quand je viens au CHB	Je travaille : je vérifie mes droits (heure de grossesse, aménagement de poste ...)	J'ai choisi de m'inscrire en préparation à la naissance : je remplis ma fiche d'inscription et la remets au secrétariat	
	15						
	16						
	17						
	18						
5 <sup>ème</sup> mois	19		3 <sup>ème</sup> CPN		Je souhaite une chambre particulière : je vérifie la prise en charge de ma mutuelle	Inscription piscine	
	20						
	21						
	22						
	23	Échographie 2 <sup>ème</sup> trimestre					
24							
6 <sup>ème</sup> mois	25		4 <sup>ème</sup> CPN	Je prends rendez-vous en consultation d'anesthésie 03 21 99 30 28	Reconnaissance anticipée : pour les couples non-mariés pour les femmes seules à faire à la mairie de votre domicile		
	26						
	27						
	28						
	29		5 <sup>ème</sup> CPN	Réunion besoins du nouveau-né			
7 <sup>ème</sup> mois	30						
	31						
	32	Échographie 3 <sup>ème</sup> trimestre		Consultation pré anesthésique avec mon dossier	PRADO Maternité : prendre contact avec une sage-femme libérale pour organiser le retour au domicile	Inscription à la réunion d'allaitement maternel	
	33						
	34		6 <sup>ème</sup> CPN				
8 <sup>ème</sup> mois	35						
	36						
	37						
	38		7 <sup>ème</sup> CPN	Je n'oublie pas de faire mon bilan sanguin pour l'accouchement	Congé paternité (7 jours obligatoires + 21 jours) : courrier en recommandé minimum un mois avant la date d'accouchement prévue	Réunion futurs parents	
	39						
9 <sup>ème</sup> mois	40						
	41						
	42						
Terme date prévue d'accouchement			Cons. de terme	Je n'ai pas accouché : après avoir fait ma fiche de circulation aux urgences, je me présente au bloc obstétrical à jeun à 8h30 - 9h			
		Séjour	Je prends rendez-vous pour la visite postnatale si elle n'est pas prévue	Reconnaissance par le père ou co-parent dans les 5 jours : à la Mairie de Boulogne-sur-Mer si pas de reconnaissance anticipée			
4-6 semaines après l'accouchement		Entretien postnatal		Congé parental : courrier recommandé à l'employeur minimum 1 mois avant la fin du congé de maternité	Si j'allait je pense à la consultation d'allaitement		
6-8 semaines après l'accouchement		Visite postnatale					

# L'entretien prénatal

L'entretien prénatal du 4ème mois de grossesse fait partie des consultations obligatoires de la grossesse, c'est un temps proposé sur une durée de 45 minutes, seule ou en couple.

Un moment privilégié pour échanger avec une sage-femme en dehors de la consultation prénatale sur la grossesse, l'arrivée de bébé, aborder des sujets de préoccupations, évaluer au mieux vos besoins pour vivre plus sereinement votre grossesse.

L'occasion d'aborder les différents modes de préparation, si vous le souhaitez.

Le lundi, sur rendez-vous : Daisy HUCK et Corentine LEFEBVRE.

## Et si on parlait « projet de naissance... »



Vous allez prochainement accoucher et vous souhaitez nous informer de la manière dont vous envisagez de vivre ce moment.

Votre conjoint(e) et vous-même êtes acteurs de cet événement majeur de votre vie qu'est l'arrivée de votre(vos) bébé(s).

Il est essentiel, pendant votre grossesse, pour votre accouchement, l'accueil de votre bébé, votre séjour en maternité, de communiquer vos souhaits, vos envies, vos craintes auprès de l'équipe qui s'occupe de vous.

Pour cela nous vous encourageons à rédiger votre projet de naissance.

Ce support écrit facilitera le dialogue avec l'équipe en consultation, en préparation à la naissance et pourra être affiné jusqu'au jour J.

Au sein de notre maternité, en fonction du déroulement du travail et de votre accouchement (voie basse ou césarienne), nous favorisons :

- la présence de votre conjoint(e) ;
- un environnement apaisant :
  - lumière artificielle tamisée,
  - musique (n'hésitez pas à amener votre matériel !),
  - limitation des bruits ;
- la déambulation et les postures pour aider la descente du bébé dans le bassin, les postures d'accouchement adaptées, poussées sur l'expir ;
- l'accueil du bébé respectueux de son rythme ;
- le peau à peau à la naissance et en maternité car celui-ci permet de favoriser la proximité avec bébé, de le rassurer, de stabiliser sa température, sa respiration, de favoriser l'allaitement maternel et l'établissement du lien parent-enfant ;
- la tétée d'accueil, le bain retardé, le bain enveloppé en maternité.

Notre équipe à l'écoute mettra tout en œuvre pour respecter votre projet dans le respect de votre sécurité et celle de votre bébé.



## La préparation à la naissance : un large éventail de possibilités !

Prise en charge à 100% par l'assurance maladie, la préparation à la naissance est essentielle que l'on soit maman pour la première fois ou que l'on ait déjà des enfants.

Cette préparation est conçue pour mieux comprendre le déroulement de votre grossesse et de votre accouchement, pour se préparer mentalement et physiquement à la naissance de votre bébé et à son arrivée dans votre foyer.

Plusieurs types de préparation sont proposées au Centre Hospitalier de Boulogne-sur-Mer. Elles sont toutes assurées par nos sages-femmes, spécialement formées, par petit groupe, avec le co-parent s'il le souhaite.

**À vous de choisir celle qui vous correspond le mieux !**

### PRÉPARATION CLASSIQUE

7 séances associant discussion et exercices corporels (apprentissage des postures, relaxation, respiration...) pour comprendre les étapes de la grossesse et de l'accouchement et apprivoiser les peurs liées à la douleur ou à la naissance.

A partir de 6 mois de grossesse, **le jeudi ou le vendredi : Daisy HUCK et Marie-Hélène SERGENT.**

### SOPHROLOGIE

7 séances pour apprendre à utiliser la technique de respiration adaptée et la relaxation pendant la grossesse et le jour J.

Apprendre à se détendre et à garder le contrôle durant les contractions et pourquoi pas bâtir un projet de naissance naturelle ! Prendre conscience et vivre pleinement la naissance.

A partir de 5 mois de grossesse, **le jeudi avec Daisy HUCK.**

### HYPNOSE

7 séances d'initiation à l'auto-hypnose, technique simple et naturelle pour apprendre à se détendre et gérer les sensations corporelles.

Pour permettre plus de confort physique et mental ou dépasser certaines peurs.

A partir de 5 mois de grossesse, **le vendredi avec Marie-Hélène SERGENT.**

### HAPTONOMIE

Cet accompagnement favorise le développement de la relation affective, active, entre les parents et l'enfant. Le co-parent joue un rôle très actif et apprend les gestes qui donnent du confort à la mère et qui faciliteront le vécu de la grossesse et de l'accouchement.

La présence du père ou du co-parent est indispensable lors des séances qui sont individuelles. L'inscription se fait dans l'idéal après la première échographie, les séances sont à débiter autour du 4ème mois de grossesse, avec **Amélie LECOMTE et Émilie MATHON.**



## Pour vous les conjoint(e)s !

Vous êtes les bienvenu(e)s à toutes les séances de préparation à la naissance !

Une réunion spécifique vous est dédiée et vous permettra d'aborder entre vous différentes thématiques :

la place, le rôle de l'accompagnant(e),  
des conseils et échanges pratiques,  
la visite et le repérage des lieux.

### Visite du bloc obstétrical et de la maternité 1er mardi du mois

Inscrivez-vous au secrétariat  
des consultations gynécologiques  
au **03 21 99 30 21**  
ou par mail :  
**sec\_gyneco@ch-boulogne.fr**



## Préparation en piscine

8 séances = 8€



Alternance d'exercices ludiques et de moments de relaxation pour vous apporter un bien-être physique grâce à l'eau et apprendre à gérer votre souffle.

Il est préférable de savoir nager.

En complément ou non d'un autre type de préparation,  
dès que votre ventre vous gêne dans vos mouvements.

Demandez un certificat médical à votre consultant, inscrivez-vous au secrétariat.  
Munissez-vous de lunettes de piscine et d'un peignoir ou d'un grand drap de bain.

### Le mercredi matin à 8h45

lors de séances privatives au Centre aquatique HÉLICÉA de Saint-Martin-Boulogne  
avec Mesdames DHIEUX, LEDEZ, LEFEBVRE ou SERGENT.

# ***ATELIER PARENTS, BÉBÉ, ENVIRONNEMENT ET SANTÉ***

Les femmes enceintes représentent une population particulièrement sensible et fragile face à la pollution environnementale.

Or, les scientifiques s'accordent à dire que la santé de l'enfant à naître se joue beaucoup pendant la grossesse et durant les 1000 premiers jours de vie.

## ***Alors...***

Puis-je m'occuper de l'aménagement de la chambre de mon bébé alors que je suis enceinte ? Quelle précaution prendre concernant mes produits cosmétiques et mes produits ménagers ? L'air intérieur de ma maison est-il sain ? Que penser des lingettes bébé ? Et mon alimentation et celle de mon bébé dans tout ça ?

Nos ateliers Parents, Bébé, Environnement et Santé vous apporteront des pistes pour trouver des solutions pratiques et durables afin de limiter l'exposition de votre famille aux polluants.

**Où ?** Centre Hospitalier de Boulogne-sur-Mer  
Service de Maternité, 2ème étage, **salle « Famille »**

## **Quand ?**

- **Un mardi par mois de 15h00 à 16h30**

## **Comment s'inscrire ?**

- Secrétariat de gynécologie obstétrique :
  - **Tél : 03 21 99 30 21**
- Secrétariat de maternité :
  - **Tél : 03 21 99 33 33 poste 4242**
  - **Mail : [sec\\_gyneco@ch-boulogne.fr](mailto:sec_gyneco@ch-boulogne.fr)**





Centre Hospitalier  
Boulogne sur Mer

# DIS-MOI MAMAN : « C'EST QUOI UN BÉBÉ ? »

Bien accompagner votre bébé,  
c'est lui donner toute l'attention dont il a besoin.  
Avant la naissance, nous vous proposons  
une réunion d'information sur les besoins et  
les rythmes physiologiques du nouveau-né  
quel que soit le type d'alimentation que vous envisagez  
pour lui afin de mieux comprendre son langage.

## Les thèmes abordés sont autour des premiers instants de la vie :

- les compétences et l'éveil sensoriel du nouveau-né ;
- les rythmes de sommeil et d'éveil de votre bébé ;
- l'importance du peau à peau ;
- les pleurs ;
- l'alimentation de votre bébé ;
- et toutes vos questions...

**DATE** : tous les mardis de 10h15 à 12h00

### **INSCRIPTION** :

Secrétariat de Gynécologie-Obstétrique : 03 21 99 30 21

Mail : [sec\\_gyneco@ch-boulogne.fr](mailto:sec_gyneco@ch-boulogne.fr)

### **LIEU** :

Centre Hospitalier de Boulogne-sur-Mer  
Service Maternité - 2ème étage

**Rendez-vous directement  
au 2ème étage - salle de préparation à la naissance  
Service Maternité**

## D'autres accompagnements

Pour vous accompagner au mieux, nous vous proposons également :

### L'acupuncture

L'acupuncture est une médecine ancestrale originaire de Chine, officiellement reconnue par l'ordre des médecins. Elle peut soigner nombre de petits maux pendant la grossesse, et apporte un soutien important à la maman au moment de l'accouchement.



Sur proposition de votre consultant ou sur demande spontanée.

Les rendez-vous sont à prendre au secrétariat au **03 21 99 30 21**. La séance se déroule au bloc obstétrical au 1er étage, les **mardis de 14h à 17h** et les **jeudis de 13h30 à 17h** avec Mme Pilon, sage-femme. Passez au secrétariat de gynécologie-obstétrique avant le rendez-vous.

### L'homéopathie

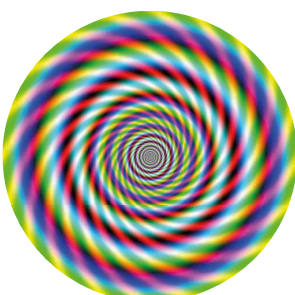
A cause des multiples changements hormonaux qui surviennent lors de cette période, la grossesse est une étape qui s'accompagne souvent d'un certain nombre de symptômes difficiles à supporter (nausées matinales, vomissements, brûlures d'estomac, douleurs lombaires, états de somnolence...). Les remèdes homéopathiques peuvent vous aider à y palier quelque soit le terme de la grossesse.



Beaucoup de nos sages-femmes sont formées dont les sages-femmes de Consultation Prénatale. N'hésitez pas à leur demander conseil.

### L'hypnose

Des professionnels de santé (sages-femmes, obstétriciens) sont formés et pourront vous accompagner pendant le suivi de votre grossesse et l'accouchement.



## L'aide à l'arrêt du tabac



L'usage du tabac ou d'autres toxiques (alcool, cannabis, drogues...) est nocif pour votre grossesse, votre santé et celle de votre enfant.

Le sevrage étant souvent difficile, pour vous aider et vous soutenir dans votre démarche, n'hésitez pas à consulter notre sage-femme tabacologue : **Amandine NOWAKOWSKI** au 03 21 99 39 50.

## Le soutien psychologique



Parce que la grossesse provoque des bouleversements importants dans votre vie, au sein de la cellule familiale ou réveille parfois des souffrances jusque-là enfouies, **une psychologue** du pôle femmes-enfants peut vous recevoir sur rendez-vous au 03 21 99 32 15.

## Le service social

Une assistante sociale est dédiée au pôle femmes-enfants et peut vous rencontrer tout au long de votre grossesse et lors de votre séjour en maternité, si vous le souhaitez :

**Amandine BAY** au 03 21 99 30 05.



## La Protection Maternelle et Infantile

Le service de Protection Maternelle et Infantile est un **service public gratuit** créé par le Conseil Départemental. Il organise des consultations et des actions médico-sociales de prévention et de suivi en faveur des femmes enceintes, parents et enfants de moins de 6 ans. Selon le déroulement de votre grossesse, nous pouvons être amenés à travailler en lien avec eux et vous les rencontrerez lors de votre séjour en maternité.



# L'alimentation et l'hygiène de vie

## Bien se nourrir pendant la grossesse

L'hygiène de vie est très importante.

Nous vous conseillons de manger le plus équilibré possible afin de fournir à votre corps tous les éléments essentiels au développement de votre bébé et de limiter la prise de poids.

Pensez à bien vous hydrater. L'eau est la seule boisson indispensable.



**Alcool = 0 pendant toute la durée de la grossesse.**

## Exercice et sport pendant la grossesse

Sauf avis contraire, l'exercice physique doux est profitable à votre grossesse, sauf sports de contact.



## Les pesticides et les perturbateurs endocriniens

Afin de limiter l'exposition de votre bébé aux polluants et aux différentes substances chimiques (les parabens, les phtalates, le bisphénol A ...) soupçonnées de favoriser les troubles hormonaux, nous vous conseillons :

- de peler les fruits et les légumes ;
- d'utiliser des cosmétiques (savon, shampoing, crème contre les vergetures...) exempts de ces produits, et de poursuivre cette vigilance avec les produits de puériculture ;
- de ne pas faire chauffer les plastiques alimentaires ;
- de ne pas vous exposer à des vapeurs de peintures, colles... à moins que ces produits ne soient sans composés organiques volatils (COV).





## L'hygiène alimentaire est également importante

Lavez-vous les mains avant et après la préparation des repas.  
Respectez la chaîne du froid et nettoyez votre réfrigérateur 2 fois par mois.

Ne dépassez pas la date de péremption des aliments.



### La prévention de la listériose

La listériose est une maladie d'origine alimentaire ; elle peut être transmise de la mère à l'enfant pendant la grossesse ou lors de l'accouchement.

**Nous vous déconseillons** les fromages et laitages à base de lait cru, les charcuteries crues ou fumées, les crustacés crus, les poissons crus (sushi, tarama, graines germées...). Préférez les aliments emballés sous vide plutôt qu'à la coupe.



### La prévention de la salmonellose

Conservez les œufs au réfrigérateur.

Pas de consommation d'œufs crus ou de préparation à base d'œufs crus (mayonnaise, mousse au chocolat...).



### La prévention de l'infection à cytomégalovirus (CMV)

Le virus est présent dans les fluides corporels des enfants en bas âge, peut infecter les femmes enceintes et être préjudiciable à la grossesse.

Vous et votre conjoint(e), devez donc limiter le contact avec les larmes, la salive, les selles et les urines des enfants de moins de 3 ans :

- ne pas sucer la cuillère ou la tétine, ne pas finir les repas ;
- ne pas partager les affaires de toilette ;
- éviter le contact buccal avec la salive et les larmes (bisous sur la bouche...) ;
- se laver soigneusement les mains après les changes ou manipulations des couches, vêtements souillés, pots, toilette et mouchage.

Les femmes enceintes particulièrement exposées comme les professionnels de la petite enfance, travaillant en milieu hospitalier ou au sein de services d'enfants handicapés doivent également utiliser une solution hydro-alcoolique.

## Recommandations pour la prévention de la toxoplasmose

La toxoplasmose est une maladie due à un parasite que l'on trouve dans la terre et la viande ; elle peut également être transmise par les chats et leurs excréments. Cette maladie est fréquente et bénigne. Par contre, si elle est contractée pendant la grossesse, elle peut retentir sur la santé du bébé.

Un test sanguin prescrit en début de grossesse vous permet de savoir si vous êtes immunisée. Si ce n'est pas le cas, un suivi mensuel par prise de sang vous sera prescrit pour vérifier la négativité de votre sérologie. Si elle devient positive, il faut consulter votre médecin.

La dernière sérologie sera effectuée dans le mois suivant la naissance.

Si vous n'êtes pas immunisée :



vous laver les mains avant les repas et après avoir manipulé :  
de la viande saignante,  
de la terre ou du sable,



porter  
des gants  
pour jardiner,



manger de la viande très cuite  
(du moins, si elle n'était pas  
conservée par surgélation) ; pas  
de viande saignante (steak tartare,  
fondue bourguignonne, brochettes,  
méchoui = viande de bœuf et de  
mouton essentiellement),



laver à grande eau la salade verte,  
tous les légumes  
ou fruits consommés crus  
ainsi que les herbes aromatiques,



s'il y a un ou des chats à la maison,  
éviter de toucher ce qui a pu être  
en contact avec leurs excréments  
(litière). Si vous devez nettoyer la  
litière : portez des gants, la nettoyer  
à l'eau de javel puis lavez-vous les  
mains minutieusement.

**Toute fièvre  $>38.5$  °C doit vous amener à consulter votre médecin traitant.**

## Précautions liées aux médicaments



Pendant votre grossesse évitez l'automédication et prenez toujours conseil auprès de votre médecin, sage-femme, pharmacien. Les anti-inflammatoires et l'aspirine sont contre-indiqués pendant la grossesse. Seul le paracétamol (doliprane®, dafalgan®, efferalgan®) et le phoroglucinol (spasfon®) aux doses habituelles peuvent être pris en attendant un avis médical.



# La couverture vaccinale

## La Covid 19

La vaccination contre le coronavirus est recommandée pour toutes les femmes enceintes.



## La grippe

En période hivernale la HAS recommande la vaccination chez les femmes enceintes quel que soit le trimestre de grossesse. La vaccination est prise en charge à 100% par l'assurance maladie.

## La coqueluche

Depuis avril 2022, la HAS recommande la vaccination des femmes enceintes (entre 20 et 36 semaines) contre la coqueluche à chaque grossesse afin de protéger les nouveau-nés et les nourrissons de moins de six mois.

Une vaccination de l'entourage du nouveau-né est recommandée avant la naissance.

## La rubéole / la rougeole

Si vous n'êtes pas immunisée, la vaccination sera discutée avec l'équipe après l'accouchement.

## VRS (Virus Respiratoire Syncytial) bronchiolite

Le VRS est un virus très contagieux. Il se transmet très facilement d'une personne à une autre par voie aérienne (salive, éternuements, toux) et par contact direct (embrasser une personne infectée) ou indirect (surfaces, tétines, doudous, jouets).

Pour assurer la protection des nourrissons contre les infections respiratoires causées par le VRS, deux traitements préventifs sont à la disposition des parents : la vaccination maternelle et l'immunisation du nouveau-né par anticorps monoclonaux.

Le vaccin Abryso doit être administré chez les femmes enceintes de 32 à 36 semaines d'aménorrhée, en période épidémique.

Retrouvez le calendrier vaccinal simplifié 2025 :



# L'alimentation et le rythme des nouveau-nés

Nos équipes vous accompagnent dans votre projet d'alimentation et vous informeront sur les rythmes et signes d'éveil de bébé lors des séances de préparation et en Maternité.

## 1 - Accompagnement pour l'allaitement maternel

L'allaitement est naturel et idéal tant pour votre bébé que pour vous.

Il facilite la relation mère-enfant. Le lait maternel possède des qualités nutritionnelles inégalables dont les bienfaits sont reconnus pour la santé de votre enfant. Il lui assure un développement et une croissance optimale. Il est riche en substances anti-infectieuses et l'aide à combattre les infections. Il facilite la digestion et protège ses intestins.

Le PNNS (Programme National Nutrition Santé) recommande un allaitement exclusif pendant 6 mois qui peut être poursuivi en parallèle de la diversification alimentaire jusqu'aux 2 ans et plus.

Mais même de courte durée l'allaitement reste recommandé.

Le lait maternel est encore plus précieux en cas de naissance prématurée où il devient le premier médicament de l'enfant prématuré. Donner son lait ne veut pas forcément dire mettre son bébé au sein.

Nous vous proposerons pendant le séjour pour le bon déroulement de votre allaitement :

- une mise au sein précoce dès la salle de naissance ;
- un allaitement à la demande avec repérage des signes d'éveil ;
- des positions adaptées en veillant à une bonne prise du sein ;
- de limiter l'usage des sucettes et des biberons.

**NB** : le tabac n'est pas une contre-indication à l'allaitement. Si vous prenez un traitement sur le long terme ou souffrez d'une affection chronique, votre praticien peut vous renseigner.

Découvrez le **guide de l'allaitement** édité par l'INPES :



## CONSULTATION D'ALLAITEMENT MATERNEL

**PENDANT LA GROSSESSE ET APRÈS LA NAISSANCE,  
NOUS VOUS ACCOMPAGNONS DANS VOTRE PROJET D'ALLAITEMENT.**



### **POUR UN SUIVI OU EN CAS DE QUESTIONNEMENTS TELS QUE :**

- existence d'une pathologie maternelle, chirurgie mammaire ;
- antécédents de difficultés ou d'échec d'allaitement ;
- initiation de la lactation retardée en maternité ou en néonatalogie ;
- stagnation pondérale, insuffisance de lait ;
- pathologie du sein : crevasses, engorgement, mastite, mycose... ;
- reprise du travail ;
- ...

**NOS CONSULTATIONS INDIVIDUELLES ET PERSONNALISÉES  
SONT ASSURÉES PAR DES PROFESSIONNELLES DE SANTÉ  
RÉFÉRENTES EN ALLAITEMENT**

**AU CENTRE HOSPITALIER DE BOULOGNE-SUR-MER  
SERVICE MATERNITÉ AU 2ÈME ETAGE  
EN VOUS PRÉSENTANT AU SECRÉTARIAT**

**POUR PRENDRE RENDEZ-VOUS, CONTACTEZ LE SECRÉTARIAT**

**AVANT LA NAISSANCE**



**03 21 99 30 21**

**APRÈS LA NAISSANCE**

**03 21 99 30 24**



**allaitement@ch-boulogne.fr**



# L'alimentation et le rythme des nouveau-nés

## 2 - Accompagnement pour l'alimentation artificielle

Même si vous avez choisi de ne pas allaiter, nous vous accompagnerons à reconnaître les premiers signes d'éveil qui annoncent que bébé a faim et nous vous guiderons depuis l'installation de bébé (afin de créer des moments privilégiés) jusqu'à la réalisation de biberons.

Si vous hésitez ou vous vous posez des questions pratiques, n'hésitez pas à en parler avec le praticien ou la sage-femme qui suit votre grossesse, lors de l'entretien du 4ème mois ou avec les sages-femmes lors de la préparation à la naissance.

Vous pouvez également assister à la réunion d'information « **Dis-moi maman : c'est quoi un bébé ?** » qui est organisée **tous les mardis de 10h15 à 12h** animée par **Sophie DELACROIX** ou **Émilie MATHON**, sages-femmes ou solliciter un entretien individuel de lactation (en cas d'antécédents de difficulté d'allaitement maternel, de chirurgie mammaire ou de pathologie maternelle), le mardi sur rendez-vous.



# Le retour précoce à domicile

Madame,

La durée de votre séjour en maternité est modulable et une sortie précoce peut-être envisagée avec un « relais à domicile » grâce à l'intervention d'une sage-femme libérale à proximité de votre lieu d'habitation.

## Qu'est-ce qu'une sortie précoce ?

C'est un retour à domicile :

- dans les 72 premières heures après votre accouchement ;
- dans les 96 premières heures après votre césarienne ;
- une première visite de votre sage-femme libérale dans les 24h après votre sortie et deux autres à paramétrer avec elle en fonction de vos besoins.

## Qui peut en bénéficier ?

La sortie précoce s'adresse à toutes les mamans ayant eu une grossesse sans complications, un accouchement ou une césarienne à terme avec un bébé bien portant.

## Comment l'anticiper ?

Pour un suivi personnalisé, sécurisé et organisé, il est préférable d'anticiper votre sortie pendant la grossesse en prenant contact avec une sage-femme libérale de votre choix.

## Comment l'organiser ?

Si vous maintenez votre désir de sortie précoce et dans la mesure où les conditions sont favorables pour vous et votre bébé, l'équipe de la maternité et votre sage-femme libérale organisent avec vous les modalités du départ et de votre suivi à domicile. Les sorties précoces les vendredis, samedis, dimanches et jours fériés ne seront pas possibles sauf disponibilité de votre sage-femme libérale.

## Quelle prise en charge ?

Le suivi à domicile est pris en charge par la Sécurité Sociale et n'entraîne pas de surcoût pour vous.

## Le suivi à domicile, comment ?

La sage-femme se rend à votre domicile et :

- assure le suivi médical pour votre bébé et pour vous-même dès le lendemain de votre retour ;
- vous aide à organiser le quotidien avec votre enfant ;
- vous accompagne sur le plan médical et psychologique ;
- vous accompagne et vous prodigue des conseils adaptés concernant l'alimentation de votre nourrisson.

La maternité reste à votre disposition pour toute situation d'urgence.

## Quel relais après le suivi à domicile ?

- Lorsque le suivi à domicile aura pris fin, vous pouvez faire suivre votre bébé par votre médecin traitant ou un pédiatre. Il fera l'examen du huitième jour à son cabinet médical et assurera le suivi de votre enfant.

- Le relais pourra également se faire par le service de PMI (Protection Maternelle et Infantile) de votre quartier qui organise des consultations de nourrissons avec un pédiatre et une puéricultrice régulièrement.

- En ce qui concerne votre suivi, vous avez le libre choix du praticien (médecin traitant, sage-femme, gynécologue).

# La naissance : le jour J est arrivé !

L'admission se fait par les urgences pour réaliser les démarches administratives dont votre fiche de circulation.

Gynécologue-obstétricien, anesthésiste et pédiatre sont de garde 24h/24.

2 sages-femmes sont également présentes 24h/24 et assurent l'accueil des urgences, le suivi du travail, les accouchements et la prise en charge des nouveau-nés. Elles sont assistées par des auxiliaires de puériculture / aides-soignantes.



Pour des raisons d'hygiène et d'intimité, un seul accompagnant est autorisé dans l'enceinte du bloc. L'accompagnant peut prévoir une collation, il est présent à chaque étape.



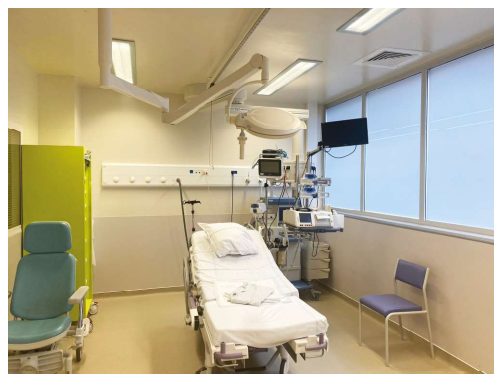
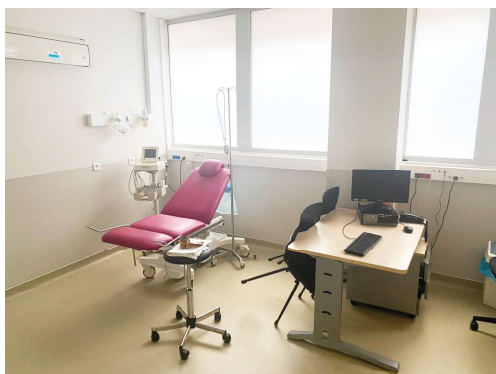
## Documents indispensables à apporter

- ☐ Dossier de grossesse
- ☐ Carte d'identité, carte vitale et carte de mutuelle
- ☐ Livret de famille, reconnaissance anticipée, si réalisée
- ☐ Tous les résultats d'analyses faits au cours de la grossesse, compte-rendus d'échographie
- ☐ Feuillet de « **réservation de la chambre particulière** » (55€/jour), si besoin
- ☐ Formulaire de désignation de la personne de confiance
- ☐ Consentements signés (remis à la consultation d'anesthésie ou en consultation prénatale)
- ☐ Votre projet naissance, si vous en avez rédigé un.



## Le bloc obstétrical

Il comporte 2 salles de consultations, 4 chambres de pré-travail, 3 salles d'accouchement classique, une salle nature et une salle de césarienne.

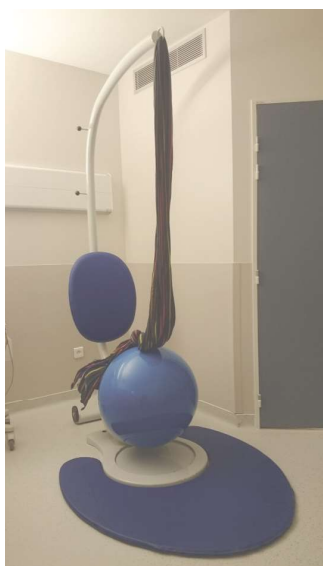


## Les chambres de pré-travail

Il est parfois nécessaire de patienter en chambre de pré-travail avant l'entrée en salle de travail.

Vous aurez à votre disposition un espace sanitaire privatif (WC, douche).

Les sages-femmes vous guideront pendant cette période.



## La salle « nature »

Dédiée aux parents souhaitant un accouchement naturel sans péridurale. La salle nature est équipée d'une baignoire de dilatation, d'une banquette double, d'une table d'accouchement et d'un matériel de surveillance adaptés.





## La césarienne

Il arrive parfois qu'une césarienne soit décidée afin de préserver la santé de votre bébé ou la vôtre. Une salle réservée aux césariennes en urgence est attenante au bloc opératoire.

Dans le cas où une césarienne est programmée pendant la grossesse, nous vous attendons au bloc obstétrical au 1er étage vers 16h la veille de l'intervention.

Une pré-admission est réalisée en amont.



Selon les conditions, votre conjoint(e) pourra vous accompagner en salle de césarienne et rester à vos côtés pour l'arrivée de bébé.

Ensuite, dans un cas comme dans l'autre, votre conjoint(e) sera installé(e) dans un espace intime dédié pour faire du peau à peau avec bébé, en attendant les retrouvailles avec maman à l'issue de la surveillance en salle de réveil.



# Votre séjour en maternité

## Votre chambre

Votre chambre est équipée d'un espace nouveau-né pour les soins de votre bébé, ainsi que d'un cabinet de toilette avec douche pour votre confort.

Lors de votre séjour la présence de votre conjoint(e) est encouragée, pour cela un lit d'appoint est mis à disposition sur simple demande, et ce, gratuitement en chambre individuelle.



Pour favoriser la proximité mère-enfant le Centre Hospitalier de Boulogne-sur-Mer s'est doté de berceaux « **cododo** ». Demandez-le à votre entrée !

En effet, ces berceaux permettent à maman de rester en contact avec bébé tout en étant chacun en sécurité dans son lit.



Dans le service Maternité, des lits « **KOALA** » existent pour accueillir les enfants fragiles ou qui nécessitent une surveillance rapprochée. Ce dispositif permet d'éviter la séparation mère-enfant et de favoriser le lien d'attachement.



## A chacun son rythme...

L'ensemble de l'équipe sera respectueuse de vos rythmes.

Un espace « **parents** », au sein du service, vous permettra de prendre votre petit déjeuner entre **08h et 10h**, afin de préserver votre sommeil le matin. En dehors de ces horaires, cette salle vous offrira un espace « **cocooning papa(co-parent) - maman - bébé** » qui vous permettra de vous aménager des instants de calme et de sérénité avec bébé.



## Les repas

Tous les jours de la semaine les menus du lendemain vous seront présentés par l'intendante du service chargée de la prise informatisée des repas afin de vous permettre de faire un choix et de tenir compte de vos goûts personnels.

Le petit déjeuner est proposé en libre service entre 8h et 10h sous forme de buffet dans l'espace parents.

Les repas sont servis en chambre aux heures suivantes :

Déjeuner à 12h



Dîner à 18h45



Si vous avez un régime particulier, signalez-le dès votre arrivée dans la chambre.

### Points de vente

Un distributeur de boissons chaudes et froides, de confiseries et de sandwiches est à votre disposition au 2ème, 3ème et 6ème étage au niveau des ascenseurs Nord.

La cafétaria-boutique au niveau du rez-de-chaussée propose également des sandwiches, salades à composer, boissons, viennoiseries et repas chauds sur place ou à emporter.

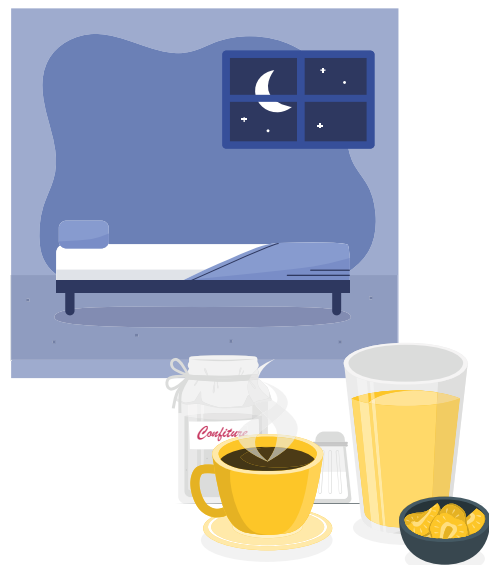


## Lit et repas accompagnant

Pour les mères occupant une chambre particulière, le père ou la personne accompagnante de leur choix peut bénéficier d'un lit accompagnant **gratuit** et de repas accompagnants **payants** à commander auprès de l'intendante ou de l'équipe de maternité.

Les tickets de petits-déjeuners et de repas doivent être achetés, **au préalable**, auprès de l'hôtesse d'accueil au niveau du rez-de-chaussée et ensuite remis au personnel du service.

Les tarifs sont affichés dans les chambres.



## Votre suivi

Votre séjour durera 3 à 5 jours selon votre mode d'accouchement et le déroulement du séjour. Vous bénéficierez d'un examen clinique journalier. Votre sortie sera validée par une sage-femme ou un interne/gynécologue selon votre mode d'accouchement.

Votre enfant bénéficiera de deux examens cliniques : le premier, dans les 24h par une sage-femme et le deuxième, le jour de la sortie par un pédiatre qui validera sa sortie. Il sera suivi quotidiennement par la puéricultrice et l'auxiliaire de puériculture en poste. Un avis pédiatrique sera demandé, si besoin. Des examens seront réalisés : surveillance de l'ictère, test auditif, test de dépistage des maladies néonatales rares.

Nous attirons votre attention sur l'utilisation des écrans (télévision, smartphone...). Suite à l'arrêté du 27 juin 2025, il est **INTERDIT** d'exposer les enfants de moins de 3 ans aux écrans, pour leur bon développement.



**L'exposition aux écrans est fortement déconseillée aux enfants de moins de 3 ans.**

## Programme de retour à domicile (PRADO Maternité)

Depuis novembre 2017, le Centre Hospitalier de Boulogne-sur-Mer, en lien avec la Caisse Primaire d'Assurance Maladie, développe son programme de retour à domicile (PRADO Maternité) des mamans et de leur nouveau-né.

Un accompagnement à domicile est possible par une sage-femme libérale ou de PMI.

La sage-femme passera chez vous, si possible dans les 48 heures, pour une première visite.



Dans le cadre de ses visites, elle s'assurera de votre bon état de santé ainsi que celui de votre bébé. Elle vous accompagnera dans les premiers soins de votre enfant.

Dans cet objectif un premier contact avec la sage-femme est conseillé dès le 7ème mois de grossesse.

Vous trouverez la liste de celles-ci sur le site internet de l'Assurance Maladie : [ameli.fr](https://ameli.fr) mais aussi dans votre chambre en maternité.



## Entretien post-natal précoce



Un entretien post-natal vous sera proposé entre 4 et 6 semaines après votre accouchement. Il fait partie des consultations obligatoires de la grossesse.

L'objectif de l'entretien post-natal est de repérer les premiers signes de la dépression du post-partum ou les facteurs de risques qui y exposent et d'évaluer les éventuels besoins de la femme ou du conjoint (ou co-parent) en termes d'accompagnement.

## Consultation post-natale

Même si vous vous sentez déjà en pleine forme, la consultation post-natale permet de faire le point sur votre état de santé après l'arrivée de bébé et sur votre contraception. Il s'agit de la dernière consultation obligatoire de la grossesse à faire entre 6 à 8 semaines après l'accouchement.

Elle est à prévoir dès le séjour en maternité.

## Du soutien !

Vous pouvez trouver auprès de professionnels, comme la PMI ou des associations de soutien, des conseils et une écoute pour vous guider dans cette aventure. Le personnel de la maternité reste toutefois à votre disposition, si besoin.

### Liens utiles :

- Allait'Écoute. La plateforme téléphonique de soutien à l'allaitement accessible au 03 10 01 01 01, 7j/7, de 18h à 21h (prix d'un appel local)
- [jumeauxetplus62.e-monsite.com/](http://jumeauxetplus62.e-monsite.com/)
- [lilfrance.org/](http://lilfrance.org/)
- [maman-blues.fr](http://maman-blues.fr)
- [materlait.fr](http://materlait.fr)
- Oréhane : Dispositif Spécifique Régional en Périnatalité des Hauts-de-France : <https://orehane.fr/>
- [parents62.org](http://parents62.org)
- 1000 premiers jours



et plein d'autres initiatives dont un café-parents dans diverses localités, renseignez-vous auprès de votre mairie.

Consultations de lactation le mardi et le jeudi : prendre RDV au secrétariat de Pédiatrie au 03 21 99 30 24.

*C'est normal que bébé  
pleure autant?*

*Enceinte, peut-on manger  
du fromage?*

*Faut-il dormir avec bébé?*

*Comment se préparer à l'arrivée de bébé?*

**Parents, futurs parents, trouvez  
des réponses simples et claires...  
et bien plus!**

**1000**  
PREMIERS  
JOURS.fr

Avec le site [1000-premiers-jours.fr](http://www.1000-premiers-jours.fr) et ses  
**8 espaces interactifs**, découvrez aussi de  
nouvelles idées pour bien démarrer vos  
nouvelles vies.



## Livret de famille

Si le jour de votre sortie, vous n'avez pu récupérer votre livret de famille et/ou actes de naissance, merci de contacter le secrétariat de maternité au 03 21 99 33 33 poste 4242, du lundi au vendredi de 9h30 à 13h.



## Horaires de visites

15h-19h, 24/24 pour le(la) conjoint(e) en chambre particulière.

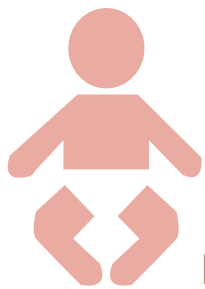
Toute l'équipe de la maternité  
vous souhaite un bon séjour  
et vous félicite.

A bientôt !!





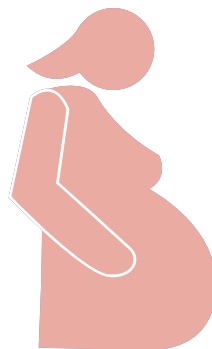
# Pour votre entrée en maternité merci de prévoir le trousseau suivant



## POUR BÉBÉ

### Pour le séjour :

- ☐ 4 bodies
- ☐ 2 brassières - 4 pyjamas
- ☐ 3 paires de chaussettes
- ☐ 2 gigoteuses
- ☐ 1 thermomètre de bain
- ☐ 4 serviettes de toilette
- ☐ 2 langes en coton (80 x 80 cm) pour le bain enveloppé de bébé
- ☐ 1 peigne
- ☐ 4 bavoirs
- ☐ savon/shampooing pour bébé
- ☐ huile de massage <sup>(1)</sup>
- ☐ 1 lime à ongles en carton
- ☐ 1 doudou (à ne pas placer à la tête du bébé)
- ☐ 1 petite couverture polaire (pour peau à peau)
- ☐ 1 bonnet et 1 combinaison pour le jour de la sortie **en période hivernale**
- ☐ 1 petit flacon de liquide vaisselle



## POUR MAMAN

- ☐ 1 brumisateur
- ☐ 1 maillot de bain 2 pièces (salle nature uniquement)
- ☐ 1 peignoir

### Pour le séjour :



- ☐ nécessaire de toilette
- ☐ serviettes de toilette + gants
- ☐ serviettes périodiques
- ☐ sous-vêtements ou slips jetables
- ☐ 2 soutiens-gorge d'allaitement ou brassières
- ☐ coussinets d'allaitement
- ☐ linge de rechange (jour et nuit)
- ☐ bas de contention (si prescription)
- ☐ pantoufles
- ☐ coussin d'allaitement...
- ☐ stylo

(1)

HUILE DE  
MASSAGE

#### Recette

1/3 huile de colza  
2/3 huile de tournesol  
bio 1ère pression

A conserver 6 mois  
dans un flacon à l'abri  
de la lumière



Pensez à couper les étiquettes et tout laver avant de mettre dans la valise.

L'usage de la tétine est déconseillé les premières 48h et en cas d'allaitement maternel.



## Pour la sortie :

- ☐ 1 tenue complète avec bonnet
- ☐ 1 siège auto
- ☐ 1 nid d'ange ou autre adapté au siège auto

## Pour le retour à la maison :

Prévoyez l'achat des couches.

Concernant le tire-lait, une ordonnance vous sera systématiquement remise à la sortie.

Si vous n'avez pas choisi d'allaiter, ne prévoyez l'achat du lait qu'en fin de séjour (tolérance du bébé).





Pendant la grossesse et après la naissance, nous vous accompagnons dans votre projet de portage en écharpe.

Lors d'ateliers collectifs, venez échanger, partager, pratiquer avec notre équipe de professionnels de santé, formée au portage physiologique et sécuritaire.



IPNS Communication CHB-janvier 2025

## OÙ ?

**Centre Hospitalier de Boulogne-sur-Mer**  
**2ème étage - salle de préparation à la naissance**  
**(en face du secrétariat de Maternité)**

## QUI ?

**Futurs parents, parents d'un bébé**  
**âgé de moins de 3 mois**  
**(bébé à naître ou né**  
**au Centre Hospitalier de Boulogne-sur-Mer)**

## QUAND ?

**2 fois par mois, les mardis de 14h à 16h**

## COMMENT S'INSCRIRE ?

**De préférence, par mail à :**  
**[portage@ch-boulogne.fr](mailto:portage@ch-boulogne.fr)**  
**ou par téléphone : 03 21 99 30 24 (sec. Néonatalogie)**  
**en précisant :**

**Objet : ATELIER DE PORTAGE**  
**Contenu : nom, prénom, n° de téléphone**

**Vous serez recontacté(e) par téléphone**  
**par nos équipes (du lundi au vendredi).**

**N'hésitez pas à venir**  
**accompagné(e) de votre bébé.**  
**Prenez votre écharpe de portage,**  
**si vous en avez une.**

**A très bientôt !**

# GRATUIT

N'hésitez pas à en parler  
à l'équipe soignante



## ATELIER TOUCHER BIEN-ÊTRE

Un atelier bien-être de votre bébé  
vous est proposé, au cours du séjour,  
**salle cocooning** au 2ème étage en **Maternité**.  
Relaxation, bien-être, détente.  
Intégration du schéma corporel.  
Renforcement du lien d'attachement.  
Soulagement de certains maux (stress, douleurs, ...).



**Matériel à emmener : langes, huile de massage**



IPNS Communication CHB - novembre 2024



# Fiche d'inscription pour la préparation à la naissance

## À remettre au secrétariat

Nom marital : .....

Nom de naissance : .....

Prénom : .....

Date de naissance : .....

Téléphone fixe : .....

Téléphone portable : .....

Date prévue de votre accouchement : .....

Avez-vous des enfants : ☐ oui ☐ non  
si oui, combien : .....

Type de préparation envisagée (au choix) :

☐ Classique

☐ Jeudi

☐ Vendredi

☐ Sophrologie

☐ Jeudi

☐ Hypnose

☐ Vendredi

☐ Haptonomie

### Information :

Les sages-femmes vous contacteront par téléphone pour vous indiquer la date de votre première séance qui se déroulera au 2ème étage près du service de maternité.



# Fiche d'inscription à la piscine

## À remplir par la future maman

Nom marital : ..... Nom de naissance : .....

Prénom : ..... Age : .....

Numéro de téléphone : ..... Ville : .....

Profession : .....

Le terme prévu de ma grossesse est le : .....

Nom du médecin ou de la sage-femme qui suit ma grossesse :  
.....

J'ai peur de mettre la tête sous l'eau :    oui ☐                      non ☐

J'ai un problème particulier pendant ma grossesse :    oui ☐                      non ☐

Si oui, lequel ?  
.....

## À remplir par la sage-femme

Terme de la grossesse à la première séance : .....

Terme de la grossesse à la dernière séance : .....

Certificat médical ☐

Séance	Date	TA	Séance	Date	TA
1			5		
2			6		
3			7		
4			8		





## Quelques notes personnelles

# Service de GYNÉCOLOGIE-OBSTÉTRIQUE

## ► Gynécologie et obstétrique 03 21 99 30 21

Dr CALISTRU Olga	Dr DELL'ORO Mathilde	Dr MORGAND Caroline
Dr SICOT Bérengère (DAN)		

## ► Gynécologie / Sénologie 03 21 99 34 86

Dr AGUIAH Amel Gildas	Dr CASTELLIER Céline	
-----------------------	----------------------	--

## ► Gynécologie et obstétrique 03 21 99 37 42

Dr AYASH Zeinab	Dr GLAGO Gloria	Dr GONJI Marwa
Dr DELOIZY Jean-Jacques	Dr MAGRI Keith	Dr PICCARDINO Olivier

## ► Encadrement

Dr AVLESSI Christophe Chef de Service	RUELLE Hélène Cadre Supérieur de santé	MACREZ Sabrina Faisant fonction de Cadre de santé
PILON Nathalie Sage-femme référente Bloc obstétrical cs. gynéco.		

## ► Sages-femmes - consultations prénatales et échographies 03 21 99 30 21

BIGOT Frédérique (cs et écho)	LEPRETRE Aurélie (cs)	CLÉMENT Nicolas (cs et écho)
JEANSON Delphine (cs)	NOWAKOWSKI Amandine (cs)	DHIEUX Céline (écho)

## ► Sages-femmes - bloc obstétrical et maternité 03 21 99 30 70

ALGLAVE Philippe	DHIEUX Céline	MATHON Emilie
BAILLET Clémence	DORNIER Marie	ROUTIER Audrey
CARON Charlotte	HUCK Daisy	SERGEANT Marie-Hélène
CARON Léa	LECOMTE Amélie	TAHON Lucie
CAROUX Alice	LEDEZ Laetitia	TURKIEWICZ Delphine
CLEMENT Nicolas	LEFEBVRE Corentine	
DELACROIX Sophie	MALFOY Audrey	

## ► Aide à l'arrêt du tabac 03 21 99 39 50

## ► Consultation préanesthésique 03 21 99 30 28

## ► Consultation lactation 03 21 99 30 24

## **URGENCES :**

les admissions de jour comme de nuit se font par les urgences.