

# MON PROJET NAISSANCE

**NOM :**

**PRÉNOM :**

Par qui êtes vous suivie ?

- GYNÉCOLOGUE/OBSTÉTRICIEN : .....

- SAGE-FEMME : .....

## Un projet naissance c'est quoi ?

C'est un ensemble de choix que vous ferez pour le suivi de votre grossesse, de votre accouchement et de votre séjour à la maternité.

Il est unique pour chaque couple et permet donc à l'équipe de vous accompagner de façon personnalisée, il doit être discuté avec l'équipe médicale pour votre sécurité.

La sage-femme pourra ainsi vous proposer des conduites à tenir en adéquation avec vos souhaits et de ce fait, tentera de vous faire vivre l'accouchement de façon active et non pas en tant que spectateurs de la mise au monde de votre enfant. Ce projet peut être modifié à tout moment pendant votre grossesse ou durant le travail.

Véritable outil de communication entre les parents et votre maternité, n'hésitez pas à le présenter aux différents professionnels qui vous accompagnent.

## DANS MA MATERNITÉ CMCO COTE D'OPALE

***Votre sage femme vous accompagnera du début de votre grossesse jusqu'au retour à la maison avec votre enfant.***

Avez vous des enfants ?

si oui combien ..... Leur âge .....

Avez vous allaité ? .....

Combien de temps ? .....

Quelles difficultés ? .....

Quelles complications ? .....

Vécu de vos accouchements précédents ?

.....

Avez vous déjà suivi des cours de préparation à la naissance ?

Si oui lesquels ? .....

Quelle préparation à la naissance faite vous pour cette grossesse ?

.....

En complément, souhaitez vous participer gratuitement aux ateliers proposés par la maternité :

- Visite maternité
- Soins d'hygiène et de confort du nouveau-né
- Initiation portage en écharpe et massage bébé
- Rythmes et besoins du nouveau-né
- Allaitement maternel

Avez vous d'autres demandes ?

## Le jour J, je serai accompagnée par :

.....

## Pendant le travail, j'aimerais :

- Écouter de la musique
- Que les lumières soient tamisées
- Boire
- Pouvoir me déplacer
- Autres : .....

## Je souhaiterais aussi :

- Être informée de toutes les interventions avant qu'elles soient posées

## Pour soulager la douleur, j'aimerais avoir recours aux méthodes suivantes :

- Baignoire de dilatation ou douche
- Ballon thérapeutique
- Marcher, déambuler
- Massages
- Respiration
- Mettre en pratique ma préparation à la naissance :

.....

## **Dans la mesure du possible, je souhaiterais éviter les interventions suivantes :**

- Installation d'une perfusion d'emblée
- La péridurale
- Épisiotomie

## **Lorsque viendra le temps de pousser, j'aimerais utiliser les positions suivantes :**

.....

### **Pour m'aider à pousser, je souhaite :**

- Utiliser un miroir pour voir arriver mon bébé
- Que la personne qui m'accompagne participe
- Qu'on me conseille sur la façon de pousser
- Qu'on me laisse pousser selon mes besoins

### **Si une césarienne s'avérait nécessaire, je préférerais :**

- Que la personne qui m'accompagne soit présente lors de la naissance de mon bébé
- Que la proximité mère-enfant soit maintenue au maximum ou du moins que la présence du papa soit maintenue en permanence auprès du bébé

## A la naissance de mon bébé, même par césarienne, j'aimerais :

- Qu'on respecte le rythme de mon bébé afin qu'il puisse faire sa première tétée lorsqu'il montre qu'il est prêt à téter
- Qu'il soit remis à la personne qui m'accompagne si je suis inconfortable
- Qu'on attende plus d'une minute après la naissance pour clamber le cordon
- Que le cordon ait cessé de battre avant qu'on le coupe
- Couper moi-même le cordon
- Que la personne qui m'accompagne coupe le cordon

## **A la maternité, je souhaite :**

- Une chambre seule
- Une chambre commune
- Être accompagnée la nuit (uniquement en chambre seule)

## **Je souhaite :**

- Allaiter mon bébé et qu'il ne reçoive pas de supplément
- Allaiter mon bébé et qu'on lui offre des suppléments de préparations lactées seulement s'il y a une indication médicale
- faire une tétée de Bienvenue

*Je crois que l'information suivante vous sera utile :*

Nous espérons que cet outil vous aide à concrétiser votre projet. Vous pouvez le compléter par texte libre si vous le souhaitez. Nous veillerons à répondre au mieux à vos attentes dans le respect de la qualité et sécurité des soins.