

Maternité

brochure de sortie

Brochure d'information



Monsieur, Madame

Félicitations pour la naissance de votre (vos) bébé(s). Nous vous souhaitons bonne chance pour cet heureux événement.

Avec cette brochure, en plus d'un certain nombre de directives pratiques pour la maison, nous voulons constituer une ressource précieuse pour vous et les prestataires de soins de santé éventuels.

Enfin, nous attirons votre attention sur le fait que vous pouvez toujours compter sur nous pour d'autres préoccupations ou problèmes. Au Sint-Andriesziekenhuis à Tielt, cela peut être fait via la maternité au 051 42 52 60.

Administration

La déclaration de la naissance

En tant que nouveau(x) parent(s), vous devez déclarer la naissance de votre enfant à l'état civil de la commune où votre enfant est né. Le délai légal pour déclarer la naissance est de 15 jours. Si le 15^e jour est un samedi, un dimanche ou un jour férié, le délai est prorogé jusqu'au premier jour ouvrable suivant.

Depuis peu, un fonctionnaire vient à l'hôpital et la déclaration peut donc être faite pendant le séjour à la maternité. Vous recevrez un document de la sage-femme avec un rendez-vous.

Si vous êtes marié, le partenaire peut déclarer l'enfant. Un partenaire non marié ne peut faire la déclaration que si un certificat de reconnaissance a été établi avant la naissance. Cela peut aussi être fait en même temps que l'enregistrement de la naissance. Vous devez être présents ensemble pour cela. Si le bébé n'est pas reconnu, la mère doit déclarer le bébé elle-même. Ensuite, le bébé reçoit son nom de famille.

Les documents que vous devez apporter avec vous lors de la déclaration sont :

- le formulaire de déclaration que vous avez reçu à la maternité
- la carte d'identité des deux parents
- le livre de mariage ou le certificat de reconnaissance (si vous l'avez déjà)

L'officier de l'état civil dresse l'acte de naissance. Vous recevrez les formulaires de demande de prime de naissance, d'allocations familiales, d'affiliation de votre enfant à la caisse d'assurance maladie et le justificatif de vaccination obligatoire contre la poliomyélite. Vous devez soumettre tous ces formulaires aux autorités compétentes. Le lieu et les heures d'ouverture sont indiqués sur le formulaire de déclaration que vous recevez à la maternité.



Prescriptions

Faites signer par votre médecin les formulaires nécessaires :

- un document confidentiel pour la mutuelle
- un formulaire pour l'assurance hospitalisation
- une attestation pour l'employeur
- une prescription pour la physiothérapie postnatale

Si nécessaire, demandez à votre médecin une ordonnance pour une préparation à base de fer, des analgésiques, des anti-inflammatoires, une contraception et un vaccin contre la coqueluche pour le partenaire.

Rendez-vous

Environ six semaines après l'accouchement, le gynécologue vous attend pour une consultation de contrôle. La contraception sera discutée.

Votre enfant a besoin d'un contrôle chez le pédiatre 1 semaine et 1 mois après l'accouchement en raison d'éventuelles malformations cardiaques qui ne peuvent être détectées que tardivement.

Si vous souhaitez consulter un pédiatre, il est préférable de prendre un rendez-vous en ligne sur www.afspraakkinderarts.be ou tous les jours de 07h30 à 11h15 au 051 42 52 69.

Informations pour vous personnellement

Hygiène après un accouchement vaginal ou une césarienne

Les saignements vaginaux peuvent durer jusqu'à six semaines. Par conséquent, assurez-vous d'une bonne hygiène. Douches, rinçages, changements de serviettes hygiéniques réguliers...

Il est préférable de reporter la prise d'un bain jusqu'à deux semaines après l'accouchement.

Les relations sexuelles ne sont pas recommandées s'il y a encore une perte de sang.

Les soins des plaies

Après un accouchement vaginal

Tous les points de suture de l'incision (épisiotomie) se décomposeront d'eux-mêmes, cela prend généralement environ deux semaines. Ils peuvent être retirés s'il y a trop de problèmes.

Après une césarienne

Les points de suture d'une césarienne doivent généralement être retirés après une semaine. Cela peut être fait par votre médecin généraliste ou la sage-femme qui vient à votre domicile.



Soulever une charge après une césarienne

Il est préférable d'éviter de soulever des poids de plus de six kilos pendant quatre semaines après une césarienne. Il est également préférable de ne pas conduire la voiture pendant les deux premières semaines.

Les médicaments

Vous pouvez utiliser du paracétamol ou une préparation de paracétamol pour soulager la douleur. Si cela ne suffit pas, l'ibuprofène peut être pris.

La contraception

Parlez-en à votre gynécologue avant de partir. Si vous le souhaitez, votre gynécologue vous remettra une ordonnance pour la contraception nécessaire.

Exercices postnatals

Celles-ci sont certes utiles, mais pas obligatoires bien sûr. Vous pouvez continuer à les suivre chez votre kinésithérapeute. Demandez une ordonnance à votre gynécologue. Vous pouvez commencer avec cela dès que vous avez repris des forces à la maison.

Aide à domicile

De nombreuses questions peuvent se poser à la maison. C'est pourquoi vous pouvez faire appel à une sage-femme indépendante ou à autres prestataires de soins. Une sage-femme indépendante est non seulement chargée de prendre soin de la mère et du bébé, mais fournit également des conseils, des orientations et un soutien. Si nécessaire, elle pourra vous orienter vers votre médecin généraliste, gynécologue et/ou pédiatre. Certaines de nos propres sage-femmes sont indépendantes à temps partiel et peuvent donc être appelées pour une visite à domicile.

- Une sage-femme peut aller à domicile pour divers examens.
- Elles peuvent prendre soin de la plaie de la césarienne et retirer les points de suture.
- Les sage-femmes peuvent faire le prélèvement sanguin pour le test de Guthrie.
- Les consultations de la sage-femme sont remboursées.
- La sage-femme peut aider à l'allaitement.

Vous pouvez également toujours obtenir des informations sur les sage-femmes indépendantes via le site internet de l'organisation professionnelle flamande des sage-femmes (VBOV), sous la rubrique "(futur) parent". Parfois, l'aide d'une infirmière de maternité qui s'occupe de la famille quelques heures par jour peut être nécessaire. Elle effectue les tâches ménagères. L'aide à la maternité est offerte par divers organismes.



Information pour l'aidant à domicile

Le rapport du travail et de l'accouchement

- Durée gestationnelle :
- G P
- Médecin traitant :
- Médecin lors de l'accouchement :
- Avancement du travail : spontané – induction – optimisation
- Raison de l'induction :
- Péridurale : oui – non
- GBS : positif – négatif
- Accouchement le : à
- Façon d'accoucher : spontané – vide – section
- Placenta : spontané – manuellement

Période de maternité à l'hôpital

Groupe sanguin :

Médicaments administrés :

- Soulagement de la douleur :
- Inhibiteurs de lactation :
- Autres :

Points d'attention pour le suivi

- Périnée : épisiotomie – rupture
- Plaie de la césarienne : les sutures peuvent être retirées le/...../.....
- Les hémorroïdes :
- Autres :
- Médicaments :



Informations sur votre bébé

Le rapport de maternité

Examen nouveau-né

- Sexe : M / F
- Poids :
- Taille :
- Circonférence de la tête :
- Score d'Apgar : après 1 min , après 5 min , après 10 min
- Examen à la naissance :
- Ictère : bilirubine max. mg/dl le jour
- Photothérapie :
- Test de Guthrie : / /
- Déroulement de l'alimentation :

A la maison

- Date de retour : / /
- Poids à la sortie :
- Nutrition :
- Médicaments :
- Vérifié par le pédiatre le : à

Soins bébé

Pendant votre séjour, vous avez appris à prendre soin et à observer au mieux votre enfant, à prendre la température, à changer la couche ou à lui donner un bain.

Le nombril est lavé quotidiennement à l'eau et au savon. Il est important qu'il reste sec. Le moignon ombilical n'est donc pas placé dans la couche. Il n'est pas nécessaire de désinfecter le nombril souillé. Il doit être nettoyé à l'eau et au savon.

En cas de moignon ombilical malodorant ou de rougeur du rebord ombilical, il est préférable de contacter une sage-femme indépendante, un médecin généraliste ou un pédiatre.



Dépistage néonatal

Un très petit nombre d'enfants naissent avec un trouble métabolique congénital. Le trouble congénital est présent dès la conception mais ne se manifeste qu'après la naissance. Le trouble congénital peut entraîner des maladies qui impliquent généralement des lésions cérébrales. Si le trouble congénital est détecté tôt, dans la plupart des cas, il peut être traité facilement et des affections graves ou chroniques peuvent être évitées.

Plus d'informations sur :

<http://www.zorg-en-gezondheid.be/beleid/bevolkingsonderzoek>

L'examen n'est pas obligatoire, mais est fortement recommandé. Si l'examen est refusé, un document doit être signé.

Le sang est prélevé pour cela entre le troisième et le cinquième jour après la naissance de votre bébé. Cela a généralement lieu à la maternité, mais lors des accouchements à domicile ou en ambulatoire, le médecin généraliste ou la sage-femme prélève l'échantillon.

Si le résultat de l'examen est anormal, le médecin en sera avisé et un deuxième examen sera requis. Celle-ci a généralement lieu au plus tard trois semaines après la première prise de sang. Si le résultat anormal est également confirmé par le deuxième test, un traitement adapté peut être démarré.



Nutrition

Allaitement maternel

Le lait maternel est l'aliment idéal pour chaque bébé. L'allaitement maternel présente de nombreux avantages pour la mère et l'enfant. Le bébé peut être allaité exclusivement au sein pendant les six premiers mois de sa vie. (voir aussi la brochure allaitement)

Expression du lait matériel

Il peut y avoir plusieurs raisons pour lesquelles vous commencez à soutirer votre lait. Il est important que cela soit fait correctement pour que votre production de lait soit maintenue. Choisissez une méthode de pompage qui vous convient le mieux. L'expression demande aussi un peu de pratique.

Une bonne hygiène de votre pompe est également importante lors de l'expression. Après utilisation, lavez bien vos biberons et tétérelles à l'eau tiède additionnée de détergent. Rincez à l'eau claire et séchez avec une serviette propre. Stockez le groupe motopompe dans un endroit sec. Stériliser une fois par jour est suffisant.

Conserver le lait maternel

- Conservation du lait maternel à la maison :

Le lait maternel tiré doit être conservé dans un endroit propre et hygiénique à la maison. Ceci est autorisé à la température ambiante jusqu'à la prochaine tétée (max. quatre heures). Pour de plus grandes quantités, il est préférable de conserver dans le bas et au fond du réfrigérateur (max 48 heures).

- Réchauffer le lait maternel :

Le lait maternel peut être donné à température ambiante, sauf si vous préférez que le lait maternel soit réchauffé. Faites-le de préférence dans un chauffe-biberon, mais jamais au micro-ondes. En effet, si le chauffage est trop élevé, les anticorps sont détruits et le bébé peut également se brûler.

- Congélation du lait maternel :

Le lait maternel exprimé doit d'abord refroidir avant d'être congelé. Ne remplissez pas trop les pots et étiquetez-les avec le jour et l'heure. Utilisez toujours le lait maternel le plus ancien en premier. Décongelez le lait maternel en le réfrigérant la veille. Vous pouvez également le réchauffer en plaçant le pot dans un bain d'eau tiède. Assurez-vous que l'eau ne peut pas entrer en contact avec le lait.

- Apportez du lait maternel à l'hôpital :

Si votre enfant reste dans le service des prématurés alors que vous êtes déjà à la maison, il est préférable d'apporter du lait maternel exprimé et/ou congelé dans une glacière.



Biberon

Comment préparer :

Utilisez de l'eau de source non gazeuse, adaptée aux préparations pour nourrissons. Il est très important de travailler de manière hygiénique lors de la préparation des aliments. Préparez bouteille par bouteille, donc pas pour toute la journée !

- Pour obtenir un flacon de 100 ml, prendre 90 ml d'eau + 3 mesures de niveau
- Une bouteille de 133 ml : 120 ml d'eau + 4 mesures
- Une bouteille de 166 ml : 150 ml d'eau + 5 mesures
- Une bouteille de 200 ml : 180 ml d'eau + 6 mesures
- Une bouteille de 233 ml : 210 ml d'eau + 7 mesures
- Une bouteille de 266 ml : 240 ml d'eau + 8 mesures

Des vitamines

D-cure

La vitamine D est importante pour la construction des os et des dents. La dose habituelle est de deux gouttes 1 fois per jour dans la bouche du bébé. Ceci pendant six ans, aussi bien pendant l'allaitement maternel qu'avec le biberon. Parfois, une dose plus élevée est nécessaire sur l'avis du pédiatre. Il est préférable de donner les vitamines à heure fixe.



Hoquet

Le hoquet est fréquent chez un bébé. C'est parce que le diaphragme du nouveau-né n'est pas encore complètement développé. Le hoquet peut survenir avec la nourriture, mais parfois aussi séparément. Vous ne pouvez généralement pas l'empêcher. Permettre au bébé de boire lentement et de roter souvent peut aider.

Éternuer

Les bébés éternuent souvent, c'est tout à fait normal. C'est leur façon de se nettoyer le nez. En cas de nez bouché, celui-ci peut être rincé à l'eau physiologique. Gardez la tête du bébé sur le côté. Vaporisez de l'eau dans la narine supérieure et elle sortira par la narine inférieure.

Couper les ongles

Les ongles d'un bébé sont cassants et ne doivent pas être coupés trop tôt. De préférence pas avant que le bébé ait six semaines. Coupez les ongles droits. Utilisez pour cela des ciseaux à ongles à bout émoussé. Faites-le à un moment où le bébé est calme.

Si le bébé n'a pas encore six semaines, des mitaines ou des chaussettes en coton peuvent éviter de se gratter.

Pleurer et réconforter

Les pleurs sont le principal moyen de communication pour un bébé. De cette façon, il vous fait savoir qu'il ne se sent pas bien et veut prendre contact. Parfois, un bébé pleure aussi sans raison. Il y a généralement un pic vers le soir et vers l'âge de six semaines.

Lorsqu'il pleure, le bébé a besoin de réconfort. Trouvez un moyen qui est bon pour le bébé et pour vous-même. Sachez que se faire chouchouter n'est pas possible avant six mois et que le réconfort est très important pour une bonne complicité.

Comment réconforter ?

- Le bébé souffre-t-il de trop de stimuli ?
Veillez alors à un environnement calme.
- Portez ou bercez le bébé.
- Donner un bain.
- Le bébé s'ennuie-t-il ?
Créez alors une distraction. Sachez qu'un bébé ne reste intéressé que pendant une courte période.
- Restez calme. Un bébé ressent ce que vous ressentez.



Raisons d'être vigilant

Lorsque votre bébé s'est endormi après une violente crise de larmes, il est préférable de vérifier si tout va bien.

Consultez un médecin dès que possible si votre enfant présente un ou plusieurs des signes suivants :

- Une augmentation de température rectale au-dessus de 38°C ou une diminution en-dessous de 36°C chez un bébé de moins de six mois.
- Un récent changement de comportement : votre bébé est très calme ou excité.
- Votre bébé gémit pendant son sommeil ou lorsqu'il est éveillé.
- Votre bébé vomit ou ne mange pas.
- Votre bébé a des difficultés respiratoires.

Consultez également votre médecin si votre bébé :

- A une apparence inhabituellement pâle.
- Sue anormalement pendant le sommeil sans raison apparente.
- Respire bruyamment ou ronfle sans maladie infectieuse.

Les contrôles

Pour les cas urgents vous pouvez contacter le service pédiatrie : 051 42 52 70

Pour prendre un rendez-vous avec le pédiatre vous pouvez :

- Consulter le secrétariat [051 42 52 69](tel:051425269)
tous les jours ouvrés de 7h à 11h15
- Calendrier en ligne
www.afpraakkinderarts.be 24/24h

"Kind en gezin" vous rendront visite à domicile dans les deux semaines suivant la sortie. Vous pouvez également les joindre en semaine entre 8h00 et 20h00 au 078 15 01 00.

Liens utiles

- www.vbov.be
- www.kindengezin.be
- www.sintandriestielt.be





Uw gezondheid, onze zorg.

Pediatrie T 051 42 52 69
Dringende gevallen Pediatrie T 051 42 52 70
www.afspraakkinderarts.be
Materniteit T 051 42 52 60

Sint-Andriesziekenhuis vzw
Bruggestraat 84, 8700 Tielt
T 051 42 51 11 - F 051 42 50 20
info@sintandriestielt.be
www.sintandriestielt.be

26/01/22

