

# PRÉPARATION À LA NAISSANCE ET À LA PARENTALITÉ

livret destiné aux patientes  
hospitalisées au SIG\*



\*SIG : Surveillance Intensive de Grossesse



PÔLE  
FEMME-ENFANT



Service de gynécologie-obstétrique  
et médecine de la reproduction

**CHU**  
CAEN NORMANDIE

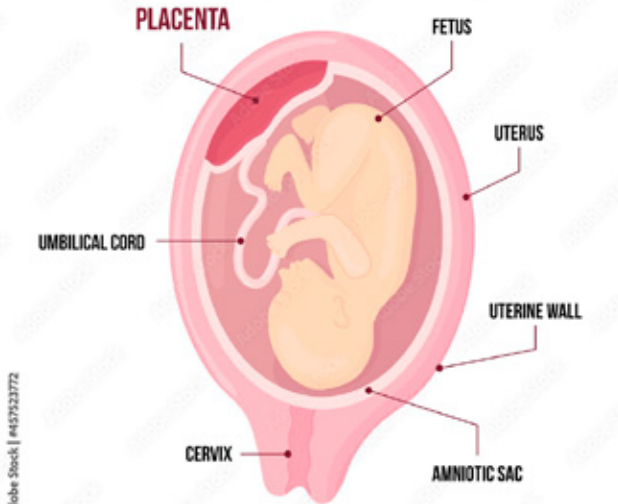


Ce livret a pour objectif  
d'être un support aux échanges  
avec les sages femmes afin de répondre  
à vos questions

---



## L'anatomie : description et rôle du déroulement de la grossesse



### L'utérus

Il évolue en fonction du terme de la grossesse et de la croissance du fœtus.

### Le placenta

Il permet les échanges entre la mère et le fœtus. Son insertion peut être variable. Certaines substances peuvent passer la barrière placentaire.

### Le liquide amniotique (LA)

Une perte de liquide doit être signalée. La quantité de liquide est un élément de surveillance.

### Le cordon ombilical

Il permet l'échange entre le placenta et le bébé, d'où la surveillance du flux par les dopplers.

### Le fœtus

En fonction du terme de la grossesse, différents paramètres sont surveillés, la croissance, les anomalies, la position.

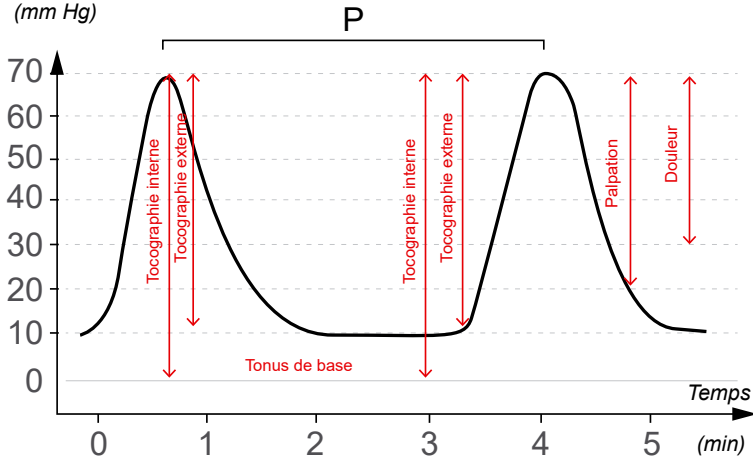
### Le col

La longueur et l'ouverture sont des éléments de surveillance pendant la grossesse.



## La contraction utérine et les maux de grossesse

Pression intra-amniotique  
(mm Hg)



- comment reconnaître une contraction utérine,
- quelles sensations ?,
- savoir différencier ce qui est normal d'anormal,
- l'utérus est un muscle incontrôlable différent d'un muscle comme le biceps.

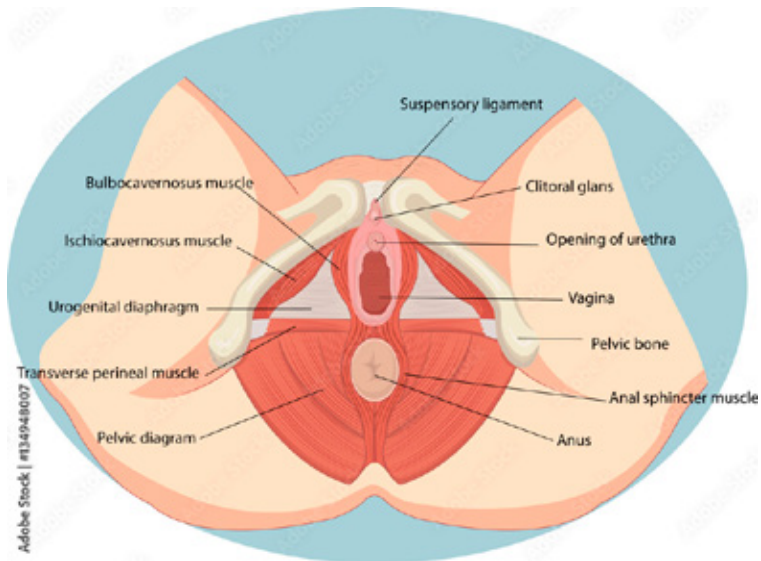
### Mieux gérer les contractions et les maux de la grossesse

#### Soulager la douleur

- technique de respiration abdominale,
- utilisation du ballon (assise avec mouvement de bassin, couchée avec ballon sous les cuisses/ bascule du bassin et bercement, couchée à 4 pattes sur le ballon diminue l'angle d'inclinaison du bassin et bercement = apaisement),
- bascule du bassin,
- comment utiliser un coussin Corpomed,
- ceinture Physiomat,
- marche pieds,
- étirements,
- postures si patiente allongée, debout, assise,
- massages,
- acupuncture.



## Le périnée



- rappel d'anatomie,
- rôle du périnée,
- exercices simples (cf. topo Dr Anne-Cécile Pizzoferrato),
- éviter l'apnée/souffler si port de charge,
- pas de stop pipi,
- utilisez un marche pieds dans les toilettes,
- position physiologique aux toilettes,
- attention aux apports,
- attention aux stimulants.

### Déchirures périnéales épisiotomie

- description,
- fréquence faible des épisiotomies,
- pas de violence obstétricale (cf. flyer).





# L'accouchement physiologique

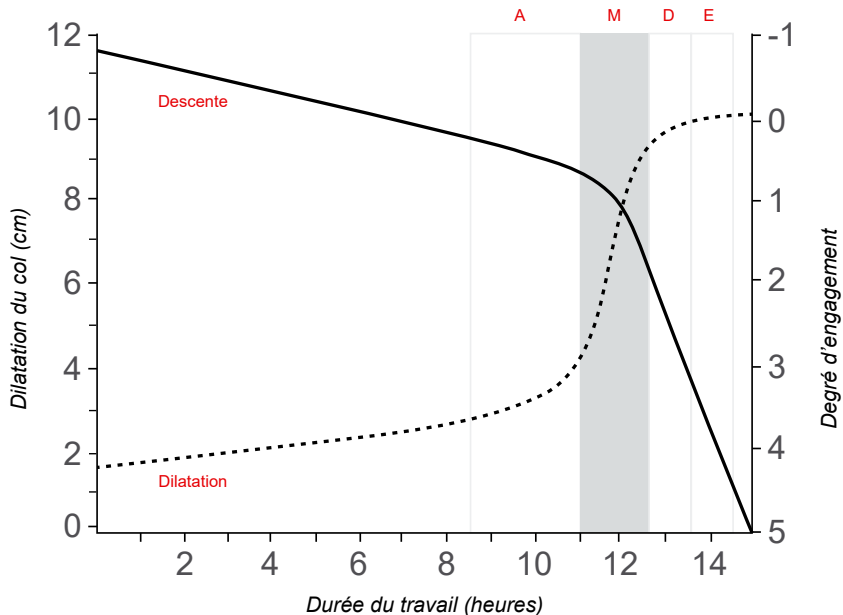
## Composition de l'équipe de garde en salle de naissance

- 3 sages-femmes en 12 h,
- 2 aides-soignant(e)s et 1 agent de service hospitalier,
- 1 chef et 1 interne d'obstétrique,
- 1 chef et 1 interne en anesthésie,
- 1 infirmier(e) en anesthésie,
- des étudiant(e)s.

## Signes du début du travail

- contractions régulières avec augmentation de la fréquence et de l'intensité.

## Diagramme de l'accouchement



## Comment soulager la douleur

- prendre une douche ou un bain,
- respirer,
- se mobiliser : marche, ballon, posture,
- acupuncture, acupression,
- massage par l'accompagnant,
- pendant la phase d'accélération : le protoxyde d'azote, l'acupuncture, la péridurale.

## La péridurale et la rachi-anesthésie

- intervention du médecin anesthésiste et de l'infirmière(e),
- pose d'une perfusion systématique et surveillance tensionnelle en continu,
- position allongée ou assise,
- repérage et anesthésie locale,
- pose d'un cathéter relié à une seringue électrique, soit en continu, soit à la demande.

## Le monitoring

- enregistrement du rythme cardiaque fœtal et des contractions utérines, en continu à partir de la phase active.

## L'accouchement avec une sage-femme et une aide-soignante, et si besoin présence de l'équipe médicale

- en position gynécologique, sur le côté...
- expulsion : les efforts de poussée,
- naissance : bébé mis en peau à peau et évaluation de l'Apgar,
- délivrance : expulsion du placenta,
- suture de l'épisiotomie ou de la déchirure,
- surveillance maternelle et néonatale pendant 2 heures en salle de naissance avec les premiers soins et l'alimentation du bébé, peau à peau...





## Les premières heures de vie du couple mère-enfant



- arrivée dans le service : composition de l'équipe,
- surveillance du nouveau-né : température, cordon, alimentation,
- examen du nouveau-né par le pédiatre dans les 24 premières heures de vie,
- apprentissage des différents soins du nouveau-né : bain, couchage, pleurs, alimentation (perte de poids puis la reprise), méconium,
- différents prélèvements possibles faits au nouveau-né : groupe sanguin et Rhésus, bilan infectieux, ictère, guthrie,
- examens systématiques de dépistage (cardiopathies, audition),
- déclaration du nouveau-né à l'état civil,
- sortie de la maternité :
  - suivi du bébé 1 fois par semaine pour la surveillance de son poids par la sage-femme libérale ou la PMI.
  - consultation post-natale pour la maman,
  - rendez-vous médical (pédiatre ou médecin traitant) à 15 jours de vie puis mensuel.



# Diverses questions pendant votre hospitalisation

## Connaissez-vous le terme de votre grossesse ?

- semaines d'aménorrhée,
- différents stades de prématurité,

## Qu'est-ce qui doit vous alerter ?

- contractions,
- pertes de liquide amniotique : couleur, odeurs,
- saignements,
- mouvements fœtaux.

## Différents examens

- échographie : col, EPF, doppler, LA,
- monitoring : but et fréquence,
- prises de tension et de température,
- prélèvements infectieux,
- poids et hauteur utérine.

## Conseils alimentaires et addictions

- tabac,
- constipation,
- diététicienne.

## Conseils de bien-être

- installation dans la chambre,
- chaussettes de contention, coussin,
- mobilisation douce,
- relaxation : sites internet (es. : Respirelax, Petit Bambou),
- kinésithérapie,
- psychologue.







En allant sur le site du réseau de périnatalité normand vous pourrez avoir un gestogramme comme ci dessous, après avoir renseigné votre début de grossesse.



## GESTOGRAMME

Date des dernières règles : 12/05/2021

Date de début de grossesse : 26/05/2021

Votre âge gestationnel à la date d'aujourd'hui (12/05/2021) est : 0SA+0

Date prévue d'accouchement : 23/02/2022

1 SA	1er mois	1er trimestre  1ère échographie entre le 28/07/2021 et le 17/08/2021  Dépistage T21 combiné 1er trimestre : entre le 28/07/2021 et le 17/08/2021  IVG possible jusqu'au 18/08/2021  Diabète gestationnel : Dépistage glycémie à jeun jusqu'au 31/08/2021
2 SA		
3 SA		
4 SA		
5 SA		
6 SA		
7 SA		
8 SA		
9 SA		
10 SA		
11 SA		
12 SA		
13 SA		
14 SA		
15 SA		
16 SA	4ème mois	2ème trimestre  Entretien prénatal à partir du 26/08/2021  Déclaration de grossesse jusqu'au 01/09/2021  Dépistage T21 2ème trimestre : entre le 18/08/2021 et le 15/09/2021  2ème échographie entre le 29/09/2021 et le 03/11/2021  Diabète gestationnel : HPGO 75g entre le 27/10/2021 et le 24/11/2021
17 SA		
18 SA		
19 SA		
20 SA		
21 SA		
22 SA		
23 SA		
24 SA		
25 SA		
26 SA		
27 SA		
28 SA		
29 SA		
30 SA		
31 SA	7ème mois	3ème trimestre  3ème échographie entre le 08/12/2021 et le 12/01/2022  Strepto. B : dépistage entre le 05/01/2022 et le 02/02/2022
32 SA		
33 SA		
34 SA		
35 SA		
36 SA		
37 SA		
38 SA		
39 SA		
40 SA		
41 SA		
41 SA		
41 SA		
41 SA		
41 SA		
41 SA		

### Les congés maternité

- < 2 enfants à charge : du 12/01/2022 au 04/05/2022
- 2 enfants à charge : du 29/12/2021 au 29/06/2022
- Jumeaux : du 01/12/2021 au 27/07/2022
- Triplés : du 08/09/2021 au 27/07/2022

### Les congés paternité

- durée totale : 25 jours
- naissances multiples : 32 jours
- naissance prématurée : vous pouvez bénéficier du congé de paternité et d'accueil de l'enfant pendant la période d'hospitalisation (30 jours maximum) si votre enfant est hospitalisé.



**Pôle femme-enfant**  
**Service de gynécologie-obstétrique**  
**et médecine de la reproduction**  
CHU de Caen Normandie  
Avenue de la Côte de Nacre  
CS 30001 - 14033 Caen cedex 9