

Je suis enceinte et je me prépare pour accoucher à la Clinique Saint-Jean ...



DURANT MA GROSSESSE - 02/221.92.21 (CONTACT CENTER)

PRÉPARATION À L'ACCOUCHEMENT

- Consultations prénatales avec une sage-femme (prise de rendez-vous via le Contact Center)
- Sessions d'informations prénatales (travail, accouchement et allaitement maternel)
- Journées portes ouvertes de la maternité (inscription par téléphone via le Contact Center)
- Préadmission à partir de +/- 35 semaines (renseignement sur les admissions www.clstjean.be/admission)
- Plus d'info sur www.clstjean.be/accoucherasaintjean

Prenez rendez-vous avec une sage-femme indépendante (hors de la Clinique) avant votre accouchement pour faire connaissance. C'est elle qui vous accompagnera dès votre retour à la maison où vous vivrez des moments importants avec votre bébé. Une liste des sage-femmes indépendantes est disponible en consultation prénatale.

DOCUMENTS



- ☐ Carte d'identité
- ☐ Carnet de grossesse
- ☐ Carte de groupe sanguin
- ☐ Documents de pré-admission
- ☐ Coordonnées d'une personne de contact
- ☐ Coordonnées de votre sage-femme indépendante

DANS MA VALISE

POUR MAMAN



- ☐ Habits confortables / jogging
- ☐ Pantoufles
- ☐ Sous-vêtements (soutien-gorge d'allaitement)
- ☐ Produits de toilette
- ☐ Essuies et gants de toilette
- ☐ Vêtements pour la sortie
- ☐ Coussin d'allaitement
- ☐ Gourde

POUR BÉBÉ



- ☐ Body's / chemisettes
- ☐ Pyjamas / grenouillères
- ☐ Chaussettes
- ☐ Bonnets
- ☐ Sac de couchage / petite couverture
- ☐ Vêtements chauds pour la sortie
- ☐ Flapules de sérum physiologique
- ☐ Trousse de toilette* : peigne/brosse, solution lavante, crème hydratante, crème de change, thermomètre

QU'EST-CE QUI EST DISPONIBLE À LA MATERNITÉ ?

Vous aurez aussi besoin des articles ci-dessous, disponibles à la maternité en cas de besoin (payant) :

- ☐ Une trousse pour bébé avec une lotion lavante, un baume relipidant, un baume ultra-réparateur et un thermomètre
- ☐ Des langes
- ☐ Des mouchoirs
- ☐ 5 culottes jetables
- ☐ Serviettes hygiéniques supplémentaires (2 paquets compris dans le prix de la chambre)
- ☐ Une bouteille d'eau
- ☐ Des compresses d'allaitement

*La trousse de toilette bébé peut être achetée à la maternité : peigne/brosse, solution lavante, crème hydratante, crème de change, thermomètre. Cette trousse contient des produits de qualité à un prix avantageux et a été approuvée par nos dermatologues pédiatriques.

DURÉE DU SÉJOUR

- Accouchement par voie basse : 48-72 heures
- Césarienne : 72-96 heures

Le moment du retour à la maison se décide toujours en accord avec le gynécologue et le pédiatre.

Admission en salle de naissance

PRÉ-ADMISSION



PRÉ-ADMISSION au service d'admission à partir de +/- 35 semaines.

ADMISSION

Toujours passer par les urgences (Rue du Marais) avant de monter en salle d'accouchement (+6, route 360, suivre les indications «bloc d'accouchement» et aller jusqu'au bout du couloir). Plus d'info sur les admissions: www.clstjean.be/admission.

RAISON D'ADMISSION

- Perte de sang / perte de liquide
- Contractions
- Diminution des mouvements fœtaux (≤ 10 /jour)
- Induction
- Malaise, fièvre, vomissement
- etc

En cas de doute, appelez le 02/221.94.30 (permanence 24h/24 de la salle d'accouchement).

MOTHERFRIENDLY CARE EN SALLE DE NAISSANCE



SOUTIEN PHYSIQUE ET ÉMOTIONNEL

- Maximum 2 personnes fixes sont les bienvenues pour vous accompagner. (Pas d'enfant/pas d'échange possible).

RESTER EN MOUVEMENT PENDANT LE TRAVAIL

- Différentes positions: assise, à genoux, semi-couchée, accroupie,...
- Éviter les techniques invasives si elles peuvent être évitées.

Prenez baffle, musique ou lampion si souhaité

MANGER ET BOIRE PENDANT LE TRAVAIL

- Thé, eau et boissons sportives (ex. Aquarius) sont toujours autorisées.
- Un repas léger est autorisé s'il n'y a pas de contre-indication médicale.

GESTION DE LA DOULEUR

- Bain de relaxation, exercices de respiration, massage (kiné), possibilité de bouger, ballon, liane, accompagnement professionnel par la sage-femme, des lunettes de réalité virtuelle.
- Gestion médicale de la douleur: analgésie péridurale.

APRÈS L'ACCOUCHEMENT



Immédiatement après la naissance, votre bébé sera couché sur votre poitrine afin de permettre le premier contact peau-à-peau. Ce contact diminue le stress du nouveau-né et favorise la création d'un lien entre la maman, le ou la partenaire et l'enfant. Ensuite, le bébé sera essuyé et on lui mettra un petit bonnet pour le tenir bien au chaud.

HEURE DE VISITE À LA MATERNITÉ



Pour maintenir la sérénité du service et garantir le bien-être du bébé et de la maman, nous vous demandons de respecter les heures de visite.



CHAMBRE PRIVÉE

16h > 18h pour tous
24h/24 pour le ou la partenaire*

*payant si le ou la partenaire reste dormir avec petit-déjeuner inclus



CHAMBRE COMMUNE

16h > 18h pour tous
11h > 19h pour le ou la partenaire