



Centre
Hospitalier
Cambrai

GYNECOLOGIE OBSTETRIQUE

Niveau 1

 03.27.73.73.59

GUIDE DE LA



MATERNITE



INITIATIVE HÔPITAL
AMI DES
BÉBÉS

Maternité labellisée « Hôpital
Ami des Bébés » depuis 2009



BIENVENUE

Nous sommes heureux de vous accueillir à la Maternité du Centre Hospitalier de Cambrai, qui détient un label de qualité, le label « *Hôpital Ami des bébés* ».

Ce livret a été élaboré à votre intention dans le but de vous faire découvrir notre service et ceux qui prendront en charge votre accueil et vos soins.

Vous y trouverez les renseignements nécessaires afin que votre séjour se déroule agréablement.

Par ailleurs, notre maternité et celle du Centre Hospitalier du Cateau Cambrésis ont mutualisé leurs compétences (via une Fédération Médicale Inter-hospitalière) afin de vous proposer une offre de soins encore plus complète et adaptées à vos attentes.

**L'ensemble du personnel
de la Maternité**

MATERNITE LABELISEE

La Maternité du Centre Hospitalier de Cambrai a obtenu le label « Hôpital Ami des bébés » depuis 2009 (et l'a renouvelé en 2013, 2017 et 2021) et fait donc désormais partie des 64 maternités en France à obtenir ce label.

Ce dernier est une véritable reconnaissance du travail mené par l'équipe et constitue un gage de la qualité et de sécurité des soins de la femme et de son nouveau-né.

- Des soins centrés sur l'enfant et sa famille,
- Le respect des bases physiologiques,
- La compréhension des besoins individuels,
- Le soutien à l'allaitement maternel,
- La garantie de la sécurité médicale.

C'est un label reconnu qui exige du personnel compétent pour conseiller les mères qui allaitent et ainsi favoriser le lien mère-enfant, y compris pour les enfants non-allaités.



INITIATIVE HÔPITAL
AMI DES
BÉBÉS

Notre Maternité respecte donc les « 12 recommandations » définies par l'OMS et l'UNICEF.

Les 12 recommandations

En souligné, ce qui concerne les nouveau-nés prématurés ou malades.

1. Adopter une politique d'accueil et d'accompagnement des nouveau-nés et de leur famille formulée par écrit et systématiquement portée à la connaissance de tous les personnels soignants.

2. Donner à tous les personnels soignants les compétences nécessaires pour mettre en oeuvre cette politique.

3. Informer toutes les femmes enceintes des avantages de l'allaitement au sein et de sa pratique. Informer de manière spécifique les femmes enceintes présentant une menace d'accouchement prématuré.

4. Placer le nouveau-né en peau à peau avec sa mère immédiatement après la naissance pendant au moins 1 heure et encourager celle-ci à reconnaître quand son bébé est prêt à téter, en proposant de l'aide si besoin. Maintenir une proximité maximale entre la mère et le nouveau-né, quand leur état médical le permet. Ceci inclut la majorité des enfants nés dans un contexte de prématurité modérée, c'est-à-dire nés entre 34 et 37 semaines d'aménorrhée.

5. Indiquer aux mères qui allaitent comment pratiquer l'allaitement au sein et comment entretenir la lactation si elles se trouvent séparées de leur enfant. Donner aux mères qui n'allaitent pas des informations adaptées sur l'alimentation de leur enfant. Indiquer aux mères comment mettre en route et entretenir la lactation, alors que leur bébé ne peut pas téter et/ou qu'elles se trouvent séparées de lui.

6. Privilégier l'allaitement maternel exclusif en ne donnant aux nouveau-nés allaités aucun aliment ni aucune boisson autre que le lait maternel, sauf indication médicale.

Privilégier le lait de la mère, donné cru chaque fois que possible, et privilégier le lait de lactarium si un complément est nécessaire.

7. Laisser le nouveau-né avec sa mère 24h sur 24. Favoriser la proximité de la mère et du bébé, privilégier le contact peau à peau et le considérer comme un soin.

8. Encourager l'alimentation à la demande de l'enfant. Observer le comportement de l'enfant. Débuter les tétées au sein dès que l'enfant est stable [Pas de limitation liée au poids ou à l'âge gestationnel]. Réfléchir aux stratégies permettant de progresser vers l'alimentation autonome.

9. Éviter l'utilisation des biberons et des sucettes (ou tétines) pour les enfants allaités. Réserver l'usage des sucettes aux situations particulières [succion non nutritive...]

10. Identifier les associations de soutien à l'allaitement maternel et autres soutiens adaptés, et leur adresser les mères dès leur sortie. Travailler en réseau.

11. Protéger les familles des pressions commerciales en respectant le Code international de commercialisation des substituts du lait maternel.

12. Pendant le travail et l'accouchement, adopter des pratiques susceptibles de favoriser le lien mère-enfant et un bon démarrage de l'allaitement.

SERVICE DE GYNECOLOGIE OBSTETRIQUE

DES PERSONNELS COMPETENTS ET MOTIVES



Le personnel, composé d'une équipe **expérimentée** et **performante**, est à votre disposition **jour et nuit** pour vous aider et vous garantir une prise en charge optimale.

La présence de l'équipe médicale (Gynécologues-Obstétriciens, Anesthésistes, Pédiatres et Sages-Femmes) est assurée **24h/24**.

Il en est de même pour le fonctionnement du Plateau Technique du Centre Hospitalier (Urgences, SMUR, Radiologie, Laboratoire, Bloc Opératoire).

Le personnel assure également **l'information et l'accompagnement des parents** concernant l'enfant et l'hygiène, apporte aide et conseils sur :

- Le respect du rythme de bébé : la toilette, les premiers soins, les changes
- l'allaitement maternel
- la diététique infantile
- Le toucher-massage
- Le portage physiologique

L'EQUIPE



Elle comprend :

- ☞ **Le Chef du Pôle Mère-Enfant et Chef de service : Docteur Hassan ALRAYES**

- ☞ **Le Gynécologue obstétricien : Docteur AHMAD Samer TARAKJI
Docteur Mohammed EL SAYED
Docteur Haytame YOUSSEF**

- ☞ **La Gynécologue médicale : Docteur Amandine DENGLEHEM**

- ☞ **Les Pédiatres : Docteur, Firas CASSEN, Chef de Service
Docteur Robert NOVO
Docteur Tahar DHAOUI**

- ☞ **Les Anesthésistes : Docteur Adryen BISIAU, Chef de Service
Docteur Caroline TESSE
Docteur Paulette NGO NJEL
Docteur Eric LINXE
Docteur Ornella CARUSO ALFANO
Docteur Mikaël MAUPETIT
Docteur Catherine DEMAY**

☞ La Cadre Supérieur de Santé et Cadre de Santé : **Valérie MOREZ**

☞ Les Sages-Femmes : **Delphine BALIQUE**
Romane BARBARE
Manon BLEROT
Christine DEGOUY
Marie DEGREMONT
Virginie DELAMER
Sophie MEYNIEL
Eugénie FLAMENT
Aurélié HOLIN
Marion PELLACHIN
Mélanie VAN DEUREN

☞ Une équipe paramédicale (infirmières, auxiliaires de puériculture, aides-soignantes)

☞ Des Agents Médico-Administratifs et des agents administratifs



LES ACTIVITES DU SERVICE

LES CONSULTATIONS MEDICALES

Vous pouvez vous rapprocher du Secrétariat de la Maternité (03.27.73.73.59) pour connaître les jours et heures des :

- Consultations proposées par les gynécologues
- Consultations proposées par les sages-femmes.

L'infirmière des consultations est joignable au 03.27.73.71.95.

Vous pouvez également prendre rendez avec le Docteur Alrayes sur Doctolib ou sur le site internet du Centre Hospitalier de Cambrai.

OBSTETRIQUE

- Surveillance de la grossesse
- Diagnostic anténatal (amniocentèse)
- Préparations à la naissance (traditionnelle, hypnose, acupuncture, aromathérapie, yoga)
- Préparation en piscine
- Accouchements
- Rééducation périnéale
- Échographie gynécologique et obstétricale (3D, 4D)

GYNECOLOGIE MEDICALE

- Suivi gynécologique
- Contraception (pilule, stérilet, implant, ligature des trompes)
- Explorations et traitement de la stérilité (hors FIV et insémination)
- Colposcopie, diagnostic (frottis) et traitement des maladies du col utérin, vagin, vulve
- Sénologie (maladies du sein)

CHIRURGIE GYNECOLOGIQUE ET ENDOSCOPIQUE

- Chirurgie gynécologique pour maladies bénignes
- Hystéroscopie diagnostique et interventionnelle, coelioscopie diagnostique et opératoire

LA REEDUCATION PERINEALE

Pour lutter contre l'incontinence urinaire, l'incontinence urinaire post-partum, des séances de rééducation périnéale sont proposées aux femmes ayant accouché, et quel que soit leur âge.

Le traitement de 10 séances (à raison d'une séance par semaine), éventuellement renouvelable, est prescrit par le Médecin traitant, le Gynécologue ou la Sage-Femme à la visite du post-partum (2 mois après l'accouchement).

LA CONSULTATION DE TABACOLOGIE

Des consultations individuelles de tabacologie sont assurées chaque jeudi après-midi par Madame le Docteur TURBANSKI, tabacologue.

N'hésitez pas à demander à en bénéficier si vous envisagez d'arrêter de fumer.

Une information sur ces consultations vous sera délivrée par les Gynécologues et les Sages-Femmes lors de leurs consultations respectives.

Si votre époux ou compagnon souhaite vous accompagner dans cette démarche, il lui est également possible de bénéficier d'une consultation Tabacologie en s'adressant au secrétariat des Consultations Externes au rez-de-chaussée de l'établissement (☎: 03.27.73.73.51).

L'ATELIER TOUCHER MASSAGE

La relation parents/bébé se construit par le toucher, par la voix, par l'odeur, par le contact sensoriel (peau à peau). Les séances de toucher-massage vous permettront de renforcer ces différents points.



L'ATELIER PORTAGE PHYSIOLOGIQUE

Le portage en écharpe est un moyen naturel, simple et respectueux de porter les bébés et les jeunes enfants.

Nous vous proposons de découvrir ce mode de portage au cours d'un atelier dans lequel vous aurez toutes les informations théoriques, techniques, où vous pourrez poser toutes vos questions et où vous pourrez essayer et tester par vous-même.

Vous pouvez venir avec votre écharpe si vous en possédez une.

Nous vous invitons à la mettre dans votre valise pour votre séjour à la maternité.



L'ATELIER RYTHME ET BESOINS

L'ensemble des soins dont votre bébé a besoin sera réalisé en respectant son rythme (sommeil, alimentation ...). Nous ne réveillons pas enfants pour la réalisation des soins ; il vous sera demandé de sonner dès que bébé se réveille.

Nous mettons également à votre disposition un **self petit-déjeuner** de 7h30 à 10h30 afin de permettre aux parents de se reposer.



EN ATTENDANT BEBE

La Maternité peut, en collaboration avec votre médecin traitant ou votre Sage-Femme libérale, vous accueillir pour la prise en charge de votre grossesse. Vous serez suivie pour les consultations prénatales et les échographies par un Gynécologue-Obstétricien ou par une Sage-Femme

Toutes les consultations se font sur rendez-vous ; sauf cas d'urgence (prise en charge 24h/24, ☎ 03.27.73.76.29) :

Contactez le Secrétariat au 03.27.73.73.59 de 8h à 17h. Vous pouvez également prendre rendez-vous avec le Dr Alrayes sur Doctolib, sur le site internet de l'établissement ou sur hellocare (téléconsultation)



En cas d'urgence présentez-vous aux urgences gynécologiques et obstétriques de la maternité (1^{er} étage).

LES CONSULTATIONS PRENATALES

Elles permettent de surveiller l'évolution de votre grossesse. Elles ont lieu tous les mois, ou tous les 15 jours selon les cas.

MON ENTRETIEN PRENATAL PRECOCE

Dès les premiers mois de votre grossesse, les professionnels de la naissance sont à votre écoute. L'entretien du 4^{ème} mois est un moment privilégié d'environ 45 mn pendant lequel vous pourrez poser toutes les questions qui vous préoccupent. Cet entretien vous est vivement conseillé, il est réalisé par une Sage-Femme de l'équipe.

LA CONSULTATION DE MATERNOLOGIE

La grossesse et la parentalité sont des périodes reconnues heureuses mais parfois chargées d'angoisses, d'inquiétudes et de douleurs morales pour lesquelles une équipe de maternologie, composée de pédopsychiatre et psychologue, est présente en Maternité. Cette équipe est à votre disposition, et ce, dès les premières consultations obstétricales.



LES ECHOGRAPHIES

Elles permettent :

- De confirmer la grossesse,
- De diagnostiquer une grossesse gémellaire,
- D'estimer la date de début de grossesse et la date probable de l'accouchement,
- De s'assurer de l'absence de malformations fœtales,
- D'estimer le poids et la croissance du bébé.

Le service dispose d'un nouvel échographe qui permet de réaliser des images en 3D et 4D.

Les échographies doivent être réalisées à des dates précises qu'il faut respecter :

1ère échographie → entre 12 et 13 semaines d'aménorrhée

2ème échographie → entre 22 et 24 semaines d'aménorrhée

3ème échographie → entre 32 et 34 semaines d'aménorrhée

Semaines d'aménorrhée
(Semaine d'absence de règles)
=
Semaines de grossesse + 15 jours



LA CONSULTATION PRE-ANESTHESIQUE

Obligatoire, cette consultation permet à l'Anesthésiste de compléter votre dossier au cas où vous souhaiteriez bénéficier d'une anesthésie péridurale ou si vous deviez être anesthésiée.

Elle doit être effectuée 1 mois avant votre accouchement (entre 6 et 4 semaines avant votre date de terme



POUR ETABLIR VOTRE DOSSIER ADMINISTRATIF

Nous avons besoin de :

- ⇒ Votre Carte d'identité
- ⇒ Votre Carte Vitale et son attestation
- ⇒ Votre Carte Mutuelle ou l'attestation CMU
- ⇒ Votre livret de famille ou certificat de reconnaissance anticipée
- ⇒ Les documents délivrés par la Sécurité Sociale
- ⇒ La feuille de l'examen médical prénatal



POUR UNE BONNE PREPARATION

La Maternité du Centre Hospitalier de Cambrai vous propose des consultations spécialisées (rdv auprès du secrétariat)



L'hypnose

Ces séances vous aideront à préparer la naissance, gérer le stress & la douleur

Par Christine, Sage-femme

L'acupuncture

Ces séances sont possibles pendant la grossesse, l'accouchement, en suite de couche... pour une prise en charge des nausées, vomissements, lombalgies, etc ...

Par Marion, Sage-femme



L'allaitement maternel, pourquoi pas moi ?

Puis-je allaiter ?
Comment bien préparer son allaitement ?

Toutes les questions que je me pose

Par Marie, Sage-femme

Le cours de préparation à la naissance

Elle comporte des informations sur la grossesse, l'accouchement, la respiration, la relaxation, ...

Par Romane, Sage-femme



La préparation en piscine

Réalisée par nos sages-femmes à la piscine les Ondines de Cambrai le samedi matin

Par Marie, Romane & Eugénie, Sages-femmes



Le portage physiologique

Cet atelier vous permettra de découvrir les différentes écharpes et leurs nouages, les bienfaits et les avantages du portage

Par Céline & Bernadette, Auxiliaires de puériculture

L'atelier toucher-massage

Une séance d'une heure afin d'apprendre, avant la naissance, à masser votre futur enfant

Par Nadège, Nathalie, Anaïs & Béatrice, Auxiliaires de puériculture





Atelier information rythme et besoins du nouveau-né

Ces séances permettront d'apporter des réponses à vos questions

*Par Nadège & Béatrice,
Auxiliaires de puériculture et
Marie, Sage-femme*

Atelier perturbateurs endocriniens

Par Marie, Sage-femme



Les futurs papas y sont les bienvenus.

Pour de plus amples informations ou afin de vous inscrire aux cours et ateliers, veuillez-vous rapprocher l'infirmière des consultations :

03.27.73.71.95.

QUAND BEBE S'ANNONCE

EN URGENCE

Une équipe médicale est présente 24h/24 et vous prendra en charge en cas de :

- * Saignements
- * Fièvre (à partir de 38°)
- * Douleurs abdominales inhabituelles surtout avant le 8ème mois
- * Perte de liquide
- * Diminution des mouvements de bébé
- * Contractions utérines
- * **En cas d'inquiétude de n'importe quel ordre.**



Si vous devez venir à la maternité la nuit, suivez la signalétique extérieure « Urgences Maternité ».

Vous entrerez par l'entrée latérale de l'établissement grâce à l'interphone « urgences Maternité ».



LE JOUR DE VOTRE TERME

Vous vous présentez **le matin** (vers 8h30/9h) à la Maternité, dans le secteur « Urgences Maternité ». Vous serez prise en charge par la Sage-Femme du Bloc obstétricale (votre rendez-vous est déjà prévu et planifier par l'équipe)



LA SALLE DE NAISSANCE

Projet de naissance:

Au cours de votre grossesse l'équipe de la maternité vous proposera de rédiger un projet de naissance. Ce document permet aux futurs parents de réfléchir à la façon dont ils veulent accueillir leur enfant et de pouvoir en parler plus facilement avec l'équipe qui les accompagnera en salle de naissance.

La salle nature

Une salle d'accouchement spécialement aménagée pour permettre aux futurs parents d'accueillir leur enfant dans le calme et la sérénité comme à la maison mais avec la sécurité d'un personnel hospitalier spécialement formé. La future maman ne souhaitant pas de péridurale peut déambuler, prendre un bain, faire du ballon, accoucher dans la position qu'elle souhaite, elle est totalement maîtresse de son accouchement.



LES SUITES PARENTALES

Notre maternité dispose de **3 suites parentales « CALM »** (Comme A La Maison).

Ces **chambres spacieuses** sont joliment décorées et permettent aux conjoints de **profiter pleinement ensemble des premiers jours de bébé en toute intimité.**

Le lit 2 places est médicalisé, équipé d'une potence, dispose de deux matelas séparés ; ce qui permettra au second parent de passer une agréable nuit dans **un endroit cosy et sécuritaire.**

Famille et amis pourront être reçus comme il se doit grâce **au salon convivial et au plateau de courtoisie fourni.**

Un self-petit déjeuner situé dans le service est à disposition de la famille tous les matins.



L'ALLAITEMENT MATERNEL

Vais-je avoir assez de lait ? Mon lait sera-t-il bon ? Puis-je allaiter des jumeaux ?

Combien de temps puis-je allaiter ? Et si je prends des médicaments, est-ce possible ? ...

Et si mon bébé naît prématurément, comment faire ?

Si vous souhaitez découvrir ce qu'est l'allaitement maternel et ses bienfaits, trouver des réponses à vos attentes, le personnel du service, vous proposent de participer aux **réunions** organisées une fois par mois à la Maternité. L'inscription se fait auprès de l'infirmière des consultations au 03.27.73.71.95



Il est également à votre écoute :

- par téléphone si vous ne pouvez pas vous déplacer,
- dans le service si vous souhaitez les rencontrer au cours d'une de vos visites prénatales ou post-natales.
- Lors d'un rendez-vous avec notre conseillère en lactation avant ou après votre accouchement.

LA CHARTE D'ACCUEIL DU NOUVEAU NE ET DE SA FAMILLE



Toute l'équipe de la maternité s'est engagée dans une démarche de qualité afin d'assurer l'accueil, le confort et le bien-être du nouveau-né et de sa famille.

L'ensemble du personnel a donc bénéficié de formations adaptées pour vous accompagner au mieux.

L'allaitement maternel étant recommandé pour ses bienfaits, aussi bien pour la maman que le bébé, des ateliers sur l'allaitement et sur les rythmes et besoins du nouveau-né, vous sont proposés tous les mois. Ces derniers ont pour but de vous aider à suivre les recommandations de l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé), à savoir : un allaitement maternel exclusif jusque 6 mois et sa poursuite après la diversification jusqu'au moins 2 ans.

Pendant le travail et l'accouchement vos souhaits sont sollicités et entendus par le biais de votre projet de naissance et dans la mesure du possible respectés. Vous avez la possibilité d'accoucher dans la salle nature si vous le souhaitez.

À la naissance, votre enfant sera installé en peau à peau, afin de favoriser votre découverte mutuelle, il restera ainsi aussi longtemps que vous le souhaitez et vous pourrez dans le service et au retour à la maison recommencer autant de fois que vous le désirez.

Que vous allaitiez ou non, votre choix est respecté et nous vous donnerons tous les conseils indispensables à la bonne pratique d'une alimentation à l'éveil, c'est-à-dire quand votre enfant est prêt à se nourrir.

Lorsque votre enfant est nourri au sein, votre lait est suffisant, aucun complément n'est nécessaire sauf pour raison médicale. Les tétines ou sucettes ne sont pas recommandées, elles risquent de perturber ses repères.

Si votre enfant devait séjourner dans un service de pédiatrie, nous vous aiderons à entretenir la lactation.

Etre avec votre bébé 24h/24 est essentiel pour son confort et son bien-être, votre partenaire est invité à partager tous ces moments de complicité, s'il le souhaite, à n'importe quelle étape du séjour.

Il est important de se sentir soutenue pendant la grossesse ainsi qu'au retour à la maison. Les coordonnées de la PMN et de groupes de soutien vous seront communiquées. Vous pouvez évidemment nous contacter nuit et jour par téléphone si vous avez besoin d'écoute et de conseils.

L'équipe de la maternité s'engage à refuser toute promotion pour les substituts de lait maternel et ainsi vous protège des pressions commerciales en respectant le Code Internationale des commercialisations des substituts de laits maternel (dit Code OMS).

POUR LE GRAND JOUR

POUR LE JOUR DE L'ACCOUCHEMENT

Pensez à vous munir des documents administratifs et médicaux :

- ⇒ Attestation Carte Vitale
- ⇒ Carte de Mutuelle, Attestation CMU
- ⇒ Livret famille ou carte d'identité
- ⇒ L'imprimé remis lors de la consultation pré-anesthésique
- ⇒ La liste des médicaments qui vous ont été prescrits
- ⇒ La liste des médicaments auxquels vous êtes allergique



Préparez un petit sac pour votre arrivée en salle de naissance

- * Un body manches longues en coton (hiver comme été)
- * Une brassière en laine
- * Un pyjama épais
- * Une paire de chaussettes
- * Un bonnet
- * La couverture de bébé
- * CD ou clé USB avec votre musique (toutes les salles d'accouchement sont équipées d'un poste)
- * Une tenue confortable par exemple un pyjama pour maman pour le retour en chambre

Pensez à prendre un brumisateur pour votre confort !

VOTRE SEJOUR

ETAT CIVIL

A la sortie de la salle d'accouchement, la Sage-Femme vous remettra le document nécessaire à la déclaration de naissance de votre enfant.

Vous avez **5 jours** pour faire la déclaration à la Mairie de Cambrai où le bureau de l'État Civil est ouvert :

- du lundi au jeudi : 8h30 - 12h30 / 13h30 - 17h30
- le vendredi : 8h30 - 12h30 / 13h30 - 16h30
- le samedi : 9h – 12h

LE PRADO (Programme de Retour Accompagné à Domicile)

C'est la possibilité pour les jeunes mamans de bénéficier de 2 visites (minimum) à domicile par une sage-femme libérale ou de PMI dans les 11 premiers jours de vie de l'enfant, entièrement prises en charge par la CPAM. La sage-femme s'assurera de votre bonne santé et de celle de bébé (notamment en le pesant) et répondra aux diverses questions qui ont pu apparaître depuis la sortie de maternité. Lors de votre séjour en maternité une liste de sages-femmes vous est remise et c'est à vous de les contacter, avant votre sortie, afin de convenir d'un premier rendez-vous avec elle.

VOTRE SORTIE

Elle sera **fixée par les gynécologues obstétriciens et les pédiatres** et aura lieu après leur visite. Prévoir une tenue adaptée à la saison pour votre bébé ! Avant votre départ, la sage-femme et l'auxiliaire de puériculture vous remettront les ordonnances, le carnet de santé de votre enfant, la lettre pour votre médecin traitant et vous donneront les derniers conseils. Votre sortie administrative s'effectuera au secrétariat.

Un contact téléphonique est toujours possible avec un membre de l'équipe si vous rencontrez des difficultés (☎ 03.61.54.14.35 ou ✉ : sf.mater@ch-cambrai.fr). Nous serions heureux que vous remplissiez le **questionnaire** qui vous a été remis à l'entrée, ceci pour améliorer, le cas échéant, notre prestation.

POUR LA DUREE DU SEJOUR

LA VALISE DE MAMAN

- Nécessaire de toilette (gants, serviettes, savon ou gel douche, brosse à dents),
- 2 Chemises de nuit ou pyjamas,
- Une paire de chaussons,
- Un paquet de serviettes périodiques,
- Votre écharpe de portage,
- 1 lot de culottes à usage unique.

POUR L'ALLAITEMENT MATERNEL

- Un soutien-gorge d'allaitement sans armature si vous souhaitez allaiter (prévoir une taille supérieure à celle de votre fin de grossesse)
- Un coussin d'allaitement,
- Des coussinets absorbants.

LE TROUSSEAU DE BEBE

- 6 bodies avec manches longues,
- 3 brassières en laine,
- 6 pyjamas,
- 5 vêtements (1 tenue par jour),
- 6 paires de chaussettes,
- 1 paire de moufls,
- 5 bavoirs,
- 1 turbulette ou gigoteuse ou nid d'ange,
- 1 couverture
- 2 bonnets,
- 3 serviettes de toilette + 4 gants de toilette,



- 1 thermomètre bébé
- 1 peigne ou une brosse,
- Liniment et carrés de coton ou gants de toilette et savon adapté à bébé (gel lavant doux),
- 1 paquet de couches,
- 1 thermomètre de bain,
- 1 lange de minimum 90 X 90cm (si vous souhaitez un bain enveloppé)

Pensez à adapter le trousseau à la saison

POUR LA SORTIE

- 1 coque ou une nacelle pour installer bébé dans la voiture,
- 1 manteau / combinaison pilote pour l'hiver



QUELQUES INFORMATIONS UTILES

PERSONNE DE CONFIANCE

Pendant votre séjour, il vous est possible de désigner une personne de votre entourage, en qui vous avez toute confiance, pour vous aider dans les décisions que vous pourriez être amenée à prendre pendant votre hospitalisation. Cette personne, que l'hôpital reconnaîtra comme votre « personne de confiance », pourra, si vous en faites la demande, assister aux entretiens médicaux.

Tous renseignements sur les modalités de désignation de cette personne peuvent vous être fournis par l'équipe soignante.

CHAMBRES PARTICULIERES

Les chambres du service sont toutes des chambres particulières. Elles font l'objet d'une contribution qui est généralement prise en charge par votre mutuelle.



CAFETERIA-PRESSE

Dans le hall d'accueil de l'hôpital, se trouve la cafétéria, vous pouvez vous procurer boissons, sandwiches, pâtisseries, revues, magazines, produits de première nécessité, cadeaux. La cafétéria est ouverte du lundi au vendredi de 8h30 à 18h30 et de 9h à 18h30 les week-ends et jours fériés.

Des distributeurs de boissons sont mis à votre disposition au rez-de-chaussée, face aux ascenseurs.



TELEPHONE - TELEVISION

Vous devez vous rapprocher de la cafétéria située dans le hall d'accueil de l'établissement afin de demander l'accès au Terminal Multi-Média (TMM). L'écran tactile, placé au lit du patient, permet d'accéder facilement aux services de télévision, téléphone, internet ainsi qu'aux jeux et à la radio. Un fascicule d'utilisation vous sera remis lors de votre location.

Pour toute information complémentaire et/ou démonstration du système, l'équipe de la cafétéria est à votre disposition.

Enfin, dès que vous êtes dans l'enceinte de l'établissement, en raison des risques de perturbation des dispositifs médicaux, nous vous demandons de mettre **votre téléphone portable en position « arrêt »**.



STATIONNEMENT – DEPOSE MINUTE

L'établissement est desservi par la Navette gratuite de la Ville de Cambrai.

Une zone de « dépose minute » est à votre disposition à l'entrée de l'établissement. Un parking payant est situé à proximité de l'entrée de l'établissement. Il vous est conseillé de ne rien laisser dans votre véhicule ; l'établissement décline toute responsabilité en cas de vol ou de détérioration.



COURRIER

Votre courrier affranchi au tarif en vigueur peut être expédié plusieurs fois par jour. Une boîte aux lettres est à votre disposition au secrétariat de la Maternité.

VISITES

Elles sont autorisées de **13h à 19h30**

* Les papas sont admis dans le service 24h/24.

L'accès des enfants est autorisé à condition qu'ils restent dans les chambres ou soient accompagnés d'un adulte lors de leur circulation dans les couloirs.

RESTAURATION

Chaque jour, différents menus vous sont proposés. Ceux-ci sont préparés dans des conditions d'hygiène très strictes.

Un self petit déjeuner est à votre disposition 7h30 à 10h30. Il permet de respecter le rythme des parents et de bébé.



Le déjeuner est servi entre 12h et 13h.

Le dîner est servi entre 18h et 19h.

Des tickets repas accompagnant peuvent être achetés :

- au bureau des admissions pendant ses heures d'ouverture
- à l'accueil de l'hôpital (rez-de-chaussée) du lundi au vendredi de 8h30 à 18h30 et les jours fériés de 9h à 18h30.

Veillez remettre votre ticket au personnel du service avant 10h pour le déjeuner et avant 15h pour le dîner.

DEPOT DE VALEURS

Un coffre personnel est à votre disposition dans votre chambre. Un inventaire est possible sur demande. Le Centre Hospitalier ne peut toutefois pas être tenu responsable de la perte, du vol ou de la détérioration d'objets qui n'ont pas été déposés au coffre de l'établissement (récupération des objets uniquement en semaine durant les heures ouvrables). Nous vous recommandons vivement que les sommes d'argent, titres et valeurs, chèquiers et carte de crédit soient rendus à votre famille ou déposés dans le coffre-fort de l'établissement. Le bureau des admissions et l'équipe soignante vous apporteront tout renseignement complémentaire.

Le Centre Hospitalier de Cambrai ne peut être tenu responsable de la perte, du vol ou de la détérioration d'objets qui n'ont pas été déposés au coffre de l'établissement.

AGENDA – RENDEZ-VOUS

Mon accouchement est prévu le :

Ma 1^{ère} échographie est prévue le : à

Mes consultations pré-natales sont prévues :

Le à Pour la visite du 3^{ème} mois

Le à Pour la visite du 4^{ème} mois

Ma 2^{ème} échographie est prévue le : à

Mes consultations pré-natales sont prévues :

Le à Pour la visite du 5^{ème} mois

Le à Pour la visite du 6^{ème} mois

Ma 3^{ème} échographie est prévue le : à

Mes consultations pré-natales sont prévues :

Le à Pour la visite du 7^{ème} mois

Le à Pour la visite du 8^{ème} mois

Le à Pour la visite du 9^{ème} mois

Autre échographies programmées le : à

..... à

Mon rendez-vous d'anesthésie est prévu le à

Mes rendez-vous de prélèvements sont prévus le à

..... à

Mes cours de préparation à l'accouchement :

Le à

Le à

Le à

Mon atelier toucher massage :

Le à

Mon atelier portage :

Le à

Mon atelier rythme et besoins de nouveau-né :

Le à

Mon atelier allaitement :

Le à

Mon atelier salle nature :

Le à

Ma séance d'hypnose :

Le à

Ma séance d'acupuncture :

Le à

APRES L'ACCOUCHEMENT

Visites Post-partum (6 à 8 semaines après l'accouchement)

Avec le gynécologue de votre choix :

Le à

Réducation périnéale (2 à 3 mois après l'accouchement si besoin)

Vous pouvez prendre rendez-vous auprès du secrétariat.

Reprise d'une contraception

En parler avec votre gynécologue avant votre sortie.

Numéros de téléphones utiles :

Secrétariat Maternité : ☎ 03.27.73.73.59 / 📠 03.27.73.76.50

Infirmière Consultations : 03.27.73.71.95

Sage-Femme de garde : ☎ 03.27.73.76.29

Secteur hospitalisation : ☎ 03.61.54.14.35

Si vous estimez être victime d'un dommage ou souhaitez tout simplement vous exprimer sur les conditions de votre séjour à la Maternité, la personne chargée des relations avec les usagers est à votre écoute. Vous pouvez la contacter au 03.27.73.76.70.

Tous renseignements nécessaires concernant la procédure à suivre selon votre situation pourront être délivrés : courrier adressé au Directeur, saisine de la Commission des Usagers ou encore de la Commission Régionale de Conciliation et d'Indemnisation.

ENQUETE E-SATIS

Afin d'améliorer la **qualité des services et des soins** offerts aux patients, notre établissement participe à la **démarche nationale de satisfaction** des patients hospitalisés : **E-Satis**.

**Merci de communiquer votre adresse mail
au bureau des Admissions**

Votre adresse mail ne sera pas communiquée à des tiers

OBJECTIFS ?

- **Recueillir votre opinion** sur votre hospitalisation (accueil, prise en charge, repas, confort, organisation de la sortie).
- **Améliorer la qualité** de nos services aux patients et **mieux répondre à vos attentes**.
- Alimenter un **indicateur national** de satisfaction des patients hospitalisés.

COMMENT ?

2 semaines après votre sortie, si vous êtes tirés au sort, vous serez invités par **mail** à remplir le **questionnaire E-satis en ligne**.

Il vous suffira de **cliquer sur le lien** pour **répondre au questionnaire**.

Ce questionnaire est **anonyme** et ne vous prendra que **quelques minutes**.

Attention

Enquête **valable 10 semaines, non obligatoire**

Pour tout problème de connexion ou toute demande de renseignement, utilisez ce n° vert : 0800 944 955

**Le Centre Hospitalier de Cambrai
vous remercie de votre visite**



PLA GYN 013 R 15 / 09-2023