



- Pour obtenir des informations additionnelles
- Pour connaître les ressources
- Pour vous inscrire aux rencontres d'information prénatale

Communiquez avec votre CLSC

Fiche d'information **prénatale**

Plan de naissance

Bientôt le grand jour! Songez à rédiger un plan de naissance.

Le plan de naissance vous permet de :

- Réfléchir à vos craintes, au type de travail et d'accouchement que vous souhaitez vivre, aux méthodes de gestion de la douleur que vous souhaitez utiliser et à ce que vous voulez vivre après la naissance de votre bébé;
- Communiquer vos craintes et exprimer vos souhaits concernant le travail, l'accouchement et la période post-partum aux professionnels de la santé qui vous accompagneront lors de ces moments intenses.

Il est important de garder une ouverture puisque :

- L'on ne peut pas prévoir le déroulement de l'accouchement, car certains événements peuvent rendre votre plan de naissance inapplicable;
- Vous pourriez vous-même changer d'idée au cours de l'accouchement;
- Vos désirs ne seront pas nécessairement possibles.

N'oubliez pas :

- Le plan de naissance n'a pas de valeur légale, c'est un outil de communication;
- Soyez concis et respectueux;
- Parlez de votre plan de naissance avec votre médecin et remettez-lui une copie avant l'accouchement.

Sources :

1. INSPQ. *Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans, guide pratique pour les mères et les pères*, Les publications du Québec, 2013.
2. SOGC (2010). *Partir du bon pied : de la préconception à la naissance de votre bébé*, 4^e édition, Meilleur départ.

Centre hospitalier de Lanaudière

Plan de naissance

L'équipe du module Parents-enfant vous souhaite la bienvenue et vous remercie d'avoir choisi de vivre l'arrivée de votre petit trésor avec nous.

Afin que vous viviez une expérience heureuse et enrichissante, nous aimerions connaître vos attentes et vos choix concernant votre travail, votre accouchement, l'alimentation et les soins de votre nouveau-né. L'équipe du module fera tout ce qui est possible afin que vos demandes puissent être réalisées en fonction du contexte qui prévaut et/ou des réalités hospitalières.

Pour vous aider, voici quelques suggestions pour bâtir votre plan de naissance. Nous vous invitons à le compléter et, surtout, à **discuter de vos attentes avec votre médecin**. N'oubliez pas d'apporter ce plan lors de votre accouchement et de le remettre à l'infirmière dès votre arrivée au module parents-enfant.

Pour mieux satisfaire vos besoins et vos attentes



Accompagnement

Au Module parents-enfant, deux personnes peuvent accompagner la mère lors du travail et de l'accouchement.

Durant mon travail et lors de la naissance de mon bébé, j'aimerais être entourée des personnes suivantes :



Déroulement du travail *(Mobilisation, rasage, monitoring, alimentation, rupture des membranes, touchers vaginaux, lavement, procédures intraveineuses, etc.)*

Si ma condition médicale le permet, je souhaite : _____



Soulagement de la douleur

Mesures de soutien et de confort

J'aimerais bénéficier des mesures de soutien et de confort suivantes :

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Bain tourbillon | <input type="checkbox"/> Relaxation, visualisation |
| <input type="checkbox"/> Marche, changement de position | <input type="checkbox"/> Ballon thérapeutique |
| <input type="checkbox"/> Compresses chaudes ou froides | <input type="checkbox"/> Autres : _____ |

 **Utilisation d'analgésiques**

J'aimerais : Aucune analgésie Anesthésie locale (bloc honteux)
 Péridurale Médicaments
 Autres : _____

Précisions (au besoin) : _____

 **Déroulement de l'accouchement** *(Position, poussées, massage du périnée, épisiotomie, délivrance placentaire, etc.)*

J'aimerais : _____

 **Si une césarienne s'impose...** *(Accompagnement, anesthésie, contact peau à peau avec bébé, etc.)*

J'aimerais : _____

 **La naissance de bébé** *(Accueil du bébé, cordon, contact peau à peau, soins de base, etc.)*
Au Module parents-enfant, le contact peau à peau sans interruption est préconisé dès la naissance, et ce, pour une durée d'une heure.

À la naissance j'aimerais : _____

 **Allaitement maternel**
Considérant que l'allaitement est reconnu comme le meilleur mode d'alimentation pour le nouveau-né, le personnel du module parents-enfant adopte les pratiques visant à favoriser sa réussite, soit l'allaitement le plus tôt possible après la naissance, aucune tétine ou sucette, aucun supplément sans indication médicale, allaitement sur demande (8 à 12 fois/24 heures).

J'aimerais : _____

 **Séjour hospitalier** *(Portage, repos, contact peau à peau avec papa, etc.)*
Au module parents-enfant, le nouveau-né demeure dans la chambre avec ses parents (cohabitation 24h/24h) afin de permettre l'intégration immédiate du nouveau-né au sein de la cellule familiale, et ce, avec le soutien du personnel infirmier. Les visiteurs sont invités à respecter les heures de visites.

Lors de mon séjour, j'aimerais : _____

Signature de la mère : _____ Date : _____

Signature du conjoint (e) : _____ Date : _____

Signature du médecin : _____ Date : _____

Hôpital Pierre-Le Gardeur

Plan de naissance (plan d'accouchement)

« Entre ciel et terre, un petit être prend forme et se développe en vous. »

Lors de votre première visite chez votre médecin, il vous remettra le carnet de grossesse du Réseau Mère-Enfant-Famille dans lequel vous retrouverez le plan d'accouchement.

Vers la 30^e semaine de grossesse, complétez la section « Plan d'accouchement » pour mieux vous préparer à ce grand événement et discutez-en avec votre médecin et les autres intervenants.

Janvier 2018

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de Lanaudière

Québec 