

Témoignage

Déjà très tôt dans la grossesse, nous avons envisagé un accouchement ambulatoire pour notre premier bébé, à la condition que tout se déroule sans problème. Le fait qu'aucune complication ne se soit présentée a renforcé notre décision et nous avons confirmés dans mon opinion que la grossesse et l'accouchement ne sont pas des maladies.

Notre souhait pour un accouchement ambulatoire a été commenté de manière très sceptique par notre entourage, par ma propre mère entre autres: «Un accouchement ambulatoire pour un premier enfant, quelle idée ! On est encore désorientée à ce moment et on a besoin de l'aide de la clinique pour s'occuper de l'enfant convenablement. De plus, la femme se sent bien trop affaiblie après la naissance pour être à la hauteur avec un nourrisson». Nous ne nous sommes pas laissés déconcerter, et nous avons trouvé le soutien nécessaire auprès de notre médecin et du cours de préparation à l'accouchement. Nous sommes entrés en contact avec notre sage-femme quelque semaines avant l'accouchement dans le cadre d'une consultation personnelle. Cet accompagnement par une personne en qui nous avons confiance nous a rassurés. Mike a en outre pris un congé de trois semaines afin de pouvoir s'occuper du bébé, de moi-même, et du foyer.

Jan est né à 4 heures du matin. Après un petit repos à trois en salle d'accouchement, nous avons été transférés dans une chambre où nous fûmes confrontés aux routines hospitalières qui n'ont pas favorisé le repos dont nous avons besoin après deux nuits sans sommeil. À midi, nous étions déjà à la maison, nous nous sommes couchés tous les trois et nous avons profité du calme et de notre bonheur.

Grâce au soutien de notre sage-femme, nous avons rapidement gagné de l'expérience et de l'assurance, que ce soit en matière d'allaitement maternel ou de soins au bébé. Nous avons pu trouver auprès d'elle les informations précises dont nous avons besoin. Et aucun signe de baby-blues!

Nous avons vécu l'accouchement ambulatoire comme un événement très beau et nous le recommandons vivement, surtout si le partenaire peut consacrer du temps à sa jeune famille. Ce qui nous paraît important, pour la mère comme pour le père, c'est d'avoir confiance en soi-même et de ne pas avoir peur des nouvelles tâches qui se présentent après la naissance.

Mike et Christa

Adresses utiles

INITIATIV LIEWENSUFANK

Centre de consultation (grossesse, accouchement, allaitement et parentage)

20 rue de Contern, L-5955 Itzig

☎ 36 05 98

www.liewensufank.lu

email: sekretariat@liewensufank.lu

ASSOCIATION LUXEMBOURGEOISE DES SAGES - FEMMES

c/o Martine Welter ☎ 32 50 07



S U

L'ACCOUCHEMENT AMBULANT



La naissance à l'hôpital,
suites de couches à la maison



**Initiativ
Liewensufank**

Centre de consultation (grossesse, accouchement, allaitement et parentage)

20 rue de Contern • L-5955 Itzig • ☎ 36 05 98 • Fax 36 61 34

Salles des cours à Itzig, Grosbous, Dudelange, Belvaux et Larochette

Un nombre croissant de futurs parents sont à la recherche d'alternatives à la naissance classique en clinique suivie d'un séjour dans le service de maternité.
Une possibilité intéressante leur est offerte par l'accouchement ambulat.

L'accouchement ambulat ?

On parle d'accouchement ambulat lorsque après un accouchement en clinique, la sortie de la maternité a lieu, pour les parents et l'enfant, entre le jour de la naissance et le quatrième jour.

Si des complications surviennent pendant ou après l'accouchement, la mère est assurée de pouvoir rester à la clinique, une chambre lui est alors garantie.



L'accouchement ambulat peut avoir des avantages pour la jeune famille:

- Après la naissance, les suites de couche se passent ensemble, dans l'intimité et à l'abri d'un milieu familial
- pas de routines hospitalières pour le bébé, la mère, le père ou la fratrie
- un accompagnement approfondi et personnel par une sage-femme, souvent connue dès avant la naissance
- bon démarrage de l'allaitement maternel
- promotion de la compétence du couple dans leur rôle parental
- pour le père et la mère, facilitation de l'apprentissage de la vie avec le bébé et du parentage.

Les soins de suites de couches

- Visites régulières à domicile par la sage-femme, jusqu'à dix jours après la naissance
- Contrôle de l'involution utérine et de l'état de santé de la mère et du bébé
- Informations sur l'allaitement maternel et les soins du bébé
- Soins et conseils attentionnés lors de cette première phase sensible après la naissance.

Accouchement ambulatoire en pratique

Votre gynécologue doit être informé de votre intention.

Un pédiatre assure le premier examen du nouveau-né, généralement en clinique jusqu'à 48 heures après la naissance. Pour le deuxième examen entre le cinquième et le dixième jour après la naissance, vous fixez un rendez-vous en consultation ou chez vous.

Le test sanguin (test de Guthrie), prévu le troisième jour après la naissance, est assuré par la sage-femme qui est en charge des suites de couches.

Vous pouvez, si possible avant la naissance déjà, prendre contact avec une sage-femme indépendante. Une consul-

tation par la sage-femme pendant la grossesse est remboursée par la caisse de maladie. Une liste des sages-femmes indépendantes peut être consultée à notre service de consultation, auprès de l'association des sages-femmes, dans les salles d'accouchement ou chez les gynécologues.

Plusieurs personnes peuvent en outre contribuer à un encadrement bienveillant de la mère et du bébé: le partenaire, des membres de la famille, des amis. Vous pouvez aussi faire appel au service d'une Doula qui accompagne et soutient la jeune famille à domicile. Cet encadrement favorisera la réduction du stress des suites de couches.

Votre caisse de maladie prend en charge les coûts pour la clinique, le médecin et la sage-femme en suite de couches ainsi que les coûts annexes. Depuis 1997, le législateur accorde à une femme qui quitte la maternité jusqu'au quatrième jour après la naissance, de bénéficier de l'assistance d'une sage-femme jusqu'au dixième jour après la naissance.