MATÉRIEL À RÉUNIR AVANT LA NAISSANCE

- ☐ 15-20 débarbouillettes*
- ☐ 5 serviettes à main*
- ☐ 3 grandes serviettes de bain*
- ☐ 5 draps de flanelle pour bébé*
- ☐ Un grand drap ou couverture (flanelle ou autre)*
- ☐ Marteau et 2 clous pouvant soutenir environ 1 kg ou patère
- ☐ 3 grands bols (cul-de-poule)
- ☐ 1 contenant de 2 litres avec couvercle (type pot crème glacée Coaticook – pour votre placenta)
- ☐ Environ 20 piqués jetables
- ☐ 3 grands sacs de poubelle et 2 grandes poubelles ou paniers à linge
- ☐ Extension électrique à 3 fiches
- ☐ Miroir à main
- ☐ Pailles
- ☐ Pyjamas, couches et chapeau de bébé
- ☐ Serviettes sanitaires ou couches pour adultes;
- ☐ Antidouleur : Ibuprofène 200-400mg mg et Acétaminophène 325 mg;
- ☐ Serviette sanitaire mouillées ou trempées dans l'eau d'hammamélis et mises au congélateur ou Tucks
- ☐ Carte d'assurance maladie et d'hôpital
- ☐ Un double de clé de votre maison, si vous le désirez, afin qu'un.e sage-femme/ aide-natale puisse faire le ménage advenant un transfert
- ☐ Bouillotte ou sac magique (optionnel)
- ☐ Huile pour massage (optionnel)

- ☐ Valise avec nécessaire pour 24h en cas de transfert à l'hôpital. Voir :

https://naitreetgrandir.com/fr/grossesse/accouchement/grossesse-accouchement-que-faut-il-apporter-au-lieu-de-naissance/

*Peuvent rester tachés

AUTRES PRÉPARATIFS

• Préparer adéquatement le lit :

1. Mettre un drap contour propre
2. Recouvrir le matelas et aux moins deux oreillers d'un plastique étanche (une housse imperméable ou un à deux rideau(x) de douche épinglé(s) au matelas/rejoint par du duct tape).
3. Recouvrir d'un ensemble de literie pouvant être souillé

• Le numéro de porte doit être éclairé et clairement visible du chemin.
• Les entrées et corridors menant à la pièce où se déroule l'accouchement doivent être dégagés de tout objet encombrant et de neige.
• S'assurer qu'une luminosité et qu'un chauffage adéquat sont disponibles dans la pièce dédiée
• Préparer des collations et des breuvages simples pour vous et les sages-femmes (du café si possible)
• Préparer de la musique, des chandelles, de l'aromathérapie ou tout autre accessoire pour créer votre ambiance idéale d'accouchement

Kamouraska, Rivière-du-Loup, Témiscouata et Les Basques :	418 867-2642 POSTE 67140
Maison de Naissance Colette-Julien	418 775-3636

Suivez la pageFacebook du Comité de parents de la Maison des naissances Colette-Julien et du Comité de parents du Service sage-femme du KRTB

LES SERVICES SAGES-FEMMES
DU BAS-SAINT-LAURENT

Feuillet informatif
Comment préparer l'accouchement à domicile

Centre intégré de santé et de services sociaux du Bas-Saint-Laurent
Québec

LE DÉROULEMENT ET LE SUIVI

Votre sage-femme viendra visiter votre domicile lors du troisième trimestre. Il.elle prendra connaissance des lieux et s'assurera que l'endroit que vous avez choisi pour l'accouchement est conforme aux règles de sécurité. Il.elle vérifiera notamment que la pièce désignée pour la naissance est accessible aux ambulancier.ère.s en cas de transfert et vous fera d'autres propositions si ce n'est pas le cas. Il.elle pourra aussi évaluer avec vous la sécurité d'une naissance dans l'eau selon la configuration de votre salle de bain. Cette visite est aussi le moment pour vous de remettre au.à la sage-femme le formulaire Consentement pour l'accouchement à domicile si ce n'est pas déjà fait.

Votre sage-femme vous remettra des bacs scellés qui contiennent certains articles dont il.elle aura besoin lors de l'accouchement. Il faudra les mettre hors de la portée des enfants. Votre sage-femme vous remettra aussi un médicament qu'il faut garder au réfrigérateur en tout temps. Nous vous demandons de préparer le matériel décrit à la page suivante et de le rassembler près des bacs avant votre 37e semaine de grossesse.

La journée de votre accouchement, deux sages-femmes ainsi que'un.e aide-antale se déplaceront à votre domicile. Un.e étudiant.e. sage-femme pourrait aussi être présent.e avec votre consentement. S'il advient qu'il y a plusieurs accouchements simultanés lors de la journée de votre accouchement, le.la sage-femme devra vous demander de vous déplacer à la maison des naissances ou au centre hospitalier. Soyez donc prêt.e.s à faire garder vos enfants en tout temps et préparez une petite valise avec quelques effets personnels pour le bébé et vous. Celle-ci sera aussi pratique en cas de transfert à l'hôpital.

Votre sage-femme restera à domicile pour 3 à 5 heures suivant l'accouchement. Le.la sage-femme effectuera deux à trois visites au cours de la première semaine postnatale, dont la première aura lieu de 12 à 24 heures suivant la naissance. Votre sage-femme reste disponible sur son téléphone de garde en tout temps en cas de questionnements ou d'inquiétudse. Selon les disponibilité, il est possible de vous assigner un.e aide-natale pour une ou deux période(s) de 4 heures afin de vous assister.

Afin de vous sentir prêt.e.s à assurer le bien-être de votre nouveau-né et de vous-même lors de votre retour à la maison, nous vous recommandons la lecture du guide Mieux vivre avec notre enfant de la naissance à deux ans, aussi disponible sur le site : www.inspq.qc.ca/mieuxvivre.