



BIENVENUE

À LA

MATERNITÉ D'EAUBONNE

Numéros utiles

SECRÉTARIAT CONSULTATIONS 01.34.06.61.80

FAX 01.34.06.61.85

EXPLORATIONS FONCTIONNELLES (MONITORINGS) 01.34.06.60.00

POSTE 54.13 OU 69.04

SECRETARIAT ANAE (FILIERE PHYSIOLOGIQUE) 01.34.06.69.17

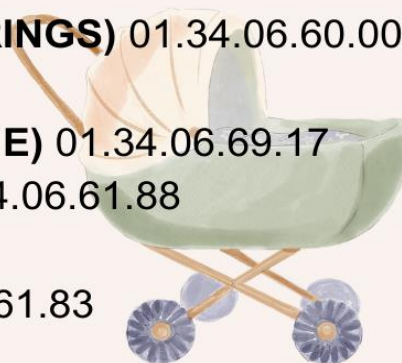
SECRETARIAT DIAGNOSTIC ANTENATAL 01.34.06.61.88

URGENCES OBSTETRIQUES 01.34.06.69.15

SECRÉTARIAT SUITES DE COUCHES 01.34.06.61.83

SERVICE SOCIAL 01.34.06.63.13

PSYCHOLOGUE 01.34.06.60.00 POSTE 75.87



**HÔPITAL
SIMONE VEIL**

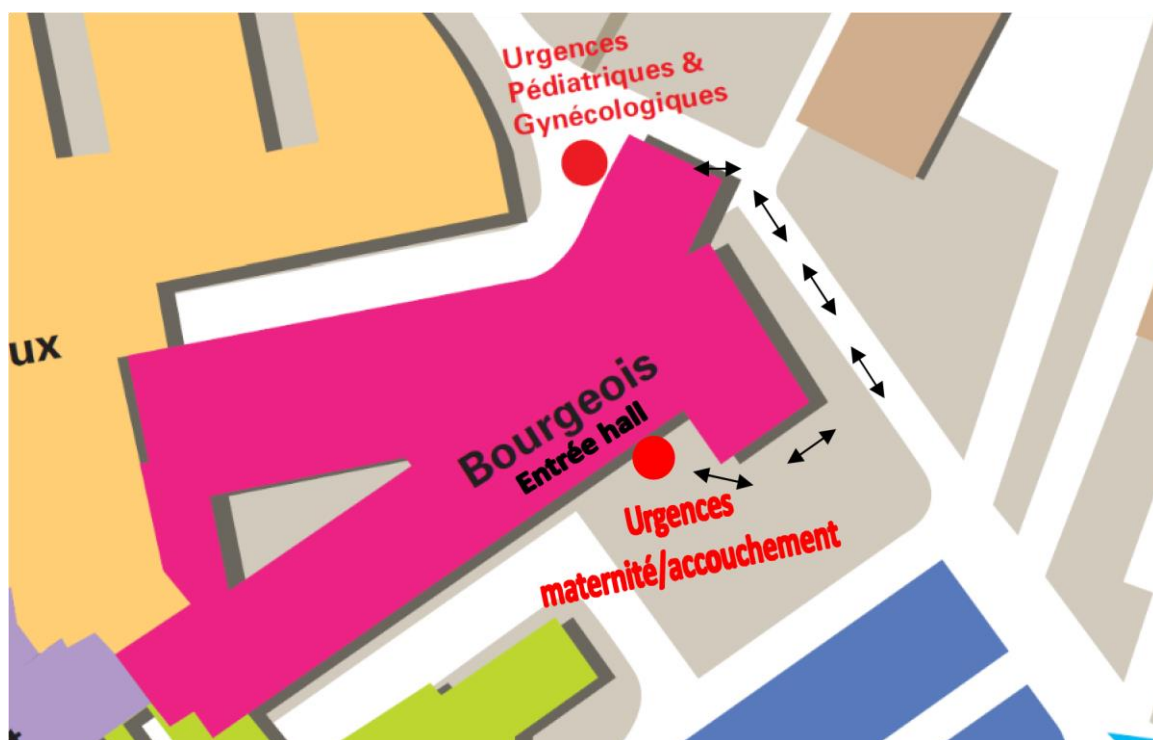
GROUPEMENT HOSPITALIER
EAUBONNE-MONTMORENCY

urgences maternité / accouchement

Du lundi au vendredi de 08h00 à 20h00, l'accès aux
URGENCES MATERNITE/ACCOUCHEMENT
se fait par

Le hall d'entrée du bâtiment BOURGEOIS
puis ascenseurs – 1^{er} étage / Bloc obstétrical

En **dehors des heures d'ouverture** du bâtiment Elisabeth
Bourgeois, l'accès aux urgences maternité/accouchement se fait
par les **urgences pédiatriques & gynécologiques**.



Votre enfant auprès de vous en salle de naissance...

L'accueil de votre bébé en salle de naissance doit se faire dans le respect de vos besoins physiologiques et émotionnels ainsi que ceux de votre enfant, tout en respectant les règles de sécurité nécessaires. Vous resterez en surveillance sur un temps minimum de 2 heures après l'accouchement en salle de naissance.

A la naissance

Il est essentiel, pendant cette période d'adaptation à la vie extra utérine, de pratiquer une bonne évaluation initiale et de surveiller attentivement et très régulièrement son état clinique :

(Passages répétés des soignants : sages-femmes, aides-soignantes ou auxiliaires de puériculture et infirmières)

- Efficacité de la fonction respiratoire et cardiovasculaire : mouvements respiratoires amples et réguliers, coloration rose
- Bon comportement neurologique : cri vigoureux, bonne réactivité, bonne vigilance, bonne motricité

Certains gestes ou traitements seront immédiats ou différés selon cette évaluation faite par la sage-femme.

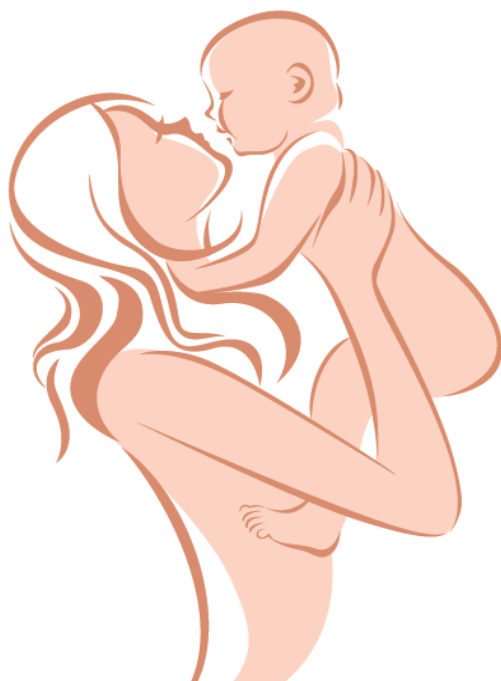
Surveillance en salle de naissance (maman et nouveau-né)

1. Vous souhaitez prendre votre enfant contre vous pour le câliner ou pour l'allaiter : ceci se fera avec l'aide d'un soignant qui vérifiera la bonne position de l'enfant et son état clinique : Vous serez installée en position semi assise, barrières du lit relevées, et votre enfant installé ventre à ventre, voies respiratoires bien dégagées (le nouveau-né ne peut respirer que par le nez, il ne sait pas respirer par la bouche) Si votre enfant s'endort, il doit toujours être réactif et avoir un certain tonus : lui toucher la main ou une caresse doit le faire doucement réagir.
2. Vous souhaitez vous reposer : votre enfant sera couché dans son berceau, près de vous, sur le dos, dans une gigoteuse (pas de couverture). N'hésitez pas à nous prévenir lors du départ de votre conjoint et de solliciter en cas de besoin l'équipe soignante.
3. Vous souhaitez avoir votre enfant sur vous en peau à peau : En présence d'un soignant, des précautions d'installation doivent être prises :
 - Vous serez en position demi-assise, barrières du lit relevées
 - Votre enfant sera installé la tête bien orientée sur le côté afin que son nez soit bien dégagé, son visage est en permanence visible. Sa couleur, sa respiration, son comportement et sa réactivité feront l'objet d'une surveillance renforcée. Ne pas oublier de le maintenir au chaud avec l'aide d'un tissu chaud et d'un bonnet.

Ceci ne pourra donc se faire que sur un temps limité et en fonction de la disponibilité des soignants et de votre état de fatigue pour votre sécurité et celle de votre enfant.

SORTIE DE MATERNITÉ....

... BIEN PRÉPARER VOTRE RETOUR A LA MAISON



Service de suites de couches :

- IDE puéricultrice : 01.34.06.69.12
- Sage-femme : 01.34.06.69.10
- Secrétariat : 01.34.06.61.83

Ce document d'information a pour objectif de vous aider à anticiper votre sortie de maternité en préparant votre retour à domicile.

Il vous informe sur les différentes possibilités d'organisation de votre sortie et de suivi pour vous et votre bébé après votre retour à domicile.



- ***Avant votre accouchement :***

Si vous et votre bébé êtes en bonne santé, votre séjour en maternité sera relativement court. Il vous faut donc anticiper votre sortie de maternité.

Choisissez avant votre accouchement la sage-femme libérale qui pourra assurer votre suivi et le médecin qui pourra prendre en charge votre enfant à votre retour. Vous pouvez prendre contact avec elle/lui dès maintenant pour anticiper votre retour.

Si vous avez déjà un contact avec une sage-femme libérale, demandez-lui si elle pourra vous suivre après votre retour à la maison.

Demandez à votre médecin traitant s'il peut effectuer le suivi de votre nouveau-né ou prenez contact avec un pédiatre.

Vous pourrez trouver une liste de professionnels sur le site de la caisse d'assurance maladie www.ameli.fr ou auprès du centre de protection maternelle et infantile (PMI).



- **Naissance, comment la déclarer ?**

Veillez-vous rendre sur <https://www.eaubonne.fr/demarches-administratives/naissance-comment-la-declarer/>

- **La durée de votre séjour en maternité :**

Pour un séjour standard :

- 72 à 96h pour un accouchement par voie basse
 - 96 à 120 heures en cas de césarienne
 - 1 lit accompagnant pour le co-parent est proposé, la nuitée et le petit déjeuner seront facturés 20 €.
- Si vous êtes intéressés, il est à demander dès votre arrivée en suite de couches auprès des soignants.

Sortie précoce :

Une sortie précoce est possible sous conditions selon les recommandations de l'HAS

- Avant 72 heures pour un accouchement par voie basse
- Avant 96 heures pour une césarienne

Prévoir le passage d'une sage-femme libérale **le lendemain** de la sortie (impératif).

Lors de ses visites, votre sage-femme s'assure du bon état de santé de votre bébé et du vôtre, vous accompagne dans la réalisation des premiers soins du nouveau-né, vous conseille et répond à toutes vos questions...

• Les différentes modalités de sortie

Vous trouverez une plaquette d'information à télécharger sur www.ameli.fr

L'hospitalisation à domicile (HAD) :

Ce dispositif peut être proposé aux patientes, après une durée standard de séjour, en cas de pathologies associées à la grossesse et/ou au post-partum quel que soit le mode d'accouchement.

Les situations pathologiques pouvant relever de l'hospitalisation à domicile au cours du post-partum sont définies par les recommandations de bonne pratique HAS¹.

L'HAD a pour but de raccourcir l'hospitalisation conventionnelle en offrant à la patiente et à son (ses) nouveau-né(s) un suivi personnalisé à domicile, tout en assurant la continuité des soins dispensés à la maternité.

La prise en charge en HAD peut-être pluridisciplinaire : sage-femme, puéricultrice infirmière, diététicienne... Le consentement de la patiente est obligatoire. Elle est organisée par la fondation **SANTE SERVICE²** qui coordonne les soins avec la **sage-femme libérale** ou la **puéricultrice**.

Dans le cas d'une indication d'HAD, la sage-femme de suites de couches ou la puéricultrice, avec votre consentement, transmettra la demande d'hospitalisation à l'infirmière coordinatrice de SANTE SERVICE.

L'infirmière viendra dans votre chambre organiser votre retour et suivi à domicile et vous donnera le matériel nécessaire à votre prise en charge.

La sage-femme ou la puéricultrice viendra à votre domicile dès le lendemain de votre sortie et organisera votre suivi et les visites suivantes en fonction de l'évaluation de votre état de santé ou celui de votre bébé.

¹ Haute autorité en santé : www.has-sante.fr

« Sortie de maternité après accouchement », mars 2014

« Situations pathologiques pouvant relever de l'HAD au cours de l'ante et du post-partum », Avril 2011

² www.fondation-santeservice.fr

Autres :

L'HAD est soumis à votre consentement et des critères d'inclusion précis. Si vous ne souhaitez pas ou ne pouvez pas être accompagnée à domicile nous pouvons vous proposer d'autres alternatives : liaison avec la PMI, liaison avec une sage-femme libérale ou un médecin, consultation de retour (sur indication du pédiatre) ...

- **Pendant votre hospitalisation :**



La sage-femme de maternité vous transmettra toutes les informations médicales et organisationnelles nécessaires à votre retour à la maison. Elle vous demandera de lui **transmettre les coordonnées de la sage-femme libérale que vous auriez pu rencontrer pendant votre grossesse.**

Elle vous remettra vos ordonnances de prescription pendant votre séjour et le bon de sortie le jour de la sortie.

Selon les modalités de votre sortie, vous pourrez recevoir la visite de l'infirmière coordinatrice de Sante Service (HAD).



Une infirmière puéricultrice vous invitera à une **réunion d'informations pour préparer le retour de votre bébé à la maison.** Cette réunion quotidienne est animée par une des infirmières puéricultrices de la maternité.

Nous tenons à vous informer du caractère indispensable de votre présence à cette réunion.



• **Après votre retour à la maison :**

Au cours des visites de suivi (quel que soit le type de sortie), le professionnel de santé assure :

- Pour votre enfant : son examen clinique (poids, hydratation ...),
- Pour vous : votre examen clinique, les soins nécessaires et le suivi de l'allaitement.

Puis sont à planifier prioritairement :

- **Pour votre enfant : une consultation entre J8 et J10** préférentiellement chez un pédiatre (libéral ou de PMI), ou un médecin généraliste ayant l'expérience des nouveau-nés,
- **Pour vous : une consultation postnatale entre 6 et 8 semaines**, réalisée par un médecin ou une sage-femme.
- **EPNP** (entretien post natal précoce) avec votre sage-femme

NE RESTEZ PAS ISOLÉE

Parlez aux professionnels de santé qui vous entourent (sage-femme, médecin, puéricultrice, auxiliaire de puériculture, pharmacien, kinésithérapeute, professionnels de PMI, etc.).

- En cas de tristesse, irritabilité, sentiment de culpabilité.
- En cas de douleurs
- En cas d'angoisse ou d'inquiétude

Quelles que soient les difficultés que vous rencontrez demandez l'aide de votre entourage. Il est normal d'être fatiguée : prenez soin de vous, ne restez pas isolée et ménagez-vous.

Pour vous aider dans la vie de tous les jours avec votre bébé, ou pour votre allaitement, des **associations assurent une permanence téléphonique**, donnent des informations en ligne et organisent des réunions départementales gratuites.

Une aide à domicile peut être assurée par un (e) technicien(ne) d'intervention sociale et familiale (TISF) : pour les coordonnées et modalités de prise en charge, contactez la CAF de votre département ou l'assistante sociale de votre secteur.

- **Informations utiles :**

- **Collectif Inter Associatif Autour de la Naissance (CIANE) :** <http://ciane.net/Ciane/listeAssociationsMembres>
- **« Allo parents-bébés » :** www.alloparentsbebe.org et son numéro vert d'aide et de soutien à la parentalité (dès la grossesse et jusqu'aux trois ans de l'enfant) ☎ 0800 00 3456
- **Site officiel en périnatalité :** www.perinat-france.org
- **La leche league n°national :** 01.39.584.584 www.lllfrance.org
- **Solidarilait n°national :** 01.40.44.70.70 <http://www.solidarilait.org>
- **Allaitement de jumeaux et plus :** 04.73.53.17.95
- **La leche league val d'oise :** stelvick@9online.fr - www.lllfrance.org
- **ALLO ALLAITEMENT ILE DE FRANCE :** 0 800 800 315 (Numéro vert gratuit)- Tous les jours de 18h à 22h
- Caisse d'allocation familiale : <https://www.caf.fr>
- Caisse d'assurance maladie : <http://www.ameli.fr>
- Protection maternelle et infantile du Val d'Oise : <http://www.valdoise.fr/346-pmi.htm>

Notes personnelles :

VOTRE VALISE POUR LA MATERNITÉ



14 rue de Saint Prix

95600 EAUBONNE

☎ 01 34 06 60 00

www.hopital-simoneveil.fr

Bâtiment Elisabeth Bourgeois

Urgences obstétricales

→ 1^{er} étage

Maternité (Suites de couches)

→ 2^e étage

BÉBÉ

POUR LA SALLE DE NAISSANCE

- ☐ 1 body
- ☐ 1 pyjama
- ☐ 1 brassière ou gilet (chaud)
- ☐ 1 paire de chausson
- ☐ 1 bonnet en coton
- ☐ 1 Turbulette

POUR LE SÉJOUR

- ☐ 6 bodies
- ☐ 6 pyjamas ou ensembles adaptés à la saison
- ☐ 2 ou 3 gilets chauds (été comme hiver)
- ☐ 4 paires de chaussons ou chaussettes
- ☐ 2 bonnets
- ☐ 1 (ou 2) gigoteuse ou turbulette
- ☐ Bavoirs
- ☐ 4 serviettes de toilette ou sorties de bain
- ☐ 3 ou 4 langes
- ☐ 1 nécessaire de toilette

> Liniment oléo calcaire / baume émollient ¹

> Savon liquide pour bébé

> brosse bébé ou peigne

- ☐ 1 paquet de couches (3 à 5 kilos)
- ☐ 1 paquet de carré de coton jetable
- ☐ **1 thermomètre électronique (IMPERATIF)**

POUR LA SORTIE

- ☐ 1 tenue adaptée à la saison
- ☐ 1 manteau ou combinaison
- ☐ 1 bonnet

¹ Mustela, Uriage, Aderma, Bioderma...

MAMAN

POUR LA SALLE DE NAISSANCE

- ☐ 1 chemise de nuit large ou 1 grand tee-shirt
- ☐ 1 brumisateuse d'eau
- ☐ Jus sans pulpe, sans gaz si besoin ou envie

POUR LE SÉJOUR

- ☐ 3 ou 4 pyjamas ou chemises de nuit (ouvertes si vous allaitez)
- ☐ 2 soutien-gorge de grossesse ou d'allaitement
- ☐ 1 paire de chaussons ou tongs
- ☐ 12 culottes en coton ou slips filets
- ☐ 4 serviettes de toilette
- ☐ 1 nécessaire de toilette
 - > Savon adapté à la toilette intime
 - > Produits d'hygiène du quotidien
- ☐ 1 paquet de serviettes périodiques super absorbantes non fournies
- ☐ Coussinets d'allaitement jetables (si vous désirez allaiter)
- ☐ 1 stylo
- ☐ 1 veilleuse

PENSEZ A PRÉVOIR UN SIÈGE AUTO ADAPTÉ POUR UN NOUVEAU-NÉ POUR LE RETOUR À LA MAISON SI VOUS ÊTES EN VOITURE C'EST OBLIGATOIRE !



PAPA

POUR LA SALLE DE NAISSANCE

- ☐ Biscuits pour grignoter
- ☐ Boisson pour s'hydrater
- ☐ Magazines pour s'occuper
- ☐ Appareil photo pour immortaliser

POUR LE SÉJOUR

- ☐ 1 tenue de nuit
- ☐ 1 stylo

Dans le bâtiment Changeux, le **Relais H** vous propose un espace de restauration rapide.

Ouvert :

- Lundi au vendredi de 7h30 à 18h00
- Samedi de 9h00 à 18h00
- Dimanche et jour férié de 13h00 à 18h00

Dans le bâtiment Bourgeois, le **Relais H** vous propose un espace de restauration rapide.

Ouvert :

- Lundi au vendredi de 8h30 à 16h00

Un distributeur est votre disposition dans le hall du bâtiment Elisabeth Bourgeois et aux urgences pédiatriques

DOCUMENTS MÉDICAUX ET ADMINISTRATIFS

POUR LA SALLE DE NAISSANCE

- ☐ **Carte de groupe sanguin**
- ☐ Bilans sanguins (si non donnés au dernier rendez-vous de suivi)

POUR LES ADMISSIONS

- ☐ Livret de famille
- ☐ Reconnaissance anticipée de votre enfant (si non mariés)
- ☐ Carte d'identité
- ☐ Carte vitale
- ☐ Carte de mutuelle

CENTRE HOSPITALIER SIMONE VEIL
14 Rue de Saint Prix 95600 EAUBONNE - TEL : 01.34.06.60.00
SERVICE GYNECOLOGIE - OBSTETRIQUE - TEL : 01.34.06.61.80

Madame,

L'analyse de votre sang a montré que vous n'étiez pas protégée contre la toxoplasmose et il faut éviter de contracter cette infection en cours de grossesse, ce qui serait sans gravité pour vous-même mais pourrait être dangereux pour l'enfant.

Le parasite se rencontre :

- Soit dans la viande
- Soit dans la terre souillée par les déjections de chat.

Afin de protéger votre futur enfant et pour éviter d'être contaminée par futur toxoplasme prenez chaque jour les précautions suivantes:

- 1 — Lavez-vous les mains soigneusement après avoir manipulé de la viande saignante ou de la terre et avant chaque repas.
- 2 — Mangez de la viande très cuite. Ne mangez pas de la viande saignante : beefsteak tartare, fondue bourguignonne, brochette, méchouis, côtelettes ou un quelconque morceau de viande crue.
- 3 — Lavez à grande eau tous les aliments souillés de terre, surtout s'ils doivent être consommés crus, en particulier salade verte et fraises.
- 4 — Evitez les contacts avec les chats. Ne leur donnez pas de viande crue. Faites nettoyer tous les jours par une autre personne avec de l'eau bouillante ou un désinfectant les récipients qui recueillent leurs excréments.

En conclusion :

Lavez-vous les mains avant chaque repas et cuisez bien la viande.

En liaison avec votre médecin et votre laboratoire, continuez à surveiller les réactions sérologiques de la toxoplasmose toutes les quatre à huit semaines. Si l'infection se produisait, ces examens la détecteraient et le traitement qui protège l'enfant pourrait être entrepris sans retard.

VOUS ÊTES ENCEINTE !

Prévention du CMV (Cytomégalo virus) Quels précautions à prendre ?

Lavage fréquent des mains

- En particulier si vous êtes en contact avec un jeune enfant et surtout s'il fréquente une collectivité (crèche, garderie);
- N'utilisez pas pour vous-même ses ustensiles de repas; abstenez-vous de « goûter » ses aliments avec la même cuillère et de sucer sa tétine;
- Évitez les bisous sur la bouche des enfants;
- N'utilisez pas ses affaires de toilettes (gant, serviette, brosse à dent);
- Lavez-vous soigneusement les mains après avoir mouché, changé un enfant.

Ces précautions s'appliquent aussi à votre conjoint, et sont à respecter jusqu'à l'accouchement.



HOPITAL SIMONE VEIL
GROUPEMENT HOSPITALIER

EAUBONNE-MONTMORENCY

Site Internet : www.ch-simoneveil.fr - Tél. 01.34.06.60.00

Site d'Eaubonne

Site de Montmorency (Siège Social)

14 rue de Saint Prix – 95602 EAUBONNE Cedex

1, rue Jean Moulin – BP 30106 – 95162 MONTMORENCY Cedex

INFORMATIONS CONCERNANT L'ANALGESIE PERIDURALE

Ce document est destiné à vous informer sur la technique d'analgésie péridurale, ses avantages et ses risques. Il ne substitue pas à la réunion d'information organisée par le service.

Nous vous demandons de le lire attentivement, afin de pouvoir donner votre consentement à la procédure qui vous sera proposée par l'équipe médicale, ou que vous demanderez vous – même pour votre futur accouchement.

QU'EST-CE QUE L'ANALGESIE PERIDURALE ?

C'est une technique d'anesthésie locorégionale réalisée par un médecin anesthésiste – réanimateur.

Elle est destinée à supprimer ou atténuer les douleurs de l'accouchement et / ou si besoin, à en faciliter le déroulement. C'est à ce jour la méthode la plus efficace, son principe est de bloquer la transmission des sensations douloureuses au niveau des nerfs provenant de l'utérus, en injectant à leur proximité un produit anesthésique local, associé ou non à un dérivé de la morphine.

Cette technique assure une bonne stabilité des fonctions vitales, bénéfiques pour la mère et l'enfant. Ce blocage se fait à proximité de la moelle épinière dans l'espace péridural, par l'intermédiaire d'un tuyau très fin (cathéter) introduit dans le dos, à l'aide d'une aiguille spéciale. Le cathéter reste en place pendant la durée de l'accouchement, afin de permettre l'administration répétée de l'anesthésique. S'il est nécessaire de pratiquer une césarienne ou toute autre intervention, l'anesthésie pourra être complétée par ce dispositif ; ce qui n'exclut pas le recours éventuel à l'anesthésie générale au cours de l'accouchement.

Une consultation est réalisée par le médecin anesthésiste – réanimateur dans les quelques semaines précédant votre accouchement. N'hésitez pas à cette occasion à poser toutes les questions que vous jugerez utiles.

Au moment de bénéficier de l'analgésie péridurale, vous aurez la visite du médecin anesthésiste – réanimateur qui vous prendra en charge et les données de la consultation seront actualisées.

Il peut arriver, en fonction de votre état de santé ou du résultat des examens complémentaires, qui vous auront éventuellement été prescrits, que l'analgésie péridurale ne puisse être effectuée, contrairement à ce qui était prévu. C'est le cas, par exemple, s'il existe de la fièvre, des troubles de la coagulation du sang, une infection de la peau au niveau du dos ou toute autre circonstance pouvant être considérée à risque.

Le choix définitif et la réalisation de l'acte relèvent de la décision du médecin anesthésiste – réanimateur et de sa disponibilité.

COMMENT SEREZ- VOUS SURVEILLEE PENDANT L'ANALGESIE PERIDURALE ?

Comme tout acte d'anesthésie, l'analgésie péridurale se déroule dans une salle équipée d'un matériel adéquat, adapté à votre cas et vérifié avant chaque utilisation.

Durant l'analgésie péridurale, vous serez prise en charge par une équipe comportant le médecin anesthésiste – réanimateur, la sage – femme, et éventuellement une infirmière diplômée d'Etat.

QUELS SONT LES INCONVENIENTS ET LES RISQUES DE L'ANALGESIE PERIDURALE ?

Tout acte médical, même conduit avec compétence et dans le respect des données acquises de la science, comporte un risque. Les conditions actuelles de surveillance de l'anesthésie permettent de dépister rapidement les anomalies et de les traiter.

Pendant l'analgésie péridurale, une sensation de jambes lourdes et une difficulté à les bouger peuvent s'observer. C'est un effet sans gravité de l'anesthésique local.

Eu moment de la sortie du bébé, l'envie de pousser peut-être perçue même sous analgésie péridurale. Une difficulté transitoire pour uriner est fréquente lors d'un accouchement et peut nécessiter un sondage évacuateur de la vessie. Une baisse transitoire de la pression artérielle peut survenir. Si les dérivés de la morphine ont été utilisés, une sensation de vertige, des démangeaisons passagères et des nausées sont possibles. Des douleurs au niveau du point de ponction dans le dos peuvent persister quelques jours, mais sont sans gravités.

L'analgésie peut être insuffisante ou incomplète pendant les contractions. Une nouvelle ponction peut alors être nécessaire, de même qu'en cas de difficulté de mise en place ou de déplacement du cathéter.

Exceptionnellement, les maux de tête, majorés par la position debout, peuvent apparaître après l'accouchement. Le cas échéant, leur traitement vous sera expliqué. Dans de très rares cas, une diminution transitoire de la vision ou de l'audition peut être observée.

Des complications plus graves : convulsions, arrêt cardiaque, paralysie permanente ou perte plus ou moins étendue des sensations sont extrêmement rares. Quelques cas sont décrits, alors que des centaines de milliers d'anesthésie de ce type sont réalisées chaque année.

Enfin pour votre bébé, l'accouchement sous analgésie péridurale ne comporte pas plus de risque qu'un accouchement sans péridurale.

CENTRE HOSPITALIER SIMONE VEIL
14 Rue de Saint Prix 95600 EAUBONNE - TEL : 01.34.06.60.00
SERVICE GYNECOLOGIE - OBSTETRIQUE - TEL : 01.34.06.61.80

RECOMMANDATION AUX FEMMES ENCEINTES POUR EVITER DE CONTRACTER LA LISTERIOSE

La listéria est un germe résistant au froid (réfrigérateur à + 4 °C) et à la chaleur jusqu'à 60°C.

Les aliments les plus fréquemment contaminés sont consommés sans cuisson, ils doivent donc être évités :

- Fromages au lait cru (et fromage râpé)
- Poissons fumés
- Coquillages crus
- Surimi
- Tamara
- Graines germées crus : grains de soja

La listéria peut également contaminer au moment de leur fabrication des produits de charcuterie :

- Rillettes
- Pâtés
- Foie gras
- Produit en gelée

Pour les produits de charcuterie type jambon, préférer les produits préemballés qui présentent moins de risque d'être contaminés.

Les aliments peuvent aussi être contaminés par contact avec l'environnement :

- Enlever la croûte des fromages
- Laver soigneusement les légumes crus et les herbes aromatiques
- Cuire les aliments crus d'origine animale (viande, poisson, charcuterie crue telle que lardons...)
- Les steaks hachés doivent être cuits à cœur

Afin d'éviter les contaminations croisées :

- Conserver les aliments crus séparément des aliments cuits ou prêts à être consommés.
- Après la manipulation d'aliments non cuits, se laver les mains et nettoyer les ustensiles de cuisine qui ont été en contact avec ces aliments.

Les règles habituelles d'hygiène doivent être respectée :

- Les restes alimentaires et les plats cuisinés doivent être réchauffés longtemps avant consommation immédiate.

Nettoyer fréquemment et désinfecter ensuite avec l'eau javellisée son réfrigérateur.