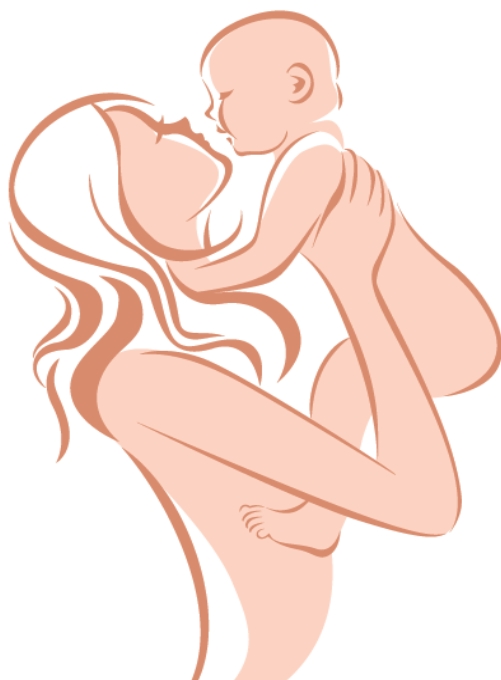


## SORTIE DE MATERNITÉ....

### ... 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](http://www.ameli.fr) ou auprès du centre de protection maternelle et infantile (PMI).



## • **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

### **Sortie précoce :**

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

## • **Les différentes modalités de sortie**

### **Le programme d'accompagnement de retour à domicile (PRADO)**

L'Assurance Maladie vous propose un service pour faciliter votre retour à domicile après votre accouchement et être suivie, chez vous, par la sage-femme de votre choix.

Ce dispositif s'adresse aux femmes majeures ayant accouché par voie basse ou césarienne, sans complication, et dont le bébé est en bonne santé. **Ce dispositif est valable pour un séjour de durée standard ou une sortie précoce.**

Dès que l'équipe médicale fixe votre date de sortie et donne son accord, un conseiller de l'Assurance Maladie vient à la maternité vous proposer de vous mettre en relation avec une sage-femme libérale qui pourra vous suivre lors de votre retour à la maison.

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...

Vous trouverez une plaquette d'information à télécharger sur [www.ameli.fr](http://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 HAS<sup>1</sup>.

**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, infirmière, diététicienne... Le consentement de la patiente est obligatoire. Elle est organisée par la fondation **SANTE SERVICE<sup>2</sup>** qui coordonne les soins avec la **sage-femme libérale**.

Dans le cas d'une indication d'HAD, la sage-femme de suites de couches, 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 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.

## Autres :

Le PRADO et l'HAD sont 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) ...

---

<sup>1</sup> Haute autorité en santé : [www.has-sante.fr](http://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

<sup>2</sup> [www.fondation-santeservice.fr](http://www.fondation-santeservice.fr)

V2 : Mai 2017

M-H RENOU / cadre sage-femme

- **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 d'un agent de la caisse primaire d'assurance maladie (PRADO) ou de l'infirmière coordinatrice de Santé Service (HAD).



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

Vous serez informées du jour de la réunion vous concernant. **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.

La sage-femme répond à vos questions et vous apporte les conseils dont vous avez besoin.

**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.

## **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](http://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](http://www.perinat-france.org)
- **La leche league n°national** : 01.39.584.584 [www.lllfrance.org](http://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](mailto:stelvick@9online.fr) - [www.lllfrance.org](http://www.lllfrance.org)
- **ALLO ALLAITEMENT VAL D'OISE** : 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 :