



CENTRE HOSPITALIER ALPES LÉMAN

LA NAISSANCE DE VOTRE ENFANT

# NUMÉROS UTILES

## Urgences gynécologie obstétrique

> Avant 20 semaines d'aménorrhée :

> de 8h à 18h -> **Secrétariat d'accueil** : 04 50 82 23 88

> de 18h à 8h -> **Standard** : 04 50 82 20 00 (demander urgences gynécologiques)

> Après 20 semaines d'aménorrhée :

> Urgences obstétricales : 04 50 82 28 86

Salle de Naissance 04 50 82 28 86

Suites de Couches 04 50 82 28 72

Secrétariat consultation obstétrique 04 50 82 28 38

Secrétariat consultation gynécologique 04 50 82 23 92

Standard 04 50 82 20 00

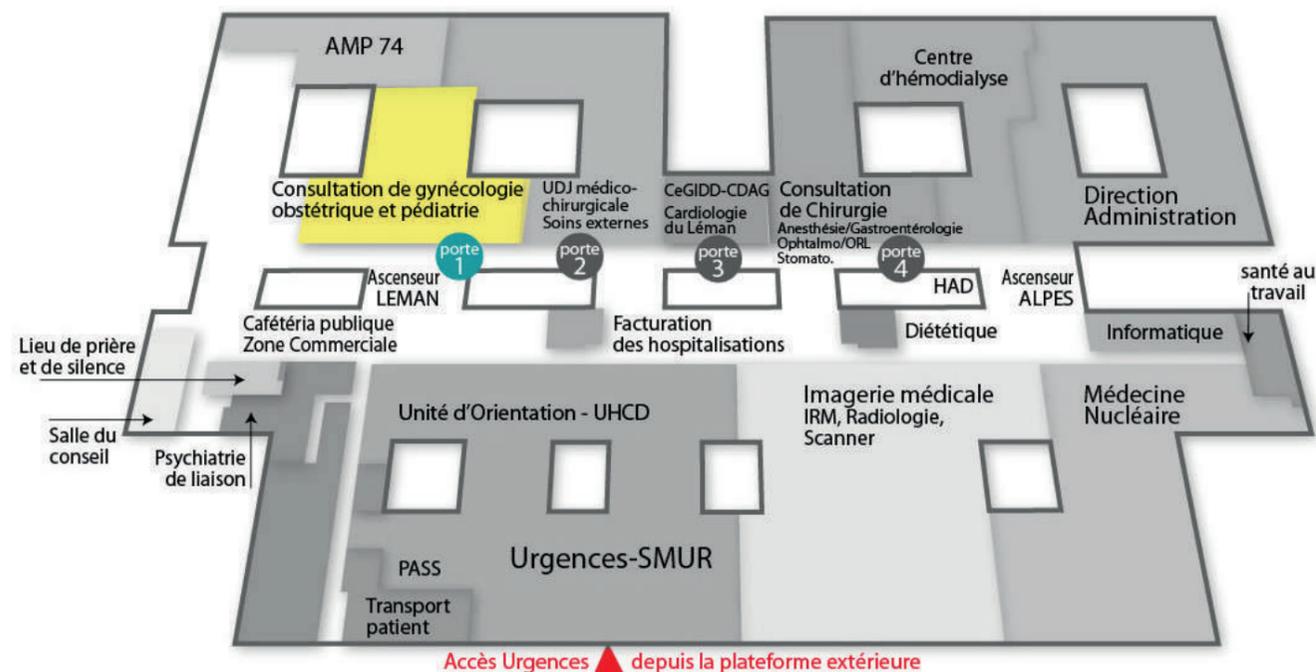


# PLAN D'ACCÈS À LA MATERNITÉ

L'accès se fait par l'entrée principale de l'hôpital. A 22 heures, les portes ferment pour des raisons de sécurité et l'accès se fait par le biais de la sonnette extérieure et de l'interphone.

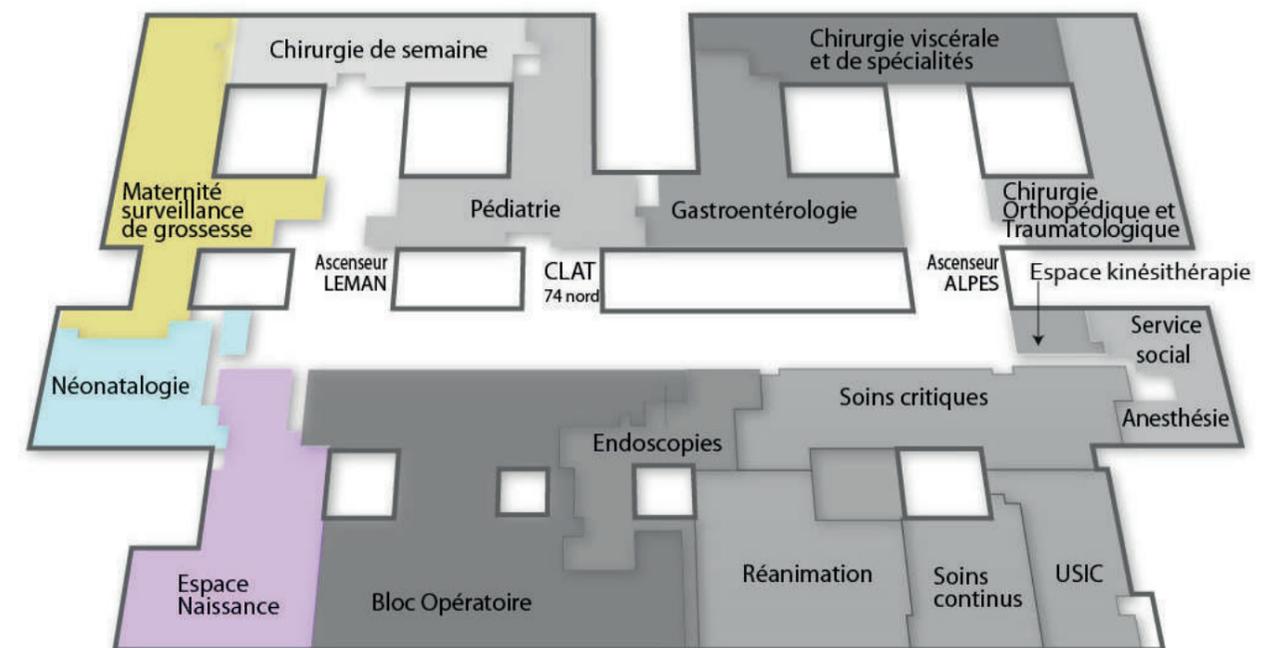
Consultation de gynécologie obstétrique :

Suivre la ligne jaune au rez de chaussé, côté Léman, porte 1.



Salle de naissance et maternité :

Suivre la ligne violette pour se rendre au 1er étage, ascenseur côté Léman.



# VOUS ATTENDEZ UN ENFANT ET VOUS SOUHAITEZ ACCOUCHER AU CHAL.



Toute l'équipe vous souhaite la bienvenue et vous accompagne avec joie dans cette nouvelle aventure.

Nous savons et comprenons que chaque femme, chaque couple, et chaque grossesse sont uniques, c'est pourquoi nous mettons tout en œuvre pour que vous puissiez vivre pleinement votre accouchement dans le respect de vos choix et en toute sécurité.

Nous vous remercions de votre confiance et mettons à votre disposition ce livret d'accueil qui permettra de répondre aux questions que vous vous posez.

Il est conçu pour vous informer de l'organisation de notre maternité. Pour les informations générales concernant votre grossesse; nous vous recommandons vivement de lire le carnet de santé maternité du département. L'équipe médicale et soignante sera à votre disposition pour vous guider tout au long de ces quelques mois à venir.



# SOMMAIRE



# PRÉSENTATION DE LA MATERNITÉ

## Une maternité de niveau 2A

Pour vous offrir un service public de soins de haut niveau, la maternité du Centre Hospitalier Alpes Léman s'appuie sur une équipe pluridisciplinaire prête à répondre à toutes vos questions.

La maternité est de niveau 2A, elle prend en charge les nouveau-nés venant au monde à partir de la 32ème semaine d'aménorrhée (7ème mois).

La maternité du Centre hospitalier est rattachée au Réseau Périnatal des 2 Savoies ([www.rp2s.fr](http://www.rp2s.fr)).

La personnalisation de la prise en charge est déclinée tout au long de la grossesse, depuis la première consultation et jusqu'à votre sortie de la maternité. Elle se traduit par le respect de la physiologie (peau à peau à la naissance, accompagnement pendant la phase de pré travail, etc ...).

La préparation à l'accouchement, sous des formes variées à l'hôpital ou en ville, et l'entretien individuel de grossesse sont des moments particulièrement importants pour vous tenir informés et être écoutés dans votre futur rôle de parents.

Notre niveau de compétence et d'équipement nous permet de prendre en charge les urgences maternelles et d'assurer le suivi de grossesses pathologiques.



# PRÉSENTATION DE LA MATERNITÉ

## Les professionnels que vous allez rencontrer

### Les Médecins :

Pour votre sécurité, et la prise en charge des pathologies, nos médecins gynécologues-obstétriciens et anesthésistes sont présents 24h/24, 7j/7. Les pédiatres sont présents 24h/24, du lundi au vendredi et d'astreinte le week-end.

Voir l'équipe médicale de [Gynécologie Obstétrique](#)

### Les sages-femmes :

Les sages-femmes sont présentes à chaque étape de votre maternité. Elles sont vos interlocutrices privilégiées. Leur rôle est de surveiller la grossesse, animer les rencontres de préparation à la naissance. Elles assurent les accouchements physiologiques et la surveillance de la mère et de l'enfant pendant le séjour en maternité. Elles vous conseillent avant votre sortie.

Si vous présentez une pathologie préexistante à la grossesse ou découverte en cours de grossesse, la sage-femme vous orientera vers un suivi médical ou fera appel à un gynécologue-obstétricien pour votre prise en charge.

### Autres activités pratiquées :

- > Sage-femmes échographistes
- > Sage-femme tabacologue
- > Sage-femmes acupuntrices
- > Sage-femme consultante en lactation
- > Sage-femmes formées à l'hypnose
- > Sage-femmes formées au portage du nouveau né

### Les auxiliaires de puériculture :

Les auxiliaires de puériculture participent à la prise en charge des nouveau-nés dès la naissance et au suivi en maternité. Elles vous donneront de précieux conseils tout au long de votre séjour ; elles vous guideront lors des soins pour votre bébé et pour son alimentation qu'elle se fasse au sein ou au biberon.

### Les autres professionnels que vous pouvez rencontrer :

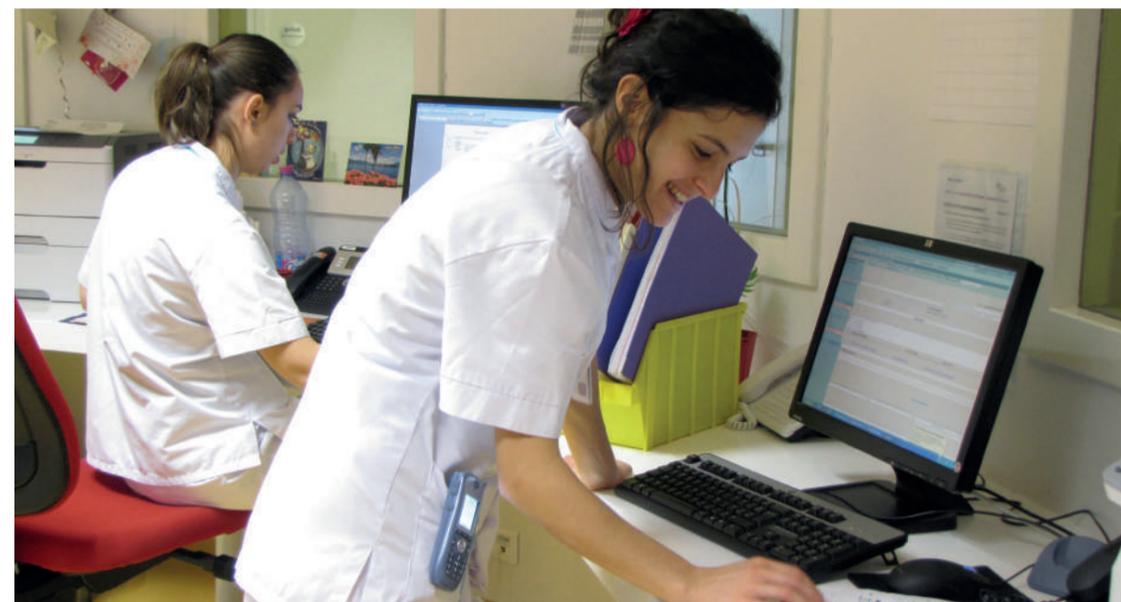
- > Psychologues
- > Conseillères conjugales et familiales
- > Assistantes sociales
- > Conseillères de l'assurance maladie
- > Etudiant(e)s et internes de médecine



# PRÉSENTATION DE LA MATERNITÉ

## Les locaux

### L'office de maternité



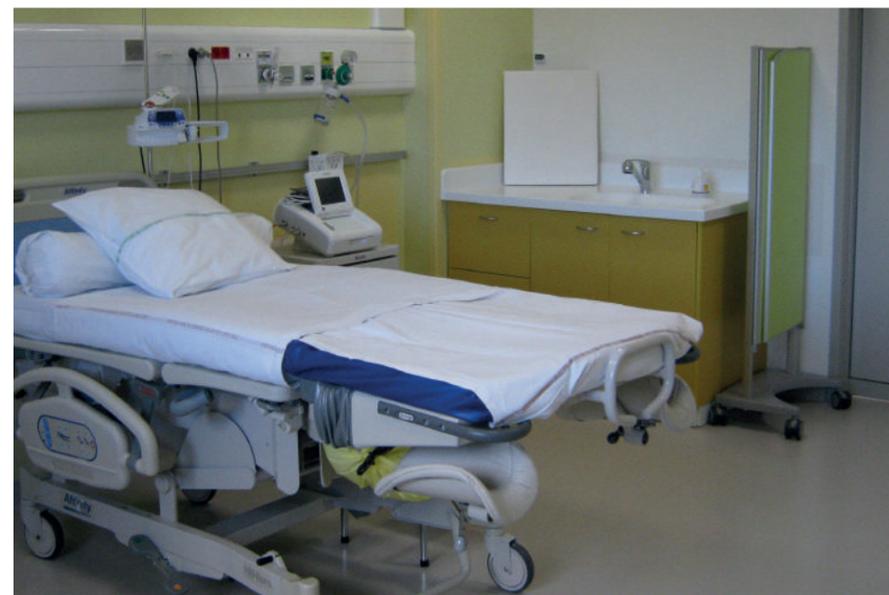
# PRÉSENTATION DE LA MATERNITÉ

## Les locaux

## La salle de naissance



L'accouchement naturel est une méthode d'accouchement sans intervention du corps médical. L'objectif est de limiter au maximum les risques iatrogéniques (dus aux médicaments, analgésiques ou anesthésiants) et de redonner le contrôle de l'accouchement à la future mère.



# PRÉSENTATION DE LA MATERNITÉ

## Les locaux

## La maternité



# PRÉSENTATION DE LA MATERNITÉ

## Les chiffres clés

NAISSANCES



LITS



SÉJOURS



CONSULTATIONS EXTERNES



# VOTRE SUIVI DE GROSSESSE

## Le suivi obstétrical

Durant la grossesse, 7 consultations sont obligatoires entre le 3ème mois de grossesse et l'accouchement. Par ailleurs, 3 échographies sont également recommandées (autour de 12, 22 et 32 semaines d'aménorrhées). La [fiche d'information relative à l'examen échographique](#) précise les conditions optimales à la pratique d'une échographie obstétricale et les objectifs de cet examen.

Trois échographies sont recommandées au cours de la grossesse :



Au CHAL, les possibilités de suivi dès le début de la grossesse sont limitées et une secrétaire peut être amenée à vous orienter vers un professionnel de la santé installé en libéral proche de votre domicile pour faire ce suivi. En cas de nécessité au cours de ce suivi ce professionnel vous réorientera pour un suivi à l'hôpital.

Si vous êtes suivie en libéral et que vous souhaitez accoucher au CHAL, vous devez prendre un RDV de façon anticipée pour les visites du 8ème et 9ème mois au sein de notre structure. Ce RDV sera systématiquement pris avec une sage-femme qui prendra connaissance de tous les éléments concernant votre santé et le déroulement de votre grossesse afin de pouvoir évaluer sereinement les conditions de votre accouchement à venir. Nos sages-femmes travaillent en étroite collaboration avec nos gynécologues-obstétriciens. Et en cas de besoin, elles organisent votre suivi avec un médecin.

Pour toutes consultations (programmées ou en urgence), il faut vous munir de TOUS vos documents de grossesse : résultats de laboratoire, comptes rendus d'échographie, courriers et des copies de vos ordonnances si un médecin vous a prescrit un traitement spécifique pendant la grossesse (antihypertenseur, insuline, etc).

Pour une meilleure organisation des consultations, nous vous demandons de venir 15 minutes avant votre rendez-vous afin de vous enregistrer auprès des secrétaires et de réaliser vos éventuelles démarches administratives.

# VOTRE SUIVI DE GROSSESSE

## L'entretien prénatal précoce (EPP)

L'EPP est réalisé au début de la grossesse est fortement conseillé. Il peut se faire individuellement ou en couple. Il s'agit d'un entretien non médical qui a pour but de répondre au mieux à vos besoins et questionnements.

## Les cours de préparation à la naissance et à la parentalité (PNP)

Ils sont fortement recommandés. Selon l'OMS, ils améliorent l'état de santé de la femme et des nouveau-nés: aident la femme à vivre sa grossesse de manière saine, à rendre sa grossesse et de son accouchement une expérience heureuse, rendent les couples confiants dans leurs capacités à accéder à la parentalité.

[Contenu des cours de PNP au CHAL.](#)

## La consultation d'anesthésie

Cette consultation est obligatoire à partir du 8ème mois, que vous envisagiez ou non de bénéficier d'une analgésie péridurale. Le RDV vous sera donné par la secrétaire de gynéco-obstétrique lors de votre prise de RDV pour la visite du 8ème mois.

Un [questionnaire médical](#) sera à remplir pour le jour de votre RDV d'anesthésie. Il vous sera remis par la secrétaire.



# DÉMARCHES ADMINISTRATIVES AU COURS DE LA GROSSESSE

## La déclaration de grossesse

Ce document vous sera remis au 3ème mois de la grossesse, juste après la première échographie de datation (environ 12 semaines), par le professionnel ayant fait le diagnostic de la grossesse.

## La reconnaissance anticipée

Il est conseillé à un ou aux deux parents de faire une déclaration de reconnaissance anticipée à la mairie du lieu de leur domicile.

## La désignation de la personne de confiance

Il s'agit de la personne à laquelle vous donnez un pouvoir décisionnel médical vous concernant en cas d'impossibilité pour vous de vous exprimer. Ce document doit être renseigné pour chaque hospitalisation au CHAL y compris pour l'accouchement et restera dans votre dossier médical. Ce document est téléchargeable ici.

> [La personne de confiance](#)

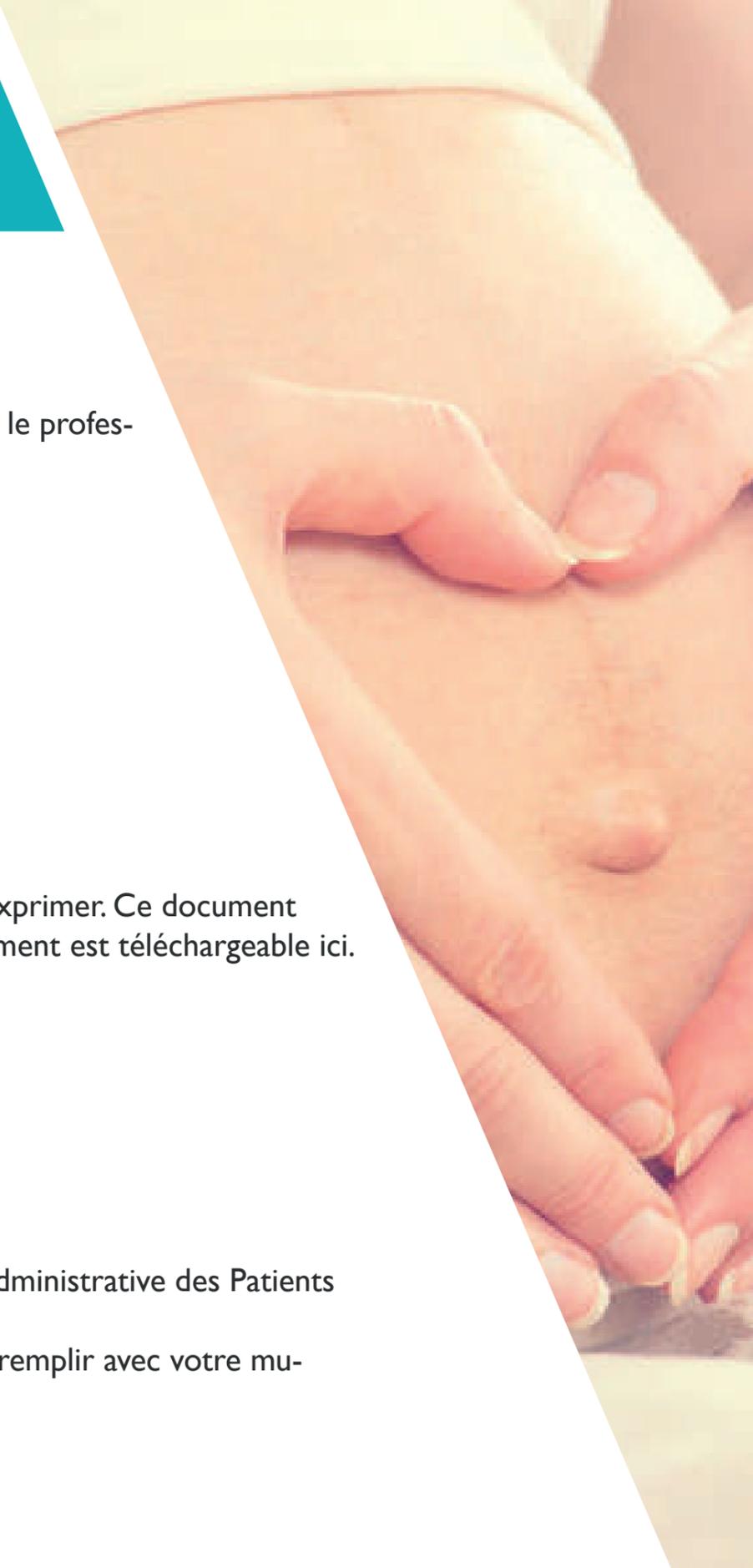
Si vous êtes mineure, non émancipée, une autorisation de soins signée par l'autorité parentale ou le représentant légal est obligatoire.

## Préadmission

L'enregistrement de l'hospitalisation liée à votre accouchement se fait lors de la consultation du 8ème mois au secrétariat de Gestion Administrative des Patients (GAP) porte I.

Si vous souhaitez bénéficier d'une chambre seule, vous devrez remplir une feuille de prise en charge de chambre seule que vous devrez remplir avec votre mutuelle santé et ramener au GAP lors de votre consultation du 9ème mois. Ce document est téléchargeable ici.

> [Chambre particulière Pré-admission](#)



# L'ACCOUCHEMENT

## Le trousseau pour la salle de naissance

Pour votre accouchement un petit sac suffit car il est impossible de stocker des bagages dans l'unité.

Ce sac doit contenir :

Pour la maman :

- > Une tenue confortable
- > Des chaussons ou une paire de tong
- > Un brumisateur
- > De quoi écouter de la musique
- > Maillot de bain (si vous souhaitez prendre un bain)

Pour le nouveau-né :

- > Gilet en laine
- > Body
- > Pyjama
- > Chaussons ou chaussettes
- > Turbulette
- > Bandeau peau à peau ou débardeur porté avant la grossesse



# L'ACCOUCHEMENT

## Fonctionnement de la salle de naissance

Les contraintes en matière d'hygiène (lutte contre les infections nosocomiales) ainsi que la spécificité des salles de naissances conduisent à un règlement strict qui **n'autorise qu'une seule et même personne à entrer dans la salle de naissance**. Vous devez pour des raisons d'hygiène, de sécurité et pour ne pas perturber le bon fonctionnement du service, éviter les « va et vient » entre l'extérieur et le bloc d'accouchement : restez dans la salle d'accouchement. Dans le respect du secret médical, seule la personne de confiance désignée pourra obtenir des informations sur l'état de santé de la personne hospitalisée.

Le futur papa ou la personne de votre choix peut vous accompagner et assister à la naissance avec l'accord de la sage-femme et sous réserve de ne pas perturber le bon fonctionnement de la salle d'accouchement (le port d'une surblouse et des couvres chaussures est obligatoire).

En cas de césarienne programmée, le papa peut également assister et être présent en salle de césarienne. En cas de césarienne non programmée ou en urgence, une autorisation médicale est requise (une tenue de bloc opératoire est indispensable : pyjama de bloc, sabots de bloc, masque et bonnet).

L'ensemble de l'équipe est à votre disposition pour vous aider, vous informer, vous conseiller.

Une salle de naissance et les salles de pré travail sont équipées de baignoire et ballon afin de pouvoir vous mobiliser pendant le travail.



# L'ACCOUCHEMENT

## Quand venir ?

Vous avez eu les informations à la consultation et à la préparation à l'accouchement. Cependant vous devez consulter pour toute anomalie clinique (douleurs, contractions, perte des eaux, saignements, démangeaisons, fièvre inexpliquée) ou tout contexte d'angoisse (impression de baisse des mouvements fœtaux, fatigue extrême...).

En cas de doute, vous pouvez appeler en salle de naissance au :

**04 50 82 28 86**

L'équipe pluridisciplinaire est là pour vous entourer et vous prendre en charge.

Avant de venir, pensez à :

- > prendre une douche si vous en avez la possibilité et le temps,
- > ôter vos bijoux, piercing, vernis à ongle (pieds et mains),
- > **apporter** votre dossier de grossesse (résultats d'examen et les échographies), **votre carte de groupe sanguin** (2 déterminations).

Le dossier médical qui a servi au suivi de votre grossesse permet votre prise en charge immédiate. La sage-femme de garde saura vous prendre en charge quelle que soit la pathologie. Elle vous livrera toutes les informations nécessaires au déroulement de l'accouchement. Si vous avez un projet de naissance, vous pouvez en parler à la sage-femme dès votre admission. La sage-femme sera votre interlocuteur privilégié. Ses compétences lui permettent de dépister toute anomalie et de faire le lien avec le(s) médecin(s) : obstétricien, anesthésiste, pédiatre.

La sage-femme sera assistée de l'auxiliaire de puériculture. Ce service a également pour mission de former des futures sages-femmes, de ce fait vous rencontrerez des étudiants qui vous dispenseront des soins.

# L'ACCOUCHEMENT

## Transferts

Les transferts pour raisons médicales peuvent arriver et sont de plusieurs ordres :

> Transfert in utéro : vous êtes transférées avant l'accouchement dans une maternité de niveau supérieur (niveau 2a ou niveau 3) parce que votre état de santé ou celui du bébé à venir nécessitent une prise en charge spécifique ; Ces transferts sont organisés par la cellule régionale des transferts périnataux.

> Transfert du nouveau-né : vous avez accouché mais votre bébé a été transféré dans un autre établissement pour une prise en charge spécifique.

> Transfert maternel pour rapprochement mère enfant : vous pouvez être transférée afin de pouvoir vous rapprocher de votre bébé qui a été transféré dans un autre établissement.

Nous rencontrons parfois des problèmes de disponibilité de lits en maternité et/ou en néonatalogie, lors des périodes de suractivité. Quand ces périodes de suractivité sont trop longues, il peut être possible, si vous ne relevez pas d'une prise en charge indispensable dans notre structure, que vous soyez transférée dans un autre établissement du réseau périnatal régional (RP2S) correspondant à votre niveau de soin pour votre accouchement.

Bien sûr, ces transferts ne sont effectués que lorsqu'aucune autre solution n'est possible et dans un souci constant d'assurer la qualité et la sécurité de votre prise en charge.

Cette mesure, qui peut parfois survenir en début de travail, est souvent à l'origine de désagréments et de contrariétés. Elle est désagréable tant pour vous que pour l'équipe soignante. Ces situations sont heureusement exceptionnelles. Nous ferons bien sûr tout notre possible pour vous garantir un suivi et un accouchement dans les meilleures conditions au sein de notre établissement.



A close-up photograph of a newborn baby's face and hand. The baby's mouth is slightly open, and its hand is raised towards its face. The background is a soft, out-of-focus blue and white, suggesting a hospital setting.

## LE TEMPS DE LA NAISSANCE

A la naissance, il vous sera proposé, à vous ou à l'accompagnant, de couper le cordon.

En l'absence de contre-indications et avec votre accord, votre bébé sera placé contre vous. Le peau à peau peut aussi être réalisé avec le papa. Si votre souhait est d'allaiter, nous favoriserons la mise au sein précoce. La tétée de bienvenue peut aussi être réalisée si vous ne souhaitez pas allaiter.

Si votre bébé doit être transféré pour des raisons médicales dans le service de néonatalogie, vous pourrez le voir avant son départ. Les échanges permanents entre les 2 services, leur proximité, vous permettront de vous tenir informés de son état de santé et d'aller le voir aussi souvent que vous le souhaitez. Vous pouvez bénéficier d'une chambre kangourou, selon disponibilité, afin que vous soyez à côté de votre enfant.

**Vous resterez un minimum de 2h en salle de naissance avec votre bébé, sous surveillance de l'équipe médicale du secteur naissance. Si vous avez une césarienne, ces deux heures se dérouleront en salle de surveillance post-interventionnelle. S'il n'y a pas de chambre disponible en secteur de suites de couches, nous pouvons être amenés à vous garder plus longtemps en salle de naissance.**

# VOTRE SÉJOUR EN MATERNITÉ

## Le trousseau de la maternité

Le contenu de la valise :

Pour la maman :

- > Nécessaire de toilette, serviettes, gants, veilleuse
- > Serviettes hygiéniques (épaisses)
- > Slips en filet ou culottes en coton
- > Soutien gorge (d'allaitement si vous souhaitez allaiter au sein)
- > Coussin d'allaitement si vous souhaitez
- > Tenues pour la nuit (coton de préférence)
- > Tenues confortables pour la journée

Vos papiers

- > Le livret de famille et/ou la reconnaissance anticipée pour les couples non mariés.
- > Carte d'identité ou de résident
- > Carte vitale ou numéro de carte d'assurance frontalière + numéro de mutuelle
- > Amener le carnet de santé et de vaccination des 2 parents

Pour le nouveau-né :

- > 2 serviettes pour le bain
- > Body en coton manche longue
- > Pyjamas chauds
- > Gilet en laine
- > Bavoirs
- > Des chaussettes
- > Vêtement chaud et un bonnet pour le départ
- > Paquet de couches (2 à 5 kg)
- > Carrés de coton pour les changes
- > Turbulette

## Le séjour

Les objets de valeur sont déconseillés : pas de carte de crédit, d'argent liquide, chéquiers, bijoux...L'établissement n'est pas responsable des pertes et d'éventuels vols.

Un livret de bienvenue dans le service de maternité vous sera remis lors de votre admission. Il vous informera sur les démarches administratives, le déroulement du séjour et l'organisation de votre sortie. La déclaration de naissance à la mairie de Contamine sur Arve est obligatoire dans les 5 jours qui suivent la naissance (une feuille d'information vous sera remise).

Une feuille d'enquête de goût sera à remplir dès votre 1er jour d'hospitalisation afin de cocher les aliments que vous n'aimez pas ou pour notifier un régime alimentaire spécifique.



# VOTRE SÉJOUR EN MATERNITÉ

## Les visites

Les visites sont autorisées de 15h à 20h.

Pour les pères et les frères et soeurs : visite de 8h à 20h et il n'est pas possible de dormir sur place.

Télécharger [la charte des visiteurs](#)

## La durée moyenne de séjour

> 3 jours pour un accouchement physiologique

> 4 jours pour une césarienne

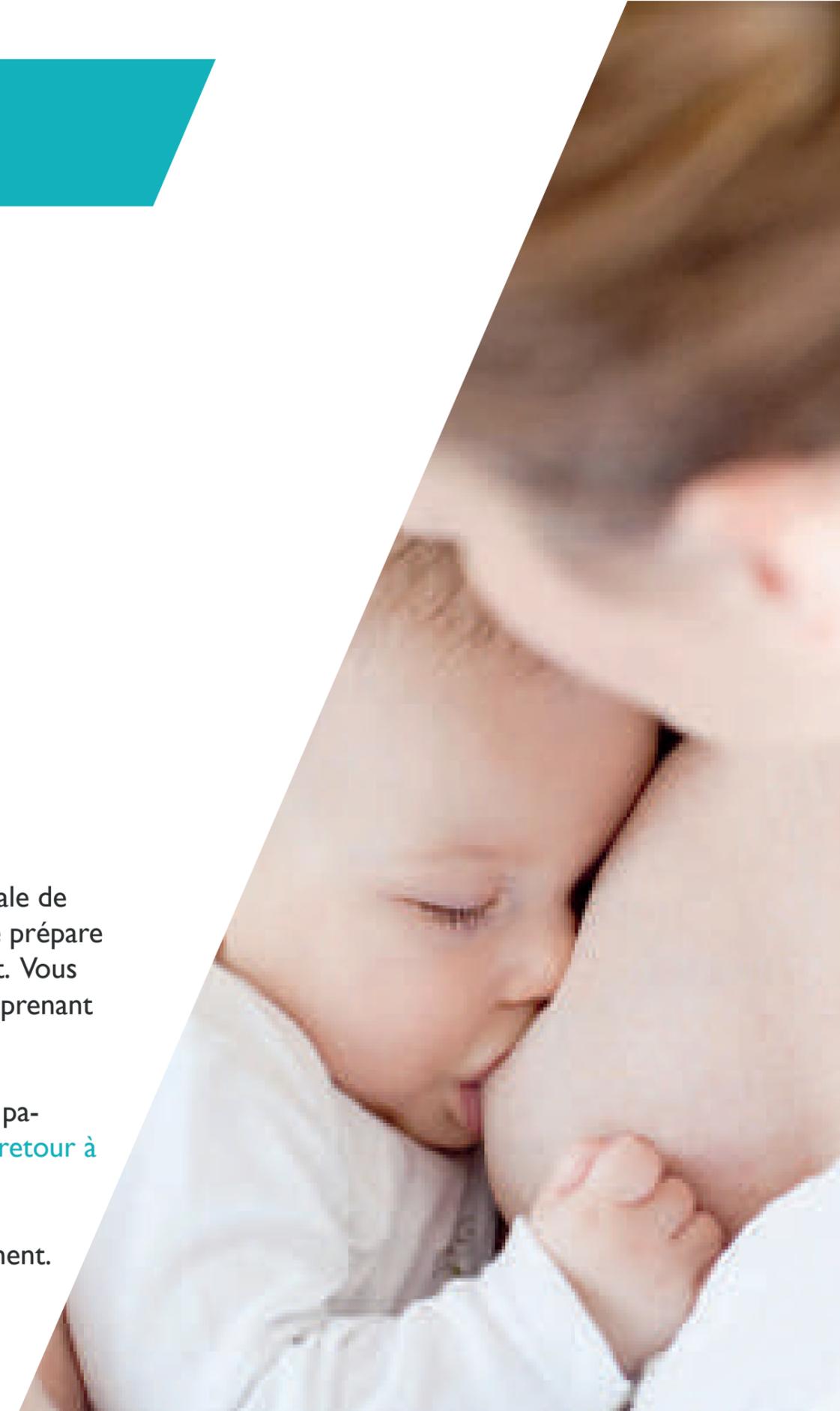
## L'organisation de la sortie

Toutes les sorties de la maternité sont organisées avec la programmation d'une visite à domicile par une sage-femme libérale de votre choix. Vous pouvez bénéficier du système de retour à domicile précoce (24 à 48h après la naissance). Le PRADO se prépare en amont avec l'équipe médicale et sous conditions particulières qui dépendent de votre grossesse et votre accouchement. Vous avez le droit de refuser. Idéalement nous vous conseillons d'anticiper votre retour à la maison pendant votre grossesse en prenant contact avec une sage-femme libérale en anténatal.

Une réunion d'information systématique animée par une sage-femme est organisée tous les jours à 14h30 pour toutes les patientes au 2ème jour de leur accouchement, afin de vous donner les informations nécessaires sur votre sortie. Un livret « [retour à domicile](#) » vous sera remis afin de vous donner les principales informations.

Votre examen de sortie sera fait par une sage-femme, un interne ou un obstétricien selon le contexte de votre accouchement.

Les sorties du service se font tous les jours avant 14 h.



# LE RETOUR À LA MAISON

## Nécessaire pour la maison

Si vous ne souhaitez pas allaiter votre bébé :

- > Biberons et tétines (au moins 2)

Le lait adapté sera conseillé pendant votre séjour

- > Carrés de coton pour les changes
- > Savon pour bébé

Et si vous le souhaitez :

- > Sérum physiologique en dosette
- > Crème pour érythème fessier

Une ordonnance vous sera délivrée pendant votre séjour pour les produits pharmaceutiques (compresses, vitamines...).

6 à 8 semaines après votre accouchement, une visite post natale est recommandée.

## Les rendez-vous à prendre

Pour la maman, une visite post-natale est recommandée 6 à 8 semaines après votre accouchement.  
Pour le bébé une visite chez le médecin traitant ou le pédiatre est à organisée à 1 mois.



# DOCUMENTS IMPORTANTS

## Suivi de grossesse :

- > Fiche d'information d'échographies obstétricales
- > Désigner une personne de confiance
- > Questionnaire médical d'anesthésie
- > Qu'est ce que la péridurale?
- > Acupuncture et Grossesse
- > Fiche d'information uterus cicatriciel
- > Fiche d'information fer injectable
- > Fiche d'information siège
- > Fiche d'information version par manoeuvres externes
- > Fiche d'information surveillance de terme

## Accouchement :

- > Fiche d'information césarienne
- > Fiche d'information déclenchement
- > Livret d'allaitement maternel
- > Fiche d'information inhibition de la lactation
- > Fiche de suivi d'allaitement

## Retour à la maison :

- > Retour à la maison
- > Enquête de satisfaction
- > Fiche d'information coqueluche

## Tabacologie :

- > Consultation de tabacologie
- > Tabac et Grossesse
- > Grossesse sans tabac
- > Pourquoi arrêter de fumer?
- > Arrêt du tabac : Besoin d'aide?
- > L'industrie du tabac

## Séjour en maternité :

- > Bienvenue dans le service de maternité
- > Enquête de goût
- > Chambre particulière Pré-admission





Le service maternité du Centre Hospitalier Alpes Léman vous accompagne tout au long de votre grossesse, pour vous apporter un service de qualité.



CENTRE HOSPITALIER ALPES LÉMAN  
SERVICE MATERNITÉ

558, route de findrol BP 20500 74130 Contamine sur Arve  
T : 04 50 82 20 00 - F : 04 50 82 22 25