

PROJET DE NAISSANCE

Sur les conseils de ma sage-femme XXXX je me permets de rédiger ce projet de naissance afin que mes souhaits soient communiqués aux équipes présentes au moment de mon accouchement.

Lieu d'hospitalisation : Hôpital XXXX

Travail

- Je souhaiterais avoir accès à la salle nature si celle-ci est disponible et pouvoir utiliser (*lianes, ballons, baignoire, ...*)
- Je souhaiterais que l'éclairage de la salle soit légèrement tamisé ; pouvoir mettre un CD de musique d'ambiance zen pour m'aider à me détendre ;
- Je souhaite un minimum de touchers vaginaux et préfère avoir un monitoring intermittent et qui n'entrave pas mes possibilités de bouger ;
- Je ne souhaite pas que le travail soit déclenché ou accéléré chimiquement ou mécaniquement, ni ralenti chimiquement, sauf en cas de réel danger pour le bébé ;
- **Je désire pouvoir me déplacer librement** et adopter les positions qui me conviendront ;
- Dans le cas où je serais sous péridurale, **je souhaite pouvoir accoucher sur le côté** plutôt que sur le dos, pour favoriser la descente du bébé et limiter les risques de déchirures ;
- J'accepte avec plaisir le soutien de la sage-femme, ses conseils pour soulager la douleur des contractions ;
- Je souhaite pouvoir aller aux toilettes librement (*pas de lavement, sonde*) ;
- Pour la péridurale, j'aimerais qu'elle soit faiblement dosée de manière à sentir le bébé et le réflexe de poussée (*péridurale ambulatoire de préférence*).

Accouchement

- Je souhaite attendre le réflexe de poussée et ne pas subir de poussée dirigée ;
- **Je refuse que l'on pratique une épisiotomie préventive**, je préfère encore me déchirer naturellement si cela était nécessaire au passage de mon bébé ;
- Je ne souhaite pas d'expression abdominale ni de tension sur le cordon ;
- Je souhaite que l'on attende que le cordon cesse de battre avant de le clamber et que le papa le coupe ;
- **Je souhaite avoir mon bébé en peau à peau le plus rapidement possible** avant qu'il ne parte en soin, rester le plus longtemps possible à 3 ;
- En cas de problème, je souhaite que la proximité mère-enfant soit maintenue au maximum ou que la présence du papa soit maintenue en permanence auprès du bébé ;
- **En cas de césarienne, je souhaiterais avoir le papa à mes côtés**, qu'il ait le bébé en peau à peau ensuite et qu'il me soit rendu le plus rapidement possible pour la tétée.

Post partum

- Je souhaite que la prise en charge du bébé ne soit pas réalisée immédiatement afin que je puisse faire connaissance avec mon bébé ;
- J'aimerais que la prise en charge de mon bébé, médicale et les prescriptions médicamenteuses, me soient expliquées par le staff médical avant d'être pratiquée sur lui ;
- Je voudrais que l'on me consulte avant que mon bébé ne reçoive de l'eau et du sucre, **je refuse que mon bébé reçoive du lait artificiel** à moins que sa santé soit en réel danger. En parallèle, **je souhaiterais dans ce cas être accompagnée pour tirer mon lait afin de pouvoir lui donner mon colostrum/lait** et le sevrer au plus vite de ce lait artificiel ;
- Je ne souhaite pas qu'on lui donne une tétine qui pourrait perturber la bonne mise en place de l'allaitement ;
- Je souhaite que mon bébé soit examiné ou baigné en ma présence ou celle de son papa ;
- J'aimerais bénéficier de conseils afin d'allaiter au mieux et dans les meilleures conditions possibles.

Séjour

- Je souhaite bénéficier d'une **chambre individuelle** (*ma mutuelle le prend en charge à 100%*), si cela est possible, afin de me reposer au mieux ;
- Je ne souhaite pas qu'un photographe passe dans la chambre ;
- Je ne souhaite pas que mon bébé soit amené en nursery la nuit ; je souhaite qu'il passe la nuit dans ma chambre si cela est possible ;

Si je souhaite sortir plus tôt, un suivi à domicile peut se mettre en place avec ma sage-femme libérale (XXXX).

Un grand merci d'avance aux membres de l'équipe qui prendront le temps de lire ce projet de naissance, et à celle présente le jour J, qui nous aideront à réaliser ce beau projet.