

Projet de naissance

Le projet de naissance est un ensemble de choix que vous ferez pour le suivi de votre grossesse, de votre accouchement et de votre séjour à la maternité.

Le projet de naissance est nique pour chaque couple et permet donc à l'équipe de vous accompagner de façon très personnalisée. La sage-femme pourra ainsi vous proposer des conduites à tenir en adéquation avec vos souhaits et de ce fait, tentera de vous faire vivre l'accouchement de façon active, et non pas en tant que spectateur de la mise au monde votre enfant.

1. Je m'appelle : _____

2. Pendant mon accouchement, je serai accompagnée par : _____

3. Pendant le travail, j'aimerais :
 - Ecouter de la musique
 - Que les lumières soient tamisées
 - Utiliser l'aromathérapie
 - Pouvoir manger et boire si j'en ressens le besoin
 - Pouvoir me déplacer et me positionner librement
 - Pouvoir aller dans le bain

4. Je souhaiterais aussi :
 - Etre informée de toutes les interventions avant qu'elles soient posées
 - Qu'on limite le va-et-vient du personnel dans ma chambre
 - Qu'on utilise uniquement des appareils portatifs de façon intermittente pour vérifier l'état de mon bébé

5. Pour soulager la douleur, j'aimerais avoir recours aux méthodes suivantes :
 - Etre accompagnée par ma sage-femme ou mon kinésithérapeute
 - Bain ou douche
 - Ballon thérapeutique et marcher
 - Massages
 - Respiration
 - Mettre en pratique ma préparation à la naissance

6. Dans la mesure du possible, je souhaiterais éviter les interventions suivantes :
 - Anesthésie locale à la poussée
 - Episiotomie
 - Installation d'une perfusion d'emblée
 - La péridurale

7. Si le travail ralentit, j'aimerais qu'on privilégie les techniques suivantes pour le stimuler :
 - La marche et le mouvement
 - Le bain ou la douche
 - La thérapie posturale (changement de position, ballon, ...)
 - Je préférerais qu'on évite la stimulation et qu'on laisse à mon bébé le temps dont il a besoin

8. Lorsque viendra le temps de pousser, j'aimerais utiliser les positions suivantes :
 - Accroupie
 - A quatre pattes

- Couchée sur le dos
- Debout
- Semi-assise
- Sur le côté

9. Pour m'aider à pousser, je souhaite :

- Utiliser un miroir pour voir arriver mon bébé
- Qu'on masse mon périnée
- Que la personne qui m'accompagne participe
- Qu'on me conseille sur la façon de pousser
- Qu'on me laisse pousser selon mes besoins

10. Si une césarienne s'avérait nécessaire, je préférerais :

- Que la personne qui m'accompagne soit présente lors de la naissance de mon bébé
- Que la proximité mère-enfant soit maintenue au maximum, ou du moins que la présence du papa soit maintenue en permanence auprès du bébé

11. A la naissance de mon bébé, même par césarienne, j'aimerais :

- Qu'il soit déposé immédiatement en peau à peau sur mon ventre
- Qu'on respecte le rythme de mon bébé afin qu'il puisse faire sa première tétée
- Qu'il soit remis à la personne qui m'accompagne si je suis inconfortable
- Qu'on attende deux minutes après la naissance pour couper le cordon
- Que le cordon ait cessé de battre avant qu'on le coupe
- Couper moi-même le cordon

- Que la personne qui m'accompagne coupe le cordon
- Que les soins et l'examen de mon bébé aient lieu après la première tétée sauf contre-indication médicale

12. A la maternité, je souhaite :

- Une chambre seule
- Une chambre commune
- Etre accompagnée la nuit (uniquement en chambre seule)

13. Je souhaite :

- Allaiter mon bébé et qu'il ne reçoive pas de supplément
- Allaiter mon bébé et qu'on lui offre des suppléments de préparations lactées seulement si il y a une indication médicale
- Nourrir mon bébé avec des préparations lactées

14. Je crois que l'information suivante vous sera utile :

Signature des parents :