



Centre Hospitalier  
LANNION-TRESTEL

# *Bienvenue en* *Maternité*



# Maternité Labellisée

Le comité du Label CNGOF est heureux  
de vous annoncer le renouvellement de la labellisation  
DE LA MATERNITE  
DU CENTRE HOSPITALIER DE LANNION



2023

Professeur Israël Nisand,  
Président du comité Label CNGOF

La Maternité du CH de Lannion-Trestel est labellisée **Maternys**.  
Ce label distingue les maternités qui mettent la bientraitance au  
centre de leurs préoccupations et donnent aux parents accès à  
une plateforme d'informations.  
Pour en savoir plus renseignez-vous auprès de l'équipe et  
scannez le QR Code :





**Soucieux de vous accueillir dans les meilleures conditions et de parfaire votre information, ce livret réalisé par les équipes de gynécologie-obstétrique vient en complément du livret d'accueil de la personne hospitalisée au Centre Hospitalier de Lannion-Trestel.**

Ce document a pour objectif de vous préparer au mieux à votre séjour en maternité mais aussi de répondre à vos interrogations de votre admission jusqu'à votre retour à domicile.

Si toutefois, certaines questions demeurent, n'hésitez pas à interroger les professionnels chargés de votre prise en charge.

## **Les contacts :**

- Secrétariat de gynécologie-obstétrique : **02 96 05 70 60**
- Service de maternité : **02 96 05 72 62**
- Secrétariat d'Anesthésie : **02 96 05 71 30**
- Secrétariat de pédiatrie : **02 96 05 73 69**
- Secrétariat préparation à la naissance : **02 96 05 73 41 (13h30/17h)**
- Secrétariat rééducation périnéo-abdominale : **02 96 05 73 41 (13h30/17h)**
- Secrétariat centre de planification : **02 96 05 71 55**
- Infirmière diabétologie : **02 96 05 71 65**
- Diététicienne : **02 96 05 71 32**
- Secrétariat du laboratoire : **02 96 05 71 50**
- Secrétariat des psychologues : **02 96 05 70 58**

## Présentation du service

Les activités de gynécologie-obstétrique	P 5
Les professionnels	P 5

## Le suivi de la grossesse

La surveillance de la grossesse	P 6
La préparation à la naissance	P 7

## La préparation du séjour

En fin de grossesse	P 8
Ce qu'il faut apporter	P 8-9
L'arrivée à la maternité	P 9

## L'hospitalisation

L'accouchement	P 10
Les soins	P 11
Le déroulement du séjour	P 12
Le retour à domicile	P 12
Préparer une sortie précoce	P 13

## Après la sortie

Les rendez-vous de suivi	P 14
Conseils pratiques	P 14
La pédiatrie	P 15

# Bienvenue en Gynécologie-Obstétrique :

## Le service se compose de trois unités :

■ **L'unité de consultations et d'échographie** : Variée et adaptée à vos besoins, l'équipe de médecins et sages-femmes vous reçoit dans 8 salles de consultations, 2 salles d'échographie et un espace d'accueil pour la préparation et la rééducation. Les consultations sont assurées :

### - Soit par les gynécologues :

- Suivi gynécologique et contraception
- Suivi de grossesse
- Prise en charges des pathologies gynéco obstétricales
- Echographies

### - Soit par des sages-femmes :

- Suivi de grossesse
- Suivi gynécologique de prévention et contraception
- Acupuncture (autour de la naissance ou en lien avec la gynécologie)
- Echographies
- Entretien prénatal précoce EPP
- Aide au sevrage tabagique
- Préparation à la naissance et à la parentalité
- Accompagnement de l'allaitement maternel
- Rééducation périnéo-abdominale

⇒ **Les rendez-vous sont à prendre auprès des secrétaires médicales.**

■ **L'unité de salles de naissance et d'accueil des urgences gynéco-obstétricales** : les patientes venant consulter en urgence (gynécologie ou femmes enceintes) ou venant accoucher sont accueillies au bloc obstétrical par la sage-femme et le médecin de garde. L'unité comprend un bureau d'admission, une salle de pré-travail, une salle « nature » pour les accouchements peu médicalisés (avec baignoire et lit d'accouchement avec lianes), 3 salles de naissances « classiques » et une salle de césarienne au bloc opératoire à proximité immédiate. Présence sur place 24h/24 de la sage-femme et de l'anesthésiste ; astreinte opérationnelle 24h/24 gynécologue et pédiatre.

■ **L'unité d'hospitalisation accueillant grossesses à haut risques, gynécologie médicale et maternité** : le service de gynécologie-obstétrique du Centre Hospitalier Lannion-Trestel accueille une maternité de niveau 1 qui travaille avec le réseau périnatalité Bretagne pour une prise en charge adaptée à chaque situation. Chacune des 14 chambres individuelles comporte un espace bain et change pour bébé, une douche et des toilettes.

## Les Professionnels :

■ **Pour vous offrir une prise en charge de qualité et adaptée à votre situation, notre équipe pluridisciplinaire dynamique est composée de :** gynécologues-obstétriciens, sages-femmes, pédiatres, anesthésistes, auxiliaires de puériculture, agents hospitaliers et secrétaires médicales.

■ **D'autres professionnels peuvent également intervenir à votre demande :** psychologue, assistante sociale, diététicienne, PMI, kinésithérapeute...



Retrouvez les actualités de la maternité sur la page Facebook du Centre Hospitalier de Lannion-Trestel !

# La surveillance de la grossesse :

## Les consultations prénatales

Pour un suivi complet de votre grossesse :

- Première consultation avec une sage-femme entre 7 et 10 semaines d'aménorrhée.
- Un entretien prénatal précoce avec une sage-femme à l'hôpital ou en libéral.
- Une consultation de suivi de grossesse tous les mois par un médecin traitant, un gynécologue ou sage-femme.
- Une consultation avec un anesthésiste vers 35/36 semaines d'aménorrhée.
- Les consultations du 8<sup>e</sup> et/ou 9<sup>e</sup> mois sont réalisées dans notre service.
- Une consultation à 39 semaines d'aménorrhée par la sage-femme de notre maternité.

## Les échographies

Trois échographies sont recommandées pendant la grossesse à la 12<sup>e</sup>, 22<sup>e</sup> et 32<sup>e</sup> semaine d'aménorrhée.

## Les examens biologiques

■ **Suivi biologique mensuel personnalisé** Groupe sanguin, RAI, sérologie toxoplasmose, sucre et protéines dans les urines, prélèvement vaginal ...

■ **Les marqueurs sériques maternels de la**

**Trisomie 21 examen recommandé** (*Recommandation HAS 2007*)

- Soit au 1<sup>er</sup> trimestre entre 11 semaines et 13 semaines + 6 jours.
- Soit au 2<sup>e</sup> trimestre entre 14 semaines et 17 semaines + 6 jours.



Les examens de biologie peuvent être réalisés aux consultations externes du centre hospitalier. Horaires d'ouverture : 7h30 - 16h, sans rendez-vous (sauf si rhésus fœtal).  
Secrétariat du laboratoire : 02 96 05 71 50

## Le suivi des grossesses pathologiques

Il est effectué par un obstétricien et la surveillance est assurée :

- À l'hôpital par une sage-femme.
- À domicile dans le cadre de l'hospitalisation à domicile ou d'un suivi par une sage-femme libérale. Certaines situations peuvent nécessiter une hospitalisation à l'hôpital de Lannion, ou parfois à Saint-Brieuc, dans le cadre d'une prise en charge en réseau.

## L'accompagnement à l'arrêt du tabac

Nos deux sages-femmes tabacologues peuvent vous accompagner sur rendez-vous.

## L'Acupuncture

La consultation d'acupuncture est réalisée par la sage-femme après un entretien et un examen spécifique.



# La préparation à la naissance :

## Un entretien prénatal précoce

La Maternité vous propose cet entretien\*, individuel ou en couple, avec une sage-femme. Cet entretien, d'une durée d'environ une heure, n'est pas une consultation médicale mais a pour but de préparer la venue au monde de votre enfant dans les meilleures conditions.

*\* à n'importe quel moment de la grossesse*

## Une préparation globale et corporelle avec une approche acupression

Elle associe une information sur le déroulement de la grossesse et de l'accouchement à un apprentissage de la respiration, des postures antalgiques et de la relaxation.

**7 séances assurées par une sage-femme, une séance est ouverte aux accompagnants.**

## Une visite de la maternité ouverte à tous

Même si vous ne choisissez pas de suivre une préparation à la naissance à l'hôpital, vous pouvez découvrir et prendre connaissance du service pour préparer votre arrivée et votre séjour. Vous pouvez être accompagnée du conjoint ou d'un proche. Pour cela prenez rendez-vous auprès de la secrétaire de préparation à la naissance.

Un cours collectif sur la nutrition est assuré par une diététicienne (le lundi de 10h à 12h).

## Un entretien post natal avec une sage femme pourra vous être proposé entre la 4<sup>e</sup> et la 8<sup>e</sup> semaine qui suit l'accouchement.

**Pour plus de renseignements ou pour vous inscrire, veuillez contacter  
le secrétariat de la préparation à la naissance au  
02 96 05 73 41 (13h30-17h)**

La salle de préparation à la naissance est située  
au rez-de-chaussée inférieur (bâtiment principal)

## En fin de grossesse :



### Les Formalités administratives d'état civil

- Choisir le **nom de famille** de l'enfant (1<sup>er</sup> enfant du couple), document à retirer en mairie.
- Faire la **reconnaissance anticipée** à la Mairie de votre choix (pour les couples non-mariés).  
→ Il vous suffira de remettre ces documents à la sage-femme le jour de la naissance.
- La déclaration de naissance est signée par vos soins et vérifiée par le secrétariat puis transmise à la mairie de Lannion, excepté si le père de l'enfant manifeste, auprès de la Sage-Femme, le désir de se rendre lui-même à la mairie de Lannion.

### Réalisez votre pré-admission

Lors de votre passage en consultation du 8<sup>e</sup> mois ou en consultation d'anesthésie, réalisez votre pré-admission au secrétariat de la maternité (au 1<sup>er</sup> étage) se munir d'une pièce d'identité, de votre carte vitale et de la carte de mutuelle.

### La consultation d'anesthésie

À 7 mois 1/2 de grossesse, vous devez réaliser une consultation d'anesthésie au cours de laquelle un médecin anesthésiste réanimateur pourra répondre à vos questions et développer les points qui vous intéressent.

Prise de rendez-vous au **02 96 05 71 30**. (se munir de votre carte de groupe sanguin).

### La personne de confiance

En fin de grossesse, le secrétariat vous remettra les documents pour désigner une personne de confiance ainsi que la personne à prévenir durant votre hospitalisation.

### Faire connaissance avec la sage-femme libérale qui viendra à la maison après la naissance

Au plus tard en fin de grossesse, vous êtes invitée à faire un **bilan anténatal** avec la sage-femme libérale de votre choix pour évaluer vos besoins et préparer le retour à la maison avec bébé (bilan pris en charge par sécurité sociale). Le secrétariat peut vous fournir une liste exhaustive des sages-femmes du département.





## Que faut-il apporter ?

### Un petit sac pour la salle d'accouchement avec :

#### Documents administratifs :

- Carte vitale et carte de mutuelle de l'année en cours
- Pièce d'identité
- Reconnaissance anticipée (si pas mariée) et/ou livret de famille
- Formulaire du choix du nom de famille pour un 1<sup>er</sup> enfant ou double nom

#### Documents médicaux : les résultats des examens de laboratoire réalisés pendant la grossesse en version papier

- Carte de groupe sanguin (avec 2 déterminations phénotypées)
- Les résultats des examens de laboratoire réalisés pendant la grossesse
- Les échographies, etc...

#### Vos effets personnels :

- Peignoir ou paréo / couverture polaire
- Brumisateur
- CD, clé usb ou playlist téléphone si vous souhaitez de la musique en salle d'accouchement



Les objets personnels de valeur (téléphone, ordinateur, argent, bijoux...) sont sous votre responsabilité, celle de l'établissement ne peut être engagée en cas de perte ou de vol. Vous avez la possibilité de les déposer à l'Accueil-Gestion des patients au rez-de-chaussée, qui effectuera un dépôt à la Trésorerie principale de Lannion durant votre séjour.

## L'arrivée à la maternité :

Vous arrivez en journée, présentez-vous au bloc obstétrical au 1<sup>er</sup> étage.

Vous arrivez le soir ou la nuit (entre **22h30** et **6h30**), entrez par les urgences et présentez-vous au secrétariat.

Dans le service de gynécologie-obstétrique, une sonnette est disposée au mur, face au secrétariat, elle permet d'appeler la sage-femme de garde.

La veille du terme, contactez le secrétariat ou la sage-femme en salle de naissance pour organiser le suivi du terme dépassé.

## La valise pour le séjour

#### Pour la maman :

- Linge de toilette (serviettes + gants)
- Pyjamas, peignoir, chaussons
- Tenue pour la journée
- Veilleuse (lumière tamisée)
- Slips jetables
- Nécessaire de toilette
- Un réveil ou une montre
- Serviettes hygiéniques
- Un crayon et un petit carnet

#### Si allaitement :

- 2 soutiens gorge d'allaitement (une taille de bonnet supérieure à celle actuelle)
- Coussinets d'allaitement

#### Pour le bébé :

- 5 bodys
- 5 pyjamas
- 2 brassières de laine (taille 1 mois)
- Chaussons ou chaussettes
- Bonnet
- Bavoirs
- Nid d'ange ou équivalent pour la sortie
- 2 turbulettes nouveau-né
- 1 thermomètre pour bébé
- 1 paquet de couches pour bébé
- 1 biberon (en verre conseillé)

**N.B. : les serviettes de toilette bébé, les produits de toilette bébé sont fournis par la maternité pendant la durée du séjour**

## L'accouchement :

- **En début de travail, vous pouvez bénéficier de bains, de mobilisation sur ballon, et de séances d'acupuncture.**

L'accouchement est réalisé par la sage-femme de garde, assistée par une auxiliaire de puériculture. Si un problème particulier se pose durant le travail, elle fait appel au gynécologue-obstétricien de garde. Un anesthésiste complète cette équipe de garde 24h/24. L'accouchement se déroule en salle d'accouchement classique, (notamment en cas de péridurale) ou en salle nature.



- **L'accueil du bébé :**

Dans la mesure où la situation le permet, nous vous proposons de faire du peau à peau avec votre enfant durant les premières heures qui suivent la naissance (en salle d'accouchement). Les soins du bébé seront effectués juste avant le passage en service d'hospitalisation.

- **En cas de naissance par césarienne :**

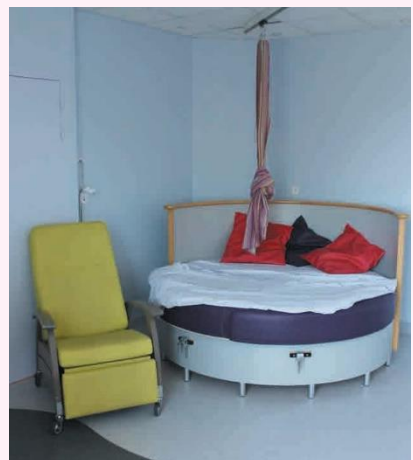
En cas de naissance par césarienne, la présence d'un accompagnant est possible s'il n'y a pas de caractère d'urgence. Suite à l'accueil de votre bébé, vous serez prise en charge pendant 2 heures en salle de réveil. Pendant ce temps, votre conjoint pourra profiter, s'il le souhaite, d'un moment de peau à peau avec son enfant.



- **La salle Nature :**

Cette salle d'accouchement est un lieu dédié aux femmes qui souhaitent accoucher sans péridurale et le plus naturellement possible. La salle est composée de 2 pièces, l'une équipée d'une baignoire, d'un fauteuil d'étirement avec ballon et liane permettant de soulager les douleurs du travail par différentes techniques d'étirement et de positionnement.

L'autre pièce est d'avantage destinée à l'accouchement, avec un grand divan rond, un fauteuil pour le papa, un lit d'accouchement, sur des chariots le matériel nécessaire à l'accouchement et aux premiers soins au bébé permettant ainsi à la maman d'y participer pleinement.



# Les soins :

## Le suivi médical du bébé

- Un premier examen est fait à la naissance par la sage-femme.
- Un second examen au 1<sup>er</sup> ou 2<sup>e</sup> jour par le pédiatre.
- Un dépistage auditif systématique réalisé en cours de séjour.
- Le dépistage systématique à la naissance de plusieurs maladies. Ce dépistage est fait chez tous les nouveau-nés au 3<sup>ème</sup> ou 4<sup>ème</sup> jour. A la naissance de votre enfant, une plaquette vous sera remise concernant ce dépistage, lisez là attentivement. Ces deux dépistages font l'objet d'un consentement signé.
- Un troisième examen, réalisé par le pédiatre, consiste en un bilan complet fait en votre présence. Le pédiatre remplit également le carnet de santé, répond à vos questions et vous remet les ordonnances nécessaires pour d'éventuelles consultations ou examens ultérieurs de votre bébé.

## L'accompagnement des auxiliaires de puériculture

Chaque jour, les auxiliaires de puériculture vous accompagnent lors du bain et des soins à la nurserie, lieu de rencontre pour les jeunes mamans et papas. Le bain peut aussi s'effectuer dans la chambre avec l'accompagnement d'une auxiliaire de puériculture. Elles vous guident et vous conseillent pour l'allaitement ou l'alimentation au biberon du bébé.

**L'équipe vous accompagnera pour observer et identifier les besoins de votre enfant.**

## Les soins et le suivi de la maman

Chaque jour, la sage-femme réalise un examen de la maman, pratique les soins nécessaire et répond à ses questions.

En fonction des besoins, d'autres professionnels peuvent vous rendre visite : diététicienne, assistante sociale, psychologue.

Au cours de votre séjour, si les signes de baby blues se prolongent, l'équipe sera présente et vous proposera un accompagnement adapté.

*L'équipe d'auxiliaires de puériculture peut vous proposer un « Bain Thalasso » pour votre bébé. Un moment de détente, d'échanges et de bien-être pour l'enfant mais aussi pour les parents.*



# Le déroulement du séjour

## Les repas

- Le matin, un petit déjeuner est proposé soit en chambre à 8 h soit en buffet self-service aux mamans qui le souhaitent, ainsi qu'aux accompagnants. Le buffet est ouvert de **7h45 à 10h** dans la salle « la plage ».
- Dans la matinée l'agent hospitalier passe prendre votre commande de repas.
- Le déjeuner est servi entre **12h et 13h**.
- Une collation vous est proposée vers **15h30**
- Le dîner est servi entre **18h30 et 19h**.

## Les visites

Pour protéger la maman et le bébé, une solution hydro-alcoolique pour se désinfecter les mains est à disposition dans chaque chambre. Les visites sont autorisées de **14h à 20h**, nous invitons les familles à se rendre dans la chambre en nombre limité et d'être attentif au bruit afin de respecter le repos et la tranquillité de chacun. La salle "La Plage" est à votre disposition pour accueillir vos proches ou vous reposer en dehors de la chambre. Concernant la visite d'enfants, nous vous invitons à la limiter aux frères et sœurs du nouveau-né.

## L'accompagnant

Chaque patiente peut choisir un accompagnant pour tout son séjour. Si l'accompagnant souhaite prendre un repas ou rester une nuit, vous trouverez les consignes à suivre dans l'annexe jointe à ce livret.



## Le retour à domicile :

### Les différentes modalités de sortie

- **Quand la maman et le bébé ne présentent aucune pathologie ou difficulté, la sortie s'effectue 2 à 4 jours après la naissance.**
- **Le suivi à domicile :** vous pouvez bénéficier d'un accompagnement à domicile après votre sortie de la maternité par une sage-femme libérale de votre choix.
- **Un suivi à domicile** est également possible avec les puéricultrices de la Protection maternelle infantile (PMI).

### Comment s'organise le départ ?

Il peut se faire tous les jours, généralement entre **11h et 14h**, après avoir vu la sage-femme, le médecin ou l'interne qui évoquera avec vous la contraception, les traitements, la visite post-natale et les vaccinations pour protéger votre nouveau-né.

Après l'examen de votre bébé par le pédiatre, son carnet de santé vous est remis le jour du départ ainsi que les ordonnance. Vous récupérez les extraits d'acte de naissance ainsi que le bulletin de situation au secrétariat.

Pensez à remplir votre questionnaire de satisfaction.

## Préparer une sortie précoce :

- **Vous pouvez avoir envie de sortir plus tôt de la Maternité :** c'est possible si votre santé et celle de votre bébé le permettent et si l'organisation du suivi médical a été anticipée (professionnels prévenus et ayant donné leur accord). Vous pourrez alors sortir au cours des 3 premiers jours suivant la naissance.
- **Au cours du séjour en maternité les professionnels échantent avec vous** pour savoir si vous confirmez ce souhait (vous pouvez changer d'avis) et s'assurent de l'absence de complications.

**Votre suivi médical et celui de votre bébé par une sage-femme et un médecin ont été planifiés avant votre sortie selon les modalités suivantes :**

- **La première visite de la sage-femme** doit être effectuée dans les 24 heures après la sortie (rendez-vous à votre domicile)

**La deuxième visite de la sage-femme** est systématique dans la semaine suivant la sortie et sera planifiée lors de la première visite

- **Une troisième visite est recommandée**
- **Le bébé a un rendez-vous programmé** avec un médecin pendant la première semaine pour établir le certificat du 8<sup>e</sup> jour. Le rendez-vous peut être pris soit avec un pédiatre de la maternité, soit avec votre médecin traitant avec son accord préalable.

**Vous pouvez préparer votre sortie lors du bilan prénatal avec la sage-femme libérale de votre choix.**

## Conseils pratiques :

### Prévoir le matériel pour la sortie du bébé

- Des couches
- Des biberons (de préférence en verre), de l'eau adaptée et du lait en poudre premier âge
- Des compresses et du sérum physiologique (prescrits sur l'ordonnance du bébé)

### Allaiter

Le guide de l'allaitement maternel peut vous être remis. Il peut vous aider et vous guider dans les étapes et la mise en place de votre allaitement.

Une consultation allaitement maternel assurée par une sage-femme de l'hôpital et une puéricultrice de la protection maternelle et infantile (PMI) de Lannion, est proposée chaque jeudi à la Maison du département, bd Louis Guilloux à Lannion, sur rendez-vous au : **02 96 04 01 04**

**Penser à se reposer ! Et n'hésitez pas à solliciter amis et famille.**

## Les rendez-vous de suivi médical après l'accouchement :

### Une consultation pour votre enfant

Avant 15 jours de vie, puis tous les mois, chez votre médecin traitant ou pédiatre (consultations de pédiatrie au Centre Hospitalier de Lannion)

### Votre consultation post-natale

6 à 8 semaines après l'accouchement, par le gynécologue ou la sage-femme, pour faire le point sur votre état de santé à distance de la naissance.

### Rééducation périnéo-abdominale

Des séances de rééducation des muscles du périnée pourront vous être prescrites lors de la visite post-natale. Ces séances peuvent être assurées par une sage-femme de l'hôpital.

### Un suivi gynécologique annuel

Il est conseillé pour toutes les femmes, soit avec une sage-femme (si vous ne présentez pas de pathologies particulières), soit avec un médecin (gynécologue ou généraliste).

### Un entretien postnatal

Pour accompagner les parents, un temps d'échange peut vous être proposé par une sage-femme ou un médecin entre 4 et 8 semaines après la naissance. L'objectif de cet entretien est de repérer les facteurs de risques et les 1<sup>er</sup> signes de la dépression du post-partum (état dépressif ou anxieux, fatigue, humeur instable...)



# La pédiatrie :

Le service se compose de deux unités :

## ■ Consultations externes

Il est possible de prendre rendez-vous pour une consultation avec un pédiatre pour le suivi de votre enfant (Secrétariat – du lundi au vendredi **02 96 05 73 69**)

## ■ Service d'hospitalisation

Une unité de 8 lits d'hospitalisation en chambre individuelle

**Les deux unités sont situées au 3<sup>e</sup> étage du bâtiment principal.**



*Les enfants se rendent au bloc ou en imagerie en voiture électrique*

