

# MATERNITÉ

## LIVRET

### D'ACCUEIL



**Hôpital  
Saint Joseph  
Saint Luc**

L'hôpital au cœur, l'esprit ouvert



Vous avez choisi la maternité de l'hôpital Saint Joseph Saint Luc, nos équipes sont très heureuses de vous accueillir.

L'Hôpital Saint Joseph Saint Luc est un hôpital privé à but non lucratif et exerce une mission de service public hospitalier sur l'ensemble de ses activités : ses patients bénéficient d'une tarification publique, sans « reste à charge » et sans dépassement d'honoraire.

#### Votre avis est précieux

Pour que notre hôpital progresse, qu'il réponde à vos attentes, que les prochains séjours se déroulent au mieux pour tous nos patients, nous vous remercions de compléter notre questionnaire de satisfaction. Ce questionnaire permet aussi de témoigner de votre expérience - qu'elle soit positive ou à améliorer - auprès des soignants qui vous ont accompagnée.



If you do not speak or understand French, we will do our best to find an interpreter. Please do not hesitate to ask a member of the medical staff for assistance.



Falls Sie kein Französisch sprechen oder verstehen, wird unser Krankenhaus sich bemühen einen Dolmetscher zu finden. Wenden Sie sich hierfür bitte an das Pflegepersonal.



Si no habla o no entiende francés, haremos todo lo posible por encontrarle a un intérprete. No dude en preguntar a nuestro personal de atención sanitaria.



Se non parli o non capisci il francese, faremo del nostro meglio per trovare un interprete per te. Non esiti a chiedere al nostro personale infermieristico



يراصق لذبن سف ، ادهف دي جت ال وأ ةيس نرفلا ةغلل ملكتت ال تنك اذ  
يفظوم نم قدع اسملا بيلط يف ددرتت ال .كل يروف مجرتم دا جي ال اندهج  
ان يدل ةي حصللا ةي اعزل



Nëse nuk e flisni frëngjishten, ose nëse nuk e kuptoni, ne do të bëjmë të gjitha përpjekjet për t'ju gjetur një përkthyes. Mos ngurroni t'ia kërkoni personelit tonë të kujdesit



Dacă nu vorbiți sau nu înțelegeți limba franceză, vom face tot posibilul să vă găsim un interpret. Nu ezitați să solicitați personalul nostru medical.

# SOMMAIRE

## Notre maternité

| 2

Au cœur d'un réseau  
Se repérer  
Les visites

## Démarches administratives

| 7

Hébergement  
Désigner une personne de confiance  
Les directives anticipées  
Votre consentement  
La déclaration de grossesse  
Le congé maternité  
La déclaration de naissance

## Conseils alimentation et santé pendant la grossesse

| 13

Alimentation  
Tabac, alcool, drogues  
Santé et environnement  
Vaccination et grossesse

## Le suivi médical de votre grossesse

| 18

Votre suivi médical  
Vous êtes victime de violences

## Accompagnement psychosocial

| 22

Equipe de soins psychiques  
Service social

## Se préparer à la naissance

| 24

L'entretien prénatal précoce  
La préparation à la naissance  
Votre projet de naissance  
Les ateliers  
Préparer l'arrivée du bébé  
A la maison

# ANNUAIRE

Secrétariat maternité

04 78 61 85 86

maternite@

saintjosephsaintluc.fr

Salle d'accouchement

04 78 61 84 09

Secrétariat de  
psychologie

04 78 61 62 61

Service social

04 78 61 80 22

# NOTRE MATERNITÉ

## Des équipes engagées

### Qualité & sécurité

La maternité de Saint Joseph Saint Luc est une maternité de niveau 1 réalisant plus de 2 000 naissances chaque année.

Les obstétriciens et les anesthésistes sont présents 24h/24. Les pédiatres sont présents 7J/7 pour suivre votre enfant et répondre à vos questions. Une astreinte pédiatrique en salle d'accouchement est assurée toutes les nuits.

Pour compléter le dispositif de notre maternité, notre hôpital dispose également d'un plateau technique complet : laboratoire d'analyses médicales, banque de sang, service d'imagerie médicale (radio, scanner, IRM) et d'un service de réanimation adultes.

Si votre état de santé ou celui de votre bébé nécessite une prise en charge en maternité de niveau 2 ou 3, notre équipe organisera un transfert dans une autre maternité partenaire.



### Qualité et sécurité des soins

Des indicateurs dans différents domaines sont définis pour évaluer le niveau de qualité et de sécurité des soins que nous délivrons. Les résultats sont diffusés annuellement sur notre site : <https://saintjosephsaintluc.fr/qualite-et-securite/>

### Au coeur d'un réseau

Notre maternité fait partie du réseau périnatal AURORE et travaille en lien avec toutes les équipes des autres maternités.

L'équipe de notre maternité a obtenu l'IPAct Or en 2023 et en 2024. Cet indice est obtenu en fonction de la participation des équipes aux actions transversales de ce réseau. Vous pouvez consulter les indicateurs relatifs à nos pratiques sur leur site : [www.aurore-perinat.org](http://www.aurore-perinat.org)

En tant que membre du réseau AURORE, notre maternité forme des futurs professionnels de santé. Il est possible que vous rencontriez des étudiants au cours de votre parcours. Ils pourront être amenés à réaliser des soins sous notre responsabilité.

### En démarche pour le label IHAB

En 1991, l'OMS et l'UNICEF lancent l'Initiative hôpital amis des bébés (IHAB), à l'origine pour protéger l'allaitement maternel.

Depuis, l'IHAB a évolué en devenant un programme de soins centrés sur l'enfant et sa famille. Le label IHAB récompense les équipes investies dans cette démarche d'amélioration.

# BIEN NAÎTRE À LA MATERNITÉ ST JOSEPH ST LUC



## Accueil

Vous bénéficiez de l'accompagnement personnalisé d'une équipe formée et attentive à vos besoins, qui vous guide avec respect et bienveillance dans vos premiers pas de parents.



## Accompagnement

Vous êtes invités à participer aux séances de préparation à la naissance, aux réunions d'informations (rythmes et besoins du nouveau-né, santé environnement et périnatalité), ainsi qu'à différents ateliers de parentalité (massages bébé, portage). Si besoin, un soutien psychologique est possible avec notre équipe de psycho-périnatalité.



## Naissance

L'équipe est à l'écoute de vos souhaits et de votre projet de naissance, dans le respect de la physiologie et de la sécurité.



## Alimentation et rythme

Quel que soit votre choix d'alimentation pour votre enfant, l'équipe est là pour vous accompagner et vous conseiller. Repérer les signes d'éveil calme de votre bébé permet de l'alimenter au meilleur moment.



## Soutien

Nos conseillères en lactation assurent des consultations individuelles, dès la grossesse si besoin. Des tables rondes en groupe sont aussi proposées. Les coordonnées des associations de soutien à l'allaitement et à la parentalité sont à votre disposition sur notre site et nos plaquettes d'informations.



## Allaitement maternel

Le lait maternel apporte de nombreux bénéfices pour les mères et les bébés. Votre lait suffit aux besoins de votre nouveau-né. Sauf indication médicale tout autre apport n'est pas nécessaire. Éviter le biberon et la tétine favorise l'apprentissage au sein.



## Retour à la maison

Tout au long du séjour nos conseils et notre accompagnement vous permettent une sortie sereine, en favorisant l'autonomie et la confiance. Pour la continuité des soins la maternité travaille en lien avec les praticiens libéraux et la PMI.



## En cas de séparation

Si pour une raison médicale vous êtes séparés de votre bébé, l'équipe de la maternité vous aidera pour l'établissement et le maintien du lien avec votre enfant, et vous accompagnera pour la mise en route de la lactation si vous allaitez.

L'OMS recommande l'allaitement maternel jusqu'aux 6 mois de l'enfant pour couvrir l'ensemble de ses besoins nutritionnels. L'allaitement reste important jusqu'à 2 ans et au-delà, associé à une diversification adaptée.

Comme le préconise le **code OMS**, la maternité s'engage à ne diffuser aucune publicité en faveur des laboratoires de lait industriel afin de protéger les familles des pressions commerciales.



## Peau à peau

Quel que soit le mode d'accouchement, votre bébé peut rester sur maman peau contre peau dès la naissance pour son bien-être. Si besoin le coparent peut prendre le relais.



## Ensemble 24h/24

Pour mieux faire connaissance, le rassurer et repérer ses besoins, la proximité avec votre bébé est encouragée, de jour comme de nuit. Le peau à peau a volonté aussi !



Hôpital  
Saint Joseph  
Saint Luc

## Se repérer

### Niveau -3

• Parking (payant). Entrée par le côté rue Chevreul et sortie dans la même rue par l'ascenseur. Les caisses sont au niv.-3.

### Niveau 0

• Accueil principal de l'hôpital côté quai Claude Bernard de 6h30 à 20h (9h à 20h les week-ends et jours fériés).

• Accueil **urgences obstétricales après 20h** à l'arrière de l'hôpital au 6 rue Raulin au niveau du poste de sécurité.



Ce pictogramme vous permettra de vous repérer.

• Service d'imagerie, radiologie, scanner.

### Niveau -1

• **Aile C** : laboratoire d'analyses médicales (ouvert de 7h30 à 18h).

• **Aile D** : service de consultations (maternité, gynécologiques) et les **urgences** gynécologiques.

### Niveau 2

• **Aile D** : salles d'accouchement et urgences obstétricales.

### Niveau 5

• **Aile A** : le service de maternité.

• **Aile D** : la salle de préparation à la naissance.

### Niveau 6

• **Terrasses** dont une végétalisée et non fumeur.

### Wifi

Notre établissement dispose d'un accès Wifi patient au sein de la maternité.

## Les visites

- Le co-parent est le bienvenu **24 heures sur 24**.
- Les visites sont possibles de **12h à 20h** au sein de notre maternité.

Pour votre bien être et celui de votre nouveau-né nous vous conseillons de **limiter les visites** en maternité.

- Les mineurs ne sont pas autorisés dans le service **sauf les frères et sœurs** du bébé.
- Ces consignes sont d'autant plus importantes en période d'épidémie hivernale.



# DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

## avant, pendant et après votre grossesse



## Hébergement

### Une maternité pensée pour vous

Entièrement **renovée en 2025**, baignée de lumière, notre maternité a été entièrement pensée pour que vous puissiez vivre le moment de la naissance de votre enfant dans les meilleures conditions.

### 25 chambres spacieuses et lumineuses

Notre maternité, située en bordure du Rhône, dispose de **25 chambres** lumineuses. Nous avons mis au cœur de nos priorités la qualité de vie des patientes et de leurs familles.

### Des chambres simples et doubles

Vous pouvez demander à bénéficier d'une chambre individuelle, avec paiement d'un **supplément de 92 €** (le plus souvent pris en charge par votre mutuelle).

**Un formulaire** vous sera alors remis à la fin de la grossesse pour effectuer votre demande.

### Couchette co-parent

Parce que la présence du co-parent à vos côtés est essentielle, nous proposons une couchette dédiée dans toutes nos chambres individuelles.

Elle permet au co-parent de rester à vos côtés de jour comme de nuit, et de partager les premiers instants avec votre bébé tout en vous apportant l'aide dont vous avez besoin.

**La nuit est facturée 24 €**, elle comprend une couchette confortable et le petit déjeuner.

## Désigner une personne de confiance

---

Pendant votre séjour, il vous est possible de désigner une personne de confiance.

Librement choisie dans votre entourage, cette personne pourra, si vous en faites la demande, assister aux entretiens médicaux et vous aider à formuler vos souhaits.

Elle sera également consultée dans le cas où vous ne seriez pas en mesure d'exprimer votre volonté ou de recevoir l'information nécessaire à cette fin.

Il s'agit d'une possibilité et non d'une obligation, valable pour la durée de l'hospitalisation.

**Un formulaire** est à votre disposition pour désigner cette personne si vous le souhaitez. Il est à remettre à nos équipes lors de votre arrivée. Il vous est possible d'annuler votre désignation ou d'en modifier les termes à tout moment.

L'équipe médico-soignante du service se tient à votre disposition si vous avez besoin de plus de précisions.

## Votre consentement

---

Vous êtes acteur de votre prise en charge. Nos équipes médicales vous informeront de votre état de santé, des examens et traitements prescrits tout au long de votre séjour, afin de vous permettre d'apporter un consentement libre et éclairé.

**Des documents relatifs à l'information et au consentement** vous seront remis et commentés : il est important de les lire attentivement, de les compléter et de les signer.

**Vous pouvez éventuellement refuser** un traitement, une intervention ou les soins proposés et/ou quitter l'établissement contre avis médical. Dans les deux cas, vous serez informée des risques encourus.

**Vous devrez alors signer une attestation de sortie contre « avis médical » ou de « refus de soins ».**

Si vous n'êtes pas en état d'exprimer votre volonté, votre personne de confiance, votre famille ou l'un de vos proches sera consulté, sauf urgence ou impossibilité.



## Les directives anticipées

---

Que vous soyez malade ou non, vous avez peut-être une idée précise de la manière dont vous souhaitez que votre fin de vie soit prise en charge à l'hôpital.

Chacun de vous peut écrire ses directives anticipées. **C'est un droit et non une obligation.**

Les directives anticipées permettent d'exprimer par avance votre volonté de poursuivre, limiter, arrêter ou refuser des traitements ou actes médicaux, si un jour vous n'êtes plus en mesure de le faire vous-même.

Ces directives peuvent être annulées ou modifiées à tout moment. Elles sont consultées préalablement à la décision médicale et leur contenu prévaut sur tout autre avis non médical (personne de confiance, famille, proches).

**Afin que vos directives soient prises en compte**, rendez-les accessibles au médecin qui vous prendra en charge au sein de notre hôpital : confiez-les-lui ou signalez leur existence et indiquez les coordonnées de la personne à laquelle vous les avez confiées dans le **formulaire** prévu à cet effet (remis avec ce livret).

### Protection de vos données personnelles

Nous nous engageons à assurer le meilleur niveau de protection de vos données à caractère personnel afin de garantir leur confidentialité, en conformité avec la réglementation en vigueur. Pour plus d'informations sur vos droits vis-à-vis de vos données à caractère personnel, vous pouvez consulter la Politique générale de protection des données accessible sur notre site internet : <https://www.saintjosephsaintluc.fr/droits-et-informations/>





## La déclaration de grossesse

---

A la fin du 1<sup>er</sup> trimestre de grossesse (après l'échographie de datation) et obligatoirement avant 14 semaines de grossesse, le médecin ou la sage-femme que vous consulterez établira la déclaration de grossesse, grâce à un imprimé spécifique ou via [ameli.fr](https://ameli.fr)

**Les deux premiers feuillets, bleus,** sont à envoyer à l'organisme chargé des prestations familiales (CAF). Ces documents permettent le calcul de vos droits.

**Le troisième feuillet, rose,** est à envoyer à l'organisme d'assurance maladie dont vous dépendez. Il permet la prise en charge de la grossesse et de l'accouchement et le calcul de la date (administrative) de votre accouchement dont dépendent vos congés pré et postnataux.

Prenez soin **de lire les explications** jointes et de **photocopier le premier feuillet**.

Suite à cette déclaration, la Maison du Rhône (service de protection maternelle et infantile – PMI) vous transmet une lettre d'information sur les aides qu'elle peut vous apporter tout au long de votre grossesse. Vous pouvez par ailleurs, si vous le souhaitez, prévenir votre employeur.

## Le congé maternité

---

### Vous êtes salariée ?

Vous avez accès au calendrier de suivi de grossesse ou accès au simulateur de suivi médical de grossesse sur [ameli.fr](https://ameli.fr).

### Vous êtes travailleuse indépendante ?

Il existe un carnet de maternité pour les femmes cheffes d'entreprise à faire remplir par un professionnel de santé.

Vous trouverez toutes les informations sur le site de l'Assurance maladie [ameli.fr](https://ameli.fr) dans la rubrique « Droits et démarches ».

## Les congés maternité

### Grossesse simple

Vous attendez votre 1<sup>er</sup> ou 2<sup>e</sup> enfant



Congé prénatal

Congé post-natal

**6**

semaines



**10**

semaines



**16 semaines**

### Grossesse simple

Vous attendez votre 3<sup>e</sup> enfant



Congé prénatal

Congé post-natal

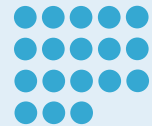
**8**

semaines



**18**

semaines



**26 semaines**

### Grossesse multiple

Vous attendez des jumeaux



Congé prénatal

Congé post-natal

**12**

semaines



**22**

semaines



**34 semaines**





## IMPORTANT

Merci de porter la plus grande attention à tous les renseignements transmis :

- Les prénoms donnés à l'enfant avec leur orthographe exacte,
- Le nom de famille : nom du père, de la mère, ou les deux et le sens choisi et le formulaire de déclaration du choix du nom de famille à signer conjointement dans le cas d'un premier enfant commun.

Selon votre situation il vous faudra alors nous transmettre avant la naissance les documents suivants :

- Reconnaissance prénatale si vous n'êtes pas mariés,
- Livret de famille ou acte de mariage traduit s'il y a lieu,
- Déclaration du choix du nom de famille,
- Titre d'identité ou titre de séjour du ou des parents,
- Certificat de coutume selon vos origines, afin de bénéficier des lois de votre pays.

## La déclaration de naissance

La déclaration de naissance est obligatoire pour tout enfant et doit être réalisée dans les 5 jours qui suivent la naissance.

Un bureau d'état civil est présent à la maternité (5<sup>e</sup> étage) pour réaliser la démarche du lundi au vendredi.

Un officier d'état civil vous contactera après la naissance de votre enfant. Il conviendra avec vous d'un rendez-vous afin de vous délivrer :

- des actes de naissance à transmettre aux différents organismes,
- votre livret de famille mis à jour, ou s'il s'agit de votre premier enfant commun, procédera à son envoi à la mairie de votre domicile (dans un délai de 4 à 8 semaines).

Vous serez alors invités à vérifier les informations portées par la mairie sur le livret de famille.

### Bureau d'Etat civil

Il dépend de la Ville de Lyon et se trouve au 5e étage.

Permanence du lundi au vendredi  
04 26 99 62 44

### A noter

**Si vous n'êtes pas mariés, la déclaration ne vaut pas reconnaissance.**

Ainsi, une démarche volontaire : la « reconnaissance prénatale » doit être effectuée en mairie sur présentation d'une pièce d'identité pour établir la filiation.

Le jour de la naissance, la sage-femme complètera la déclaration de naissance.

# CONSEILS ALIMENTATION & SANTÉ

## pendant la grossesse

### Alimentation

---

#### Bien manger pendant la grossesse

La prise de poids moyenne est d'environ 12 kg, mais elle peut varier.

#### Mangez varié et équilibré chaque jour :

- Protéines : viande, poisson, œufs
- Fruits et légumes : riches en vitamines et en fibres
- Produits laitiers : source de calcium
- Poisson et sel iodé : riches en iode

#### Prenez 3 repas par jour

+ 1 à 2 collations si besoin.

**Buvez 1,5 à 2 litres** d'eau par jour. Évitez les boissons excitantes en excès (café, thé).

Consultez le guide Nutrition pendant et après la grossesse : [https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/guide\\_grossesse.pdf](https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/guide_grossesse.pdf)

#### Prévention des infections alimentaires

##### Toxoplasmose, si vous n'êtes pas immunisée

- Lavez-vous les mains avant/après le contact avec des aliments crus.
- Mangez uniquement de la viande bien cuite.
- Lavez soigneusement crudités, salades, herbes fraîches.
- Utilisez des aliments surgelés.
- Nettoyez bien votre cuisine et vos ustensiles.
- Portez des gants pour jardiner ou changer la litière des chats.



##### Listériose, évitez les aliments à risque

- Fromages à pâte molle ou au lait cru.
- Croûtes de fromage, fromage râpé.
- Poissons fumés, coquillages crus.
- Charcuteries.
- Faites bien cuire les aliments d'origine animale.
- Lavez bien les légumes et herbes.
- Séparez les aliments crus et cuits.
- Nettoyez régulièrement le réfrigérateur.

##### Cyomégalovirus (CMV)

**Le virus se transmet par contact direct avec les sécrétions** : salive, larmes, urine...

Les enfants de moins de 3 ans sont le plus souvent porteurs du virus dans leurs sécrétions, sans pour autant être malades.

Environ la moitié de la population est porteuse de ce virus. **Les femmes les plus exposées (à risques) sont les femmes non immunisées qui vivent au contact de jeunes enfants.**

L'infection passe le plus souvent inaperçue, ou peut se présenter sous formes de signes pseudo-grippaux.

- Lavez-vous les mains fréquemment, et surtout après avoir changé les couches ou mouché un enfant.
- Si possible, portez des gants pour changer votre enfant.

- Évitez tout contact avec la salive : n'embrassez pas votre enfant sur la bouche, évitez de boire ou de manger avec les ustensiles de votre enfant (évités de goûter à la compote de bébé avec sa petite cuillère), ne mettez pas la sucette ou tétine de votre enfant dans votre bouche.

Le deuxième parent doit prendre les mêmes précautions, car le virus se transmet sexuellement et par la salive.

## Vitamines et compléments

- **Acide folique** : recommandé 1 mois avant la grossesse jusqu'à 2 mois de grossesse
- **Vitamine D** : une dose recommandée au cours du 6<sup>e</sup> mois.
- **Le fer et autres vitamines** : seulement si besoin, selon l'avis de votre médecin.

## Tabac, alcool, drogues

### Tabac

**La consommation de tabac pendant la grossesse peut avoir des conséquences chez la mère et le fœtus.**

Il augmente le risque de fausse couche, d'accouchement prématuré et de complications placentaires pour la maman. Pour le fœtus, le risque majeur est un retard de croissance intra-utérin et une augmentation du risque de mort subite du nourrisson. **Elle est donc à éviter tout au long de la grossesse.**

### Pour vous aider

Une sage-femme tabacologue est présente à l'hôpital pour vous accompagner dans votre sevrage. Vous pouvez aussi contacter Tabac Info Service et poser vos questions à un tabacologue, **au 39 89, de 8h à 20h** du lundi au samedi (appel non surtaxé).

## Drogues

La grossesse des mères toxicomanes présente des risques importants de complications pour elles et pour leur enfant. **Si vous êtes dans cette situation, il est essentiel d'en parler à la personne en charge de votre suivi.**

## Santé et environnement

La grossesse est l'occasion d'améliorer votre environnement en diminuant l'exposition aux produits toxiques et perturbateurs endocriniens, pour vous, mais aussi pour votre bébé.

Des ateliers gratuits animés par une sage-femme, vous sont proposés au sein de la maternité dans le cadre de la préparation à la naissance.

➤ Pour plus d'informations sur l'alimentation, les produits et l'environnement pendant la grossesse, visitez le site : [www.1000-premiers-jours.fr](http://www.1000-premiers-jours.fr)

➤ Consultez également le livret Notre environnement, notre bébé, sa santé (Appa - Fees) : <https://www.projetfees.fr/wp-content/uploads/2024/10/livret-FALC-FEES-ML.pdf>

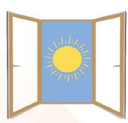
ou en flashant ce QR Code





# Polluants dans les produits qui nous entourent : Comment offrir à la femme enceinte et au bébé le **MEILLEUR ENVIRONNEMENT POSSIBLE ?**

Ouvrir les fenêtres  
deux fois par jour.



Ne pas fumer dans le logement,  
ni à côté de femmes enceintes  
ou d'enfants.



Faire vérifier, chaque année,  
ses appareils de chauffage  
par un professionnel.



Ne pas bricoler  
pendant la grossesse.



Éviter les insecticides  
et les parfums d'ambiance.



Limiter le nombre  
de produits ménagers.



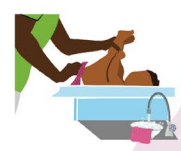
Préférer les fruits et légumes  
de saison.  
Les laver et les éplucher.



Ne pas réchauffer les aliments  
dans du plastique, en particulier  
les biberons.



Utiliser de l'eau et du savon  
pour changer bébé.



Limiter le nombre de produits,  
surtout ceux en spray et sans  
rinçage.



Enceinte, éviter  
les colorations, le vernis,  
les huiles essentielles.



## Notre ENVIRONNEMENT

Notre BÉBÉ

Sa SANTÉ



Facebook : @projetfees



[www.projetfees.fr](http://www.projetfees.fr)

Parlez-en à votre professionnel de santé



Téléchargez  
l'ensemble des conseils

Janvier 2021

## Vaccination et grossesse

### Avant la grossesse

Les vaccinations contre la varicelle, la rougeole, la rubéole et les oreillons doivent être réalisées dans un délai minimum d'un mois avant la grossesse.

### Pendant la grossesse

#### Grippe

Elle est recommandée quelle que soit l'avancée de la grossesse.

#### Covid

Elle est recommandée quelle que soit l'avancée de la grossesse.

#### Coqueluche

C'est une infection très grave chez les nourrissons de moins de 4 mois, entraînant une hospitalisation systématique, des complications sévères et engageant souvent le pronostic vital.

La vaccination des enfants est obligatoire **à partir de 2 mois**, avec une réelle protection après le rappel des 4 mois.

La vaccination pendant la grossesse permet le passage d'anticorps maternels à travers le placenta et ainsi une protection du bébé dès la naissance et pendant ses premiers mois de vulnérabilité.

**La vaccination coqueluche est recommandée dès le 2<sup>e</sup> trimestre.**

Elle doit être réalisée préférentiellement entre le 5<sup>e</sup> et le 8<sup>e</sup> mois.

Le rappel s'effectue avec un vaccin contenant aussi les vaccins pour la diphtérie, le tétanos et la poliomyélite (il n'existe pas de vaccin coqueluche seul).

#### Virus respiratoire syncytial (VRS) et bronchiolite

La bronchiolite est une infection respiratoire courante chez les nourrissons, principalement causée par le Virus respiratoire syncytial (VRS) pendant la saison hivernale.

Elle entraîne une inflammation et une obstruction des petites bronches (bronchioles), provoquant des difficultés respiratoires.



**Chaque hiver, environ 30 % des enfants de moins de 2 ans atteints de bronchiolite sont hospitalisés.**

L'infection est particulièrement préoccupante chez les bébés de moins de 6 mois qui sont plus souvent hospitalisés.

Certaines mesures simples peuvent limiter les risques de transmission du VRS comme l'allaitement maternel, qui renforce le système immunitaire du nourrisson, ou le respect des gestes barrières : lavage régulier des mains, aération des pièces, limitation des contacts avec des personnes malades.

Deux solutions complémentaires peuvent être proposées pour protéger le nourrisson de septembre à janvier :

### **1. Vaccination pendant la grossesse**

**Une injection unique peut être réalisée entre la 32<sup>e</sup> et la 36<sup>e</sup> semaine d'aménorrhée.**

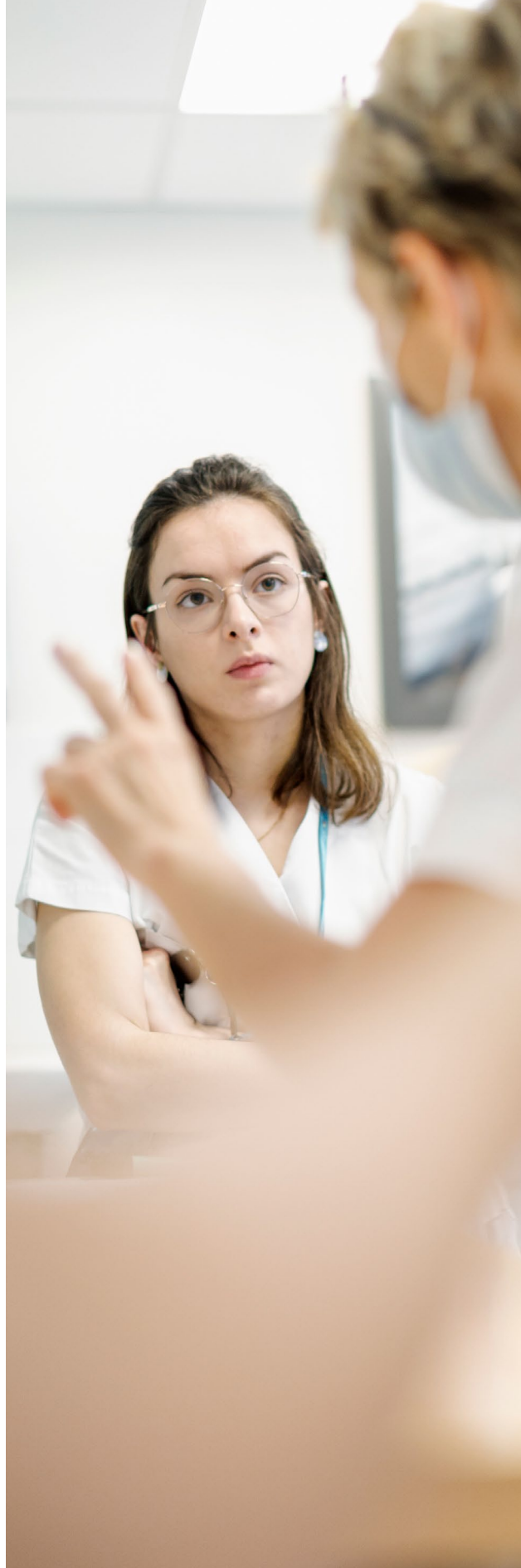
Elle permet à la mère de transmettre des anticorps au fœtus, offrant une protection dès la naissance.

Le vaccin est efficace à partir de 15 jours après l'injection.

Un intervalle d'au moins 15 jours est recommandé avec la vaccination contre la coqueluche.

### **2. Immunisation passive du nourrisson**

Si la vaccination n'a pas été effectuée pendant la grossesse, une injection d'anticorps (Nirsevimab-Beyfortus) peut être réalisée au nouveau-né lors du séjour en maternité. Cette injection protège le bébé contre le VRS durant sa première saison hivernale.



# LE SUIVI MÉDICAL DE VOTRE GROSSESSE



## Votre suivi médical

Votre accompagnement et suivi médical peut être assuré au sein de notre établissement par l'ensemble de notre équipe de médecins obstétriciens, sages-femmes, anesthésistes...

Toutefois, il vous est conseillé d'identifier un ou une sage-femme libéral(e) dès le début de votre grossesse pour votre suivi ultérieur.

**Suite à votre inscription sur le site internet de l'hôpital**, vous allez rencontrer une sage-femme en **consultation d'orientation**. A l'issue de cet entretien, le calendrier de suivi de votre grossesse sera établi.

Les **rendez-vous mensuels de suivi médical** peuvent être assurés dès le début de la grossesse par nos sages-femmes et obstétriciens :

- Si votre suivi est assuré par votre médecin traitant, il débutera au **6<sup>e</sup> mois**.
- Si votre suivi est assuré par une sage-femme ou un gynécologue libéral, il débutera au **7<sup>e</sup> mois** à la maternité.
- Un suivi complémentaire pourra vous être proposé en cas de pathologie nécessitant une surveillance rapprochée.
- Une consultation d'anesthésie sera programmée au **8<sup>e</sup> mois** de grossesse ou plus tôt selon votre état de santé.

Une **péridurale déambulatoire** pourra vous être proposée en salle de naissance, permettant de vous déplacer librement.

## Consultation d'anesthésie

Afin de préparer au mieux la consultation d'anesthésie (8<sup>e</sup> mois), nous vous invitons à consulter la vidéo du Club d'anesthésie-réanimation en obstétrique :

<https://caro-info.fr/un-message-des-anesthesistes-reanimateurs/>

**Le suivi échographique** de votre grossesse peut également être assuré par nos sages-femmes et obstétriciens.

Ils peuvent vous recevoir pour les échographies de datation, de dépistage du 1<sup>er</sup>, 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> trimestre, mais également pour toute échographie de contrôle nécessaire.

**A 12 semaines d'aménorrhée**, un dépistage facultatif de la trisomie 21 vous sera proposé. Selon les résultats, des examens complémentaires peuvent vous être indiqués et expliqués.

**A 22 et 32 semaines d'aménorrhée**, les praticiens apprécieront la morphologie, la croissance et d'autres paramètres annexes (placenta, quantité de liquide amniotique).

Votre échographiste pourra si besoin solliciter **un deuxième avis** auprès d'un échographiste référent ou programmer une échographie de contrôle.

**Nous vous rappelons que les échographies présentent des limites.** Il est possible que des malformations ne soient pas visibles le jour de l'examen.

**Par ailleurs, le diagnostic de trisomie 21 ne peut pas être affirmé à l'échographie.**

**Les sages-femmes assurent également, au sein de l'établissement des :**

- consultations de tabacologie,
- consultations d'acupuncture,
- consultations allaitement (conseillères en lactation) pendant la grossesse, sur indication médicale, ou en soutien à votre allaitement maternel.

## Vous êtes victime de violences

**Notre maternité propose une consultation médicale d'accompagnement pour les femmes victimes de violences.**

Les entretiens se déroulent au niveau des consultations de gynécologie-maternité de l'hôpital (Niveau -1) et durent en moyenne 45 minutes.

Avec une qualité d'écoute optimale, ils vous permettent d'évoquer votre situation personnelle et d'obtenir une offre de soin adaptée.

A l'issue des premiers échanges, la sage-femme peut être amenée à vous proposer, un soutien psychologique, social et/ou associatif, ainsi qu'un suivi de grossesse particulier, ainsi qu'une orientation en fonction de vos besoins : logement, avocat, commissariat...

## Contact

Lundi au vendredi  
de 8h30 à 17h30  
04 78 61 86 71  
consultation-femmes@  
saintjosephsaintluc.fr

# Votre suivi médical tout au long de votre grossesse

## 1<sup>er</sup> trimestre

1<sup>er</sup>  
mois

2<sup>e</sup>  
mois

3<sup>e</sup>  
mois

Echo  
11-13  
SA



### 2 consultations



< 10 SA :

Diagnostic de grossesse et datation  
Echanges modalités de suivi



< 15 SA :

Déclaration de grossesse  
Date présumée de l'accouchement



1  
consultation  
d'orientation



## 2<sup>e</sup> trimestre

### A L'HÔPITAL OU EN LIBÉRAL

4<sup>e</sup>  
mois

5<sup>e</sup>  
mois

6<sup>e</sup>  
mois

Echo  
21-23  
SA



1  
consultation  
de suivi

1  
consultation  
de suivi

1  
consultation  
de suivi



1  
entretien prénatal  
précoce



Dès 8 SA, prenez contact et inscrivez vous à la maternité via notre site !

### Des ateliers pour vous accompagner

Allaitement, massages, portage,  
santé environnement,  
rythmes et besoins du bébé

### Et des séances d'acupuncture

Accompagnement à la naissance et  
en cabinet



Sage-femme (ville, hôpital, PMI)



Médecin gynécologue-obstétricien



Médecin généraliste



Masseur-kinésithérapeute

## 3<sup>e</sup> trimestre

### A L'HÔPITAL

7<sup>e</sup>  
mois

8<sup>e</sup>  
mois

9<sup>e</sup>  
mois

Echo  
31-33  
SA



1  
consultation  
de suivi

1  
consultation  
de suivi

1  
consultation  
de suivi



1  
consultation  
anesthésiste



7 séances de préparation à la naissance  
Classique, yoga, sophrologie

à la parentalité  
de ville ou à l'hôpital

## Après la naissance

1<sup>er</sup>  
mois

1  
consultation  
postnatale



Rééducation  
du périnée



1  
entretien postnatal  
précoce



# ACCOMPAGNEMENT PSYCHOSOCIAL



La grossesse, l'accouchement et la venue d'un bébé sont des moments de transformations intenses et parfois difficiles. Nous pouvons vous accompagner pour vous aider à gérer au mieux ces situations.

## Equipe de soins psychiques

---

L'établissement dispose d'une **Unité de psychiatrie d'urgence et de liaison (UPUL)** dont une partie des professionnels est dédiée à l'accompagnement pendant la grossesse des patientes ou du co-parent.

L'affiliation de l'unité au Réseau de périnatalité psychique du Rhône (RPPR) vous garantit une prise en charge optimale.

**Cet accompagnement est réservé aux patientes inscrites à la maternité.**

L'équipe dédiée travaille en lien avec les soignants de la maternité, les services de PMI (Protection maternelle et infantile), les unités de soins parents-bébés, les associations, le soin de psychiatrie adulte et les médecins et sages-femmes libéraux.

## Service social

---

L'établissement dispose d'un service social pour les patients, **situé au 5<sup>e</sup> étage de notre hôpital.**

Des assistantes sociales référentes en maternité peuvent vous recevoir tout au long de la grossesse pour vous accompagner dans vos démarches.

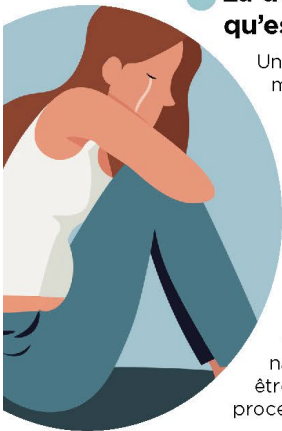
# OSONS EN PARLER!

## ● Pourquoi une information systématique sur les difficultés psychiques pendant la grossesse et le post partum ?

Donner naissance à un enfant n'est jamais simple. La dépression périnatale est devenue la première complication de la grossesse et de l'accouchement. Elle touche une femme sur 10, elle n'épargne pas le coparent, mais reste taboue.

« Si j'avais su, j'aurais mis moins de temps à prévenir... mais la honte de ne pas y arriver empêche d'en parler... »  
**Clotilde 32 ans, mère de Gaspard**

## ● La dépression périnatale, qu'est-ce que c'est ?



Une fatigue intense et durable, un manque d'appétit, des troubles importants du sommeil, une perte de confiance en soi, une culpabilité excessive et injustifiée, le besoin de s'isoler ou la dépendance excessive vis-à-vis des autres, l'hypervigilance, le sentiment de ne plus avoir envie de s'occuper de son bébé... parfois le mal-être s'installe pendant la grossesse et perdure après la naissance. Un événement peut être déclencheur. Il s'agit d'un processus qui mène à la souffrance.

Attention ! souvent confondu avec le baby blues (orage émotionnel, chez plus de 50% des femmes, qui survient dans les trois jours qui suivent l'accouchement et peut durer de quelques jours à 2 semaines).

## ● Quelles en sont les causes ?

Les bouleversements sociaux, affectifs, hormonaux et corporels



**RPPR**  
Réseau de Périnatalité  
Psychique du Rhône



Maman  
Blues

Réseau périnatal  
**Aurore**

**CPONR** (Collectif psy en obstétrique et néonatalogie du Rhône)



## ● Comment savoir où j'en suis ? A qui m'adresser ?

Les connaissances sur les mouvements émotionnels ont progressé. L'écoute des parents se fait meilleure : les professionnels (sages-femmes, médecins généralistes, puéricultrices, obstétriciens, pédiatres, psychologues ...) sont attentifs. Souvent la dépression s'améliore spontanément, sauf dans les cas sévères. **Le dialogue demeure essentiel en prévention et au centre du processus de guérison.**

## ● Ne restez pas seule face à vos difficultés, osez en parler !

Cherchez de l'aide auprès de vos proches et du personnel soignant, pour vous aider à trouver une écoute bienveillante. **N'hésitez pas à recontacter votre maternité et ce même plusieurs mois après l'accouchement.**

# SE PRÉPARER À LA NAISSANCE

## L'entretien prénatal précoce

Les **sages-femmes de la maternité** peuvent vous recevoir **dès le 5<sup>e</sup> mois** de votre grossesse pour un entretien prénatal précoce.

Il s'agit d'un temps d'écoute, d'échanges, seule ou en couple, avec l'une d'entre elles.

Cet entretien est l'occasion de vous informer sur la préparation à la naissance, mais aussi d'exprimer vos craintes et vos doutes qu'ils soient d'ordre médical, psychologique ou social. La sage-femme pourra vous orienter si besoin vers d'autres professionnels.

C'est aussi le moment où l'on commence à évoquer votre projet pour la naissance de votre enfant.

## La préparation à la naissance

Tous les **cours et ateliers** sont destinés aux patientes qui accouchent dans notre maternité.

### Avec qui ?

Des **sages-femmes** de l'équipe qui travaillent en salle d'accouchement et en service de suites de couches.

### Comment ?

Nous proposons **trois cycles différents** de préparation à la naissance. Chaque cycle comprend **4 séances** au cours desquelles le co-parent est admis. Il vous faudra choisir un cycle parmi les 3 proposés.

- **Cycle 1** : préparation classique
- **Cycle 2** : préparation sophrologie
- **Cycle 3** : préparation yoga

La première séance des cycles est une présentation de la maternité et une information sur les besoins du nouveau-né. L'inscription à cette séance est ouverte aux patientes faisant leur préparation en ville.

Les autres séances de chaque cycle abordent les thèmes suivants :

- Les motifs de consultations en urgence ;
- L'accouchement physiologique et pathologique ;
- La gestion de la douleur (moyens non médicamenteux et péridurale).



Pour les préparations yoga et sophrologie, ces temps théoriques sont complétés d'un temps pratique (posture, relaxation, respiration).

Chaque séance est prise en charge par l'Assurance maladie (tiers payant).

### Où ?

Toutes les séances se déroulent au 5e étage, à droite (Aile D rose) en sortant des ascenseurs dans une pièce dédiée.

### Quand ?

Inscriptions au début du 6<sup>e</sup> mois, auprès de notre secrétariat, lors de vos consultations, ou par téléphone au 04 78 61 85 86 ou [maternite@saintjosephsaintluc.fr](mailto:maternite@saintjosephsaintluc.fr)

## Votre projet de naissance

---

Si vous le souhaitez, vous pouvez rédiger un projet de naissance. Il s'agit d'un outil de communication entre vous et la maternité qui va permettre à l'équipe de vous accompagner de manière personnalisée.

Un entretien avec une sage-femme de la maternité est possible pendant la grossesse pour échanger à ce sujet.

## Les ateliers

---

### Allaitement

Une fois par mois (sauf juillet et août), une de nos consultant(e)s en lactation propose des tables rondes autour de l'allaitement maternel. Les inscriptions sont obligatoires auprès du secrétariat.

### Massages du bébé

Des séances de massage pour les bébés nés à la maternité sont proposées.



### Portage

Des ateliers de découverte du portage physiologique sont proposés pour les patientes suivies ou ayant accouché au sein de notre maternité. Le matériel sera mis à votre disposition mais n'hésitez pas à prendre le vôtre lors de l'atelier.

### Santé environnement

Des ateliers sur la santé et l'environnement sont proposés au sein de notre maternité. Ils consistent à informer et échanger sur l'alimentation, les produits cosmétiques, la qualité de l'air intérieur pour les femmes enceintes et les nouveau-nés.

## Préparer l'arrivée du bébé : la valise pour la maternité

### Les papiers

- Dossier de suivi
- Carte de groupe sanguin avec 2 déterminations
- Livret de famille ou reconnaissance anticipée
- Carte vitale et carte de mutuelle
- Carnet de santé des parents

### Pour le bébé

- 5 bavoirs
- 5 pyjamas chauds (naissance ou 1 mois)
- 5 bodys manches longues
- 3 brassières de laine ou gilets sans capuches
- 3 paires de chaussettes ou chaussons
- 2 bonnets
- 2 turbulettes ou gigoteuses, pas de couverture ou de nid d'ange
- 1 peigne
- 1 thermomètre électronique rectal
- 2 capes de bain
- 2 langes
- 1 tenue de sortie chaude
- Lit auto ou siège auto pour la sortie

Quelle que soit la saison, été comme hiver, votre bébé doit porter des vêtements chauds les premiers jours.

### Pour la maman

- Tenues jour et nuit
- Nécessaire de toilette
- Serviette de bain
- Savon liquide pour toilette intime
- Pantoufles
- Culottes filets extensibles ou coton
- 1 paquet de serviettes hygiéniques
- 1 brumisateur
- 1 stylo

### Pour l'allaitement

- Hauts pratiques pour allaiter
- 2 soutiens-gorge d'allaitement
- Crème à base de lanoline

### Les petits +

- Veilleuse
- Système de portage
- Coussin d'allaitement ou traversin
- Tapis de bain
- Traitement personnel
- Bandeau de peau à peau

## A la maison

### Consultez le document ci-contre

réalisé par le réseau Aurore et qui détaille le matériel de puériculture adapté et nécessaire pour accueillir votre nouveau-né en toute sécurité également téléchargeable ici : <https://www.aurore-perinat.org/wp-content/uploads/2020/04/210029-HOP-CROIX-ROUSSE-Flyer-2021-RV-HD.pdf>

• Le site 1000 premiers jours, conçu par Santé Publique France, vous accompagne pas à pas de la grossesse jusqu'aux 2 ans de votre enfant. Une application mobile est aussi disponible : <https://www.1000-premiers-jours.fr/fr/appli-et-autres-outils>

• Si vous cherchez des informations sur la vaccination, consultez le site [infovac.fr](http://infovac.fr).

• Dans les mois qui précèdent la naissance, identifiez un pédiatre ou un médecin généraliste qui pourra assurer le suivi de votre enfant. En effet la première visite médicale est recommandée dans la 2<sup>e</sup> semaine de vie du bébé.

• Il est aussi recommandé de trouver une sage-femme libérale pour le suivi à la sortie de la maternité.

# Matériel de puériculture adapté pour accueillir votre nouveau-né



**MATÉRIEL CONSEILLÉ POUR ACCUEILLIR VOTRE BÉBÉ EN SORTIE DE MATERNITÉ**

## Ce qui est adapté pour votre bébé

### POUR LE COUCHAGE

Toujours sur le dos



Lit ou berceau à barreaux et turbulette

Pour le couchage occasionnel : Lit parapluie sans matelas surajouté

Bébé doit se trouver, à l'éveil comme au sommeil, dans un espace où l'air circule, où son visage est dégagé et où il peut bouger librement. De jour comme de nuit, Bébé reste à proximité des adultes jusqu'à 6 mois minimum.

### POUR LES TRANSPORTS



Siège auto adapté groupe 0/1



Nacelle de landeau



Écharpe de portage ou porte-bébé adapté

### POUR L'ÉVEIL



Tapis d'éveil ferme, ou parc

### ET AUSSI



Coussin d'allaitement (uniquement pour allaiter)



Thermomètre de bain et thermomètre avec embout souple

**Laissez-vous le temps de voir ce dont votre enfant a besoin.**

Le matériel utilisé doit être aux normes actuelles de sécurité.



**MATÉRIEL DÉCONSEILLÉ POUR ACCUEILLIR VOTRE BÉBÉ EN SORTIE DE MATERNITÉ**

## CE QUI EST DANGEREUX



Certains matériels de puériculture peuvent gêner la respiration de votre bébé.

### POUR DORMIR



Tour de lit, ciel de lit, couverture (ni dessus ni dessous), cale tête, cale bébé, réducteur de lit, peluches, oreiller, nounours...



Matelas à mémoire de forme, cocon pour bébé



Transat en microbilles ou "pouf"

- Berceaux à 4 parois pleines
- Couffin
- Berceaux "co-dodo" en tissu
- Hamac, balancelle
- Collier d'ambre, bavoir, attache-sucette et bonnet
- Coussin d'allaitement (ne doit pas être utilisé pour caler le bébé pendant son sommeil)



Il est dangereux pour votre bébé d'être installé avec la tête réclinée

### POUR LE BAIN



Transat de bain

Beaucoup d'autres accessoires inutiles ou faussement rassurants peuvent vous être proposés. Prenez conseil auprès de professionnels de santé.

Matériels inutiles à la sortie de maternité  
Stérilisateur.

Mouche bébé ou transat peuvent vous servir plus tard.

Matériels faussement rassurants  
Babyphone, vidéophone, moniteur de surveillance respiratoire

Matériels uniquement sur prescription médicale  
Plan incliné, Lange d'emballage

**La meilleure surveillance pour votre bébé, c'est vous !**

Remerciements : groupe de travail « néonatalogie » et commission « cadres de maternité » du Réseau, CRMIN de Lyon, PMI du Réseau, URPS sages-femmes, et Associations d'Usagers

www.aurore-perinat.org





## Hôpital

### Saint Joseph Saint Luc

20 quai Claude Bernard, 69007 Lyon  
04 78 61 81 81 | [saintjosephsaintluc.fr](http://saintjosephsaintluc.fr)

## HORAIRES D'OUVERTURE

### Du lundi au vendredi

6h30 - 20h00

### Week-ends et jours fériés

9h00 - 20h00

## VISITES

### Du lundi au dimanche

12h00 - 20h00

## ACCÈS

### Métro

Ligne A, station Perrache  
Ligne B, station Jean Macé

### Tramway

Ligne T1, arrêt Quai Claude Bernard  
Ligne T2, arrêt Centre Berthelot

### Bus

Ligne 35, arrêt Rue de l'Université

### Gare

Perrache, Lyon 2<sup>e</sup>  
Jean Macé, Lyon 3<sup>e</sup>

