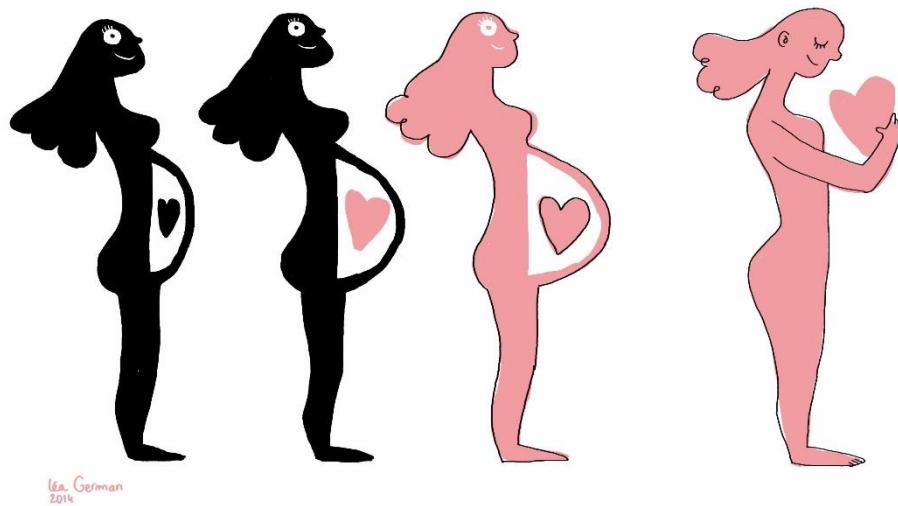


# Le livret de bord de la future maman

**COMMENT PREPARER VOTRE GROSSESSE ET  
VOTRE SEJOUR A LA MATERNITE DE LA CLINIQUE  
DE VITROLLES**



*Se découvrir, se regarder, se toucher, apprendre à se connaître après neuf mois d'attente.....*

*Venir au monde*

*Premier souffle, premier cri, premier regard sur le monde ; l'histoire de la vie au fil du temps.*

*Stéphanie Preiss*

***Bienvenue,***

*Vous avez choisi d'accoucher à la Maternité de la Clinique de Vitrolles et toute son équipe est ravie de vous accueillir.*

*Nous vous remercions de votre confiance et nous espérons pouvoir contribuer à rendre le jour de votre accouchement unique.*

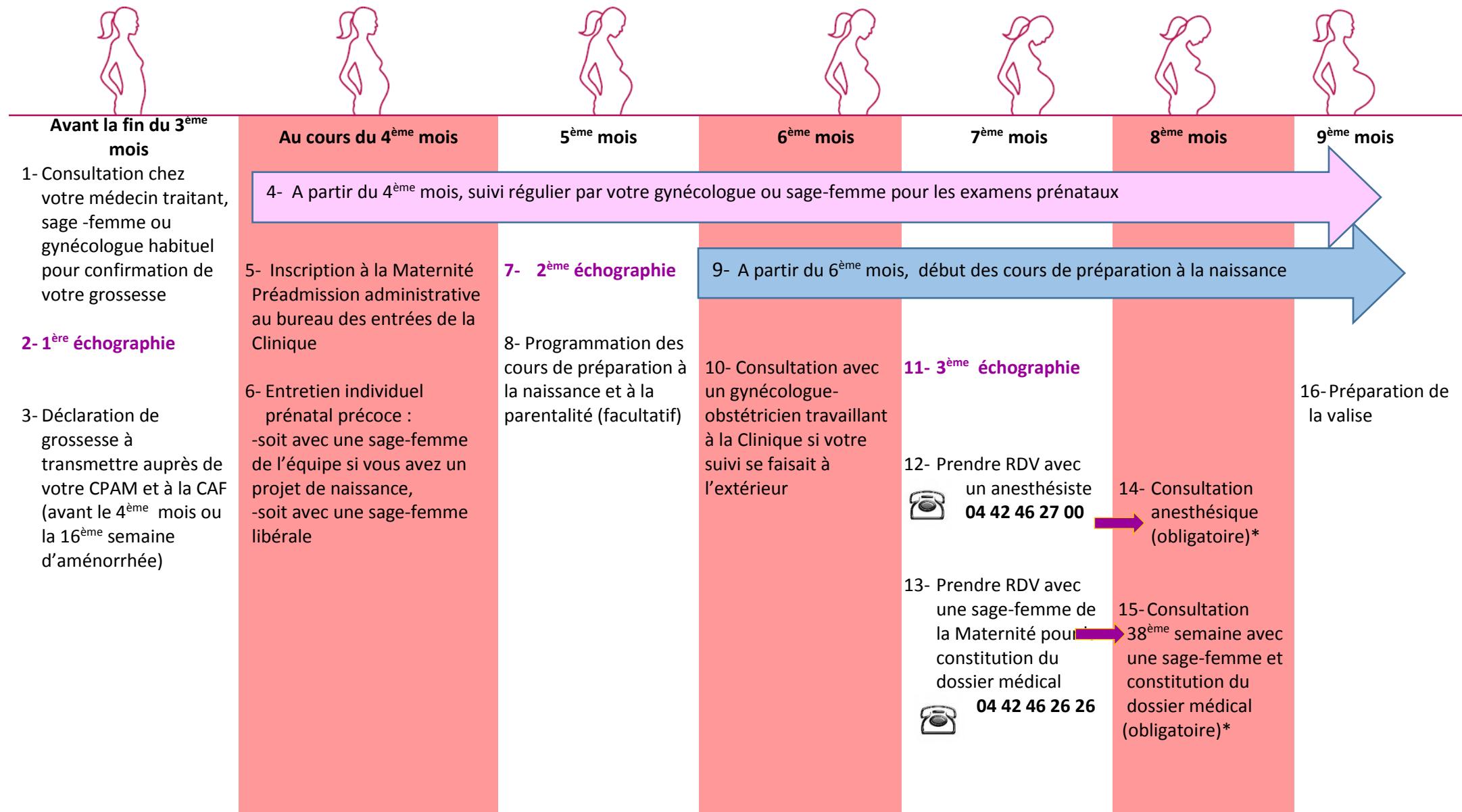
*Afin de vous accompagner au mieux durant votre grossesse et afin de répondre à certaines de vos questions, l'équipe de la Maternité a conçu ce livret de bord de la future maman.*

*N'hésitez pas à nous faire part de vos remarques et suggestions afin que nous puissions nous améliorer continuellement.*



***Bon séjour à la Clinique de Vitrolles !***

## Les principales étapes et RDV de votre grossesse



\*Etant donné le délai pour l'obtention d'un RDV nous vous demandons d'anticiper au moins 1 mois à l'avance pour votre prise de RDV

## Sommaire

### 1<sup>ère</sup> partie : Les principales étapes de votre grossesse

Vous pensez être enceinte ? .....	2
La déclaration de grossesse .....	2
Les échographies .....	3
L'inscription à la Maternité et la pré-admission au Bureau des Entrées.....	4
Les frais d'accouchement.....	4
L'hébergement en chambre individuelle .....	5
L'entretien individuel avec une sage-femme.....	5
La deuxième échographie : « échographie morphologique » .....	5
Le rendez-vous avec un gynécologue-obstétricien de l'équipe Maternité .....	6
La préparation à la naissance et à la parentalité .....	6
La planification de la consultation pré-anesthésique .....	8
La planification de la dernière consultation de fin de grossesse (38 <sup>ème</sup> semaine) avec une sage-femme de la Maternité.....	8
La troisième échographie : « échographie de présentation » .....	9
Les RDV obligatoires.....	9
Vous préparez la valise de votre bébé et la vôtre.....	11

### 2<sup>ème</sup> partie : Présentation de la Maternité de la Clinique de Vitrolles

Vos conditions de prise en charge .....	12
Réseau PERINATALITE .....	13
Le bloc obstétrical .....	13
L'accouchement .....	14
L'accueil et les soins du nouveau-né.....	15
Le séjour dans le service.....	16
La déclaration de naissance à l'état civil .....	19
La sortie et le retour à domicile .....	19

### 3<sup>ème</sup> partie : Annexes

Liste des professionnels et leurs coordonnées .....	21
Conseils pour un environnement chimiquement plus sain .....	31
Règlement intérieur que nous vous demandons de lire et de signer.....	34

## 1<sup>ère</sup> Partie : Les principales étapes de votre grossesse

### Au cours des 3 premiers mois...

#### Vous pensez être enceinte ?

Vous devez prendre rendez-vous avec votre gynécologue habituel afin d'établir la confirmation de votre grossesse. Une prise de sang et une échographie vous seront prescrites. Egalement, à cette occasion, un groupage sanguin et un dépistage de certaines maladies vous seront proposés : rubéole, toxoplasmose, hépatite B, VIH. Selon votre état de santé, le médecin pourra prescrire d'autres examens complémentaires.

Si vous n'êtes pas suivie régulièrement par un gynécologue, vous trouverez à la fin de ce livret la liste des gynécologues-obstétriciens travaillant avec la Clinique de Vitrolles et vers lesquels vous pourrez vous tourner. Les sages-femmes libérales sont également aptes à suivre votre grossesse.



#### La déclaration de grossesse

À l'issue de l'examen médical de confirmation de votre grossesse, votre médecin vous remet un document en trois volets intitulé «Premier examen médical prénatal».

- adressez **le volet rose** à votre Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM).
- adressez **les deux feuillets bleus** à votre caisse d'allocations familiales (CAF).

**Pensez à mettre à jour votre carte vitale** pour que les examens prénataux et l'accouchement soient pris en charge à 100 % ; la prise en charge à 100% est effective à partir du 6<sup>ème</sup> mois.



Renseignez-vous également auprès de votre Caisse d'Allocations Familiales afin de savoir si vous pouvez bénéficier des prestations « familles ». Vous pouvez consulter les sites suivants :

- Service public.fr <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/N156>
- Le site de l'Assurance Maladie sur [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)

Un guide intitulé « je prépare l'arrivée de mon enfant » contient beaucoup d'informations utiles et conseils que vous pouvez télécharger notamment concernant le congé maternité (durée, indemnité journalière...)

Une assistante sociale est également disponible pour vous aider dans vos démarches, si nécessaire.

## Les échographies



*3 échographies  
sont nécessaires  
pour le suivi  
prénatal.*

Ces échographies permettent de surveiller le développement du bébé ; c'est pourquoi elles doivent **être réalisées à des dates précises** :

- La première, au cours du 3<sup>ème</sup> mois, est une échographie de datation ; le terme de la grossesse est déterminé ainsi que le nombre d'embryons.
- La deuxième, à faire au cours du 5<sup>ème</sup> mois, permet d'analyser la morphologie et la croissance du fœtus.
- La troisième, à faire au cours du 7<sup>ème</sup> mois, pour vérifier la présentation du bébé et la localisation du placenta.

D'autres échographies et examens peuvent vous être proposés par votre médecin en fonction de votre état de santé.

Ces échographies peuvent être effectuées par votre gynécologue habituel ou dans un centre d'imagerie médicale.

## Au cours du 4<sup>ème</sup> mois ...

### L'inscription à la Maternité et la pré-admission au Bureau des Entrées

Les inscriptions à la maternité se font les après-midi, du lundi au dimanche de 13h à 19h auprès d'une sage-femme ou d'une auxiliaire de puériculture du service.

D'un point de vue administratif, nous vous demandons également **d'effectuer une pré-admission au bureau des entrées de la Clinique**. Cette étape est indispensable pour créer votre dossier administratif puis votre dossier médical informatisé. Vous pouvez réaliser cette démarche le même jour que votre inscription à la maternité.

**Pour la pré-admission,  
vous devez fournir les  
documents suivants :**



**Dans tous les cas :**

- **Une pièce d'identité officielle avec photo** (Carte Nationale d'Identité, passeport, titre de séjour)
- **Votre carte vitale à jour de vos droits**
- Votre carte de mutuelle en cours de validité (si vous en possédez une)

**Si vous êtes concernée :**

- Attestation CMU ou AME
- Si vous venez d'un pays de l'UE : la carte européenne d'assurance maladie ou le formulaire E112

**Pour les patients mineurs ou sous tutelle**

- Les titulaires de l'autorité parentale doivent signer impérativement l'autorisation d'hospitalisation d'un patient mineur
- Pour les patients sous tutelle, son représentant légal doit fournir la copie du jugement de mise sous tutelle

### Les frais d'accouchement

Si vous êtes à jour de vos droits (déclaration de grossesse effectuée auprès de votre CPAM avant la fin du 3<sup>ème</sup> mois), vos frais d'accouchement sont remboursés directement à la Clinique par votre CPAM. **Aucune participation aux frais ne vous sera demandée en dehors des frais de confort et de séjour** (chambre particulière, repas accompagnant, télévision....).

Le forfait journalier (participation forfaitaire pour les frais de séjour et d'hôtellerie, habituellement non couvert par la CPAM) est également pris en charge en cas d'hospitalisation durant les 4 derniers mois de grossesse et les 12 jours suivants l'accouchement.



Attention si vous n'êtes pas à jour de vos droits le jour de votre admission, vous aurez à avancer un chèque de caution.

### **L'hébergement en chambre individuelle**

L'attribution d'une chambre individuelle n'est possible que selon les disponibilités; en aucun cas elle ne peut vous être garantie ou réservée. La demande d'une chambre individuelle se fait lors de votre admission dans le service. En chambre individuelle, il est possible de demander un lit supplémentaire pour l'accompagnant. Les tarifs de des prestations sont affichés et indiqués dans le livret d'accueil de la Clinique.

### **L'entretien individuel avec une sage-femme**

Cet entretien est facultatif, il vous est proposé afin de vous accompagner au mieux en complément du suivi médical. Au cours de cet entretien individuel (où la présence du futur papa est bienvenue), vous pourrez poser toutes vos questions sur votre grossesse, les modifications dans votre mode de vie, vos inquiétudes, vos droits... et discuter de votre projet de naissance. Vous pourrez décider alors, de continuer ce suivi par des séances de préparation à la naissance et à la parentalité.

**En cas de projet de naissance**, vous pouvez prendre ce rendez-vous à la Maternité ou directement avec une des sages-femmes suivantes : Mesdames A. Arcucci ; F. Boursier ; M. Brunie, V. Debreges et S. Preiss dont vous trouverez les coordonnées en fin de ce livret.

**Au cours du 5<sup>ème</sup>  
mois ...**

### **La deuxième échographie : « échographie morphologique »**

C'est le moment d'effectuer la deuxième échographie. Elle est primordiale car elle permet de s'assurer du bon développement des organes du fœtus.

## Au cours du 6<sup>ème</sup> mois ...

### Le rendez-vous avec un gynécologue-obstétricien de l'équipe Maternité

Si vous avez été suivie jusque-là par votre gynécologue ou sage-femme habituel, nous conseillons au cours de ce 6<sup>ème</sup> mois de grossesse de prendre rendez-vous avec un gynécologue-obstétricien travaillant avec la Clinique et qui vous suivra jusqu'à votre accouchement.

Il vous remet un dossier de pré-admission pour la Clinique de Vitrolles à lire et à compléter soigneusement ; ce dossier est à rapporter impérativement lors de la consultation avec le médecin anesthésiste qui doit avoir lieu au cours du 8<sup>ème</sup> mois de grossesse.

### La préparation à la naissance et à la parentalité



Ces cours sont facultatifs et font

suite à l'entretien individuel du 4<sup>ème</sup> mois avec une sage-femme. Ces séances s'échelonnent jusqu' au terme de votre grossesse.

Ces séances sont organisées en petit groupe ou individuellement et ont pour but de répondre à vos questions, de vous informer, d'optimiser votre potentiel afin de faciliter la naissance de votre enfant.

Ces séances peuvent avoir lieu à la Clinique de Vitrolles avec une sage-femme de l'équipe, ou au cabinet d'une sage-femme libérale. Une liste non exhaustive de sages-femmes est disponible en fin de document et sur le site internet de la clinique.

Les futurs pères sont toujours les bienvenus à cette préparation.

L'ensemble de ces 8 séances (l'entretien individuel et les 7 « cours de préparation ») est pris en charge à 100% par la CPAM.

Ces séances débutent optimalement au cours du 6<sup>ème</sup> mois de grossesse.

C'est un moment d'échange privilégié entre la sage-femme et les futurs parents mais aussi entre parents. Vous recevrez des informations sur les thématiques suivantes :

- Quand venir à la Maternité ?
- Les modifications physiologiques au cours de la grossesse
- Comment se déroule un accouchement ?
- Comment est prise en charge la douleur ?
- La péridurale
- La poussée, les positions d'accouchement
- L'alimentation du nouveau-né
- Les compétences du nouveau-né
- Le retour à la maison à trois

### **Les ateliers de la Maternité**

En complément des séances de préparation, l'équipe de sages-femmes et d'auxiliaires de puériculture de la Maternité vous propose des ateliers gratuits d'information, tous les jeudis, sur inscription sur les thèmes suivants, à tour de rôle :

- **Massage bébé** : « Accompagner les jeunes parents dans la rencontre avec leur enfant en respectant le rythme de chacun dans un moment privilégié de détente et de relaxation »
- **Alimentation & rythme du bébé** : « Allaiter son bébé... ? oui mais, pourquoi et comment ; Comment choisir entre biberon et allaitement maternel ?, Découvrir son bébé et ses capacités d'adaptation ; Pourquoi pleure-t-il ? Comment le rassurer ? »
- **Tabacologie** : « Comment vous aider à diminuer ou arrêter la cigarette ?; Quels moyens de substitutions utiliser ?»
- **Quand venir à la Maternité ? et comment se déroule un accouchement**

### **La Visite des locaux de la Maternité**

Une visite organisée est possible les 1er et 3ème jeudis du mois, en fin d'après-midi

Pour s'inscrire à ses ateliers ou à la visite de la Maternité : appeler le  
**04.42.46.26.26 ou vous rendre à l'accueil de la Maternité**

**Au cours du 7<sup>ème</sup>  
mois ...**

### **La planification de la consultation anesthésique**

**Elle est obligatoire.**

Cette consultation avec un médecin anesthésiste réanimateur a pour but d'évaluer le risque anesthésique en fonction des facteurs qui sont susceptibles d'interférer avec votre accouchement : vos antécédents médico-chirurgico-gynécologiques, risques d'allergie, vos traitements en cours, votre mode de vie, le déroulement de votre grossesse, le positionnement du foetus...En effet, le recours, si vous le souhaitez, à une péridurale qui est un acte d'anesthésie, nécessite l'intervention du médecin anesthésiste et on ne peut exclure la possibilité d'une césarienne qui est un acte chirurgical qui se déroule dans le bloc opératoire.

L'équipe des médecins anesthésistes-réanimateurs de la Clinique de Vitrolles consulte au Centre des Spécialistes du Griffon (rue Bel Air à Vitrolles, le bâtiment est situé à l'entrée du parking de la Clinique).

Pour prendre rendez-vous avec un médecin anesthésiste : téléphoner au  
**04.42.46.27.00**

**ou se rendre sur place au secrétariat du Centre des Spécialistes du Griffon**

### **La planification de la dernière consultation de fin de grossesse (38<sup>ème</sup> semaine) avec une sage-femme de la Maternité**

**Ce rendez-vous est aussi obligatoire** pour finaliser et constituer votre dossier d'accouchement.

Au vu du délai d'attente, il est conseillé de s'y prendre dès la 32<sup>ème</sup> semaine.

Pour prendre rendez-vous : appeler le **04.42.46.26.26**  
**ou vous rendre à l'accueil de la Maternité**

## *Au cours du 8<sup>ème</sup> mois ...*

### **La troisième échographie : « échographie de présentation »**

Cette échographie permet au gynécologue-obstétricien de vérifier la bonne croissance du bébé ainsi que sa position (siège, céphalique...).

### **Les RDV obligatoires avec :**

- **Un médecin-anesthésiste réanimateur de la Clinique de Vitrolles**

Les médecins anesthésistes-réanimateurs peuvent intervenir au cours de votre accouchement pour vous poser une anesthésie péridurale si vous le souhaitez, en cas de césarienne ou d'hémorragie.

Cette consultation, nécessaire pour évaluer vos antécédents, est à faire vers la 35<sup>ème</sup> semaine c'est-à-dire un mois et demi avant la date prévue d'accouchement. Pour des questions d'organisation et de délais nous vous conseillons de prendre ce rendez-vous dès le 7<sup>ème</sup> mois de grossesse.

- **Une sage-femme de la Maternité**

Ce rendez-vous a pour but de finaliser votre inscription et constituer le dossier médical d'accouchement (**consultation 38<sup>ème</sup> semaine**).

Cette étape permet de constituer votre dossier d'accouchement. Elle permet de répondre à vos dernières interrogations, de discuter de votre projet de naissance, si vous en avez un. La sage-femme vous donne les derniers conseils. Ce rendez-vous doit avoir lieu impérativement avant la 38<sup>ème</sup> semaine soit 3 semaines avant la date prévue de l'accouchement. Nous vous conseillons d'appeler le service pour établir ce rendez-vous dès le 7<sup>ème</sup> mois.

Vous devez alors apporter tout votre suivi de grossesse (échographies, radios, résultats d'examens, bilans sanguins....) ainsi que le règlement intérieur de la maternité que vous aurez lu et signé (voir en fin de livret).

Les documents à rapporter lors de ces consultations :

**Dossier de pré-admission (dossier jaune)**

- donné lors de la visite avec le gynécologue-obstétricien de la Clinique
- lu, complété et signé par vous
- à remettre à l'anesthésiste

**Votre suivi de grossesse**

- échographies, bilans sanguins, examens cardiologiques...., la radiopelvimétrie si vous en possédez une, ordonnances de votre traitement en cours si vous en suivez un
- à remettre à la sage-femme lors de la constitution du dossier d'accouchement (consultation de 38<sup>ème</sup> semaine)

**Le règlement intérieur de la Maternité**

- se trouve à la dernière page de ce livret
- lu et signé par vous
- à remettre à la sage-femme lors de la constitution du dossier d'accouchement (consultation de 38<sup>ème</sup> semaine)

*Au cours du 9<sup>ème</sup>  
mois...*

**Vous préparez la valise de votre bébé et la vôtre**

POUR LE SEJOUR DE VOTRE BEBÉ	POUR VOTRE SEJOUR
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 3 petits bonnets</li> <li>• 3 brassières en laine <u>quelle que soit la saison, taille 1 mois</u></li> <li>• 6 pyjamas minimum dont 1 en velours (les autres : en velours pour automne/hiver sinon coton)</li> <li>• 6 « body » en coton</li> <li>• 3 paires de chaussons ou chaussettes</li> <li>• 2 paquets de couches complets pour nouveau-né (<u>impératif</u>) 3 à 5 kg</li> <li>• 6 serviettes éponge pour le bain de bébé</li> <li>• 1 gigoteuse de naissance (<u>impératif</u> afin d'éviter les couvertures pour le berceau)</li> <li>• 1 brosse à cheveux ou petit peigne</li> <li>• plusieurs bavoirs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nécessaire de toilette</li> <li>• brumisateur</li> <li>• serviettes et gants de toilette</li> <li>• vos habits de jour et de nuit (prévoir des rechanges)</li> <li>• pantoufles et robe de chambre (facultatif)</li> <li>• 3 paquets de serviettes périodiques maternité (grand modèle)</li> <li>• slips filet ou slips coton</li> <li>• savon liquide pH Neutre pour toilette intime</li> <li>• crème soins crevasses (lanoline conseillée)</li> </ul> <p><b>Si vous allaitez :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 soutiens-gorges d'allaitement (taille de la fin de votre grossesse) et des coussinets ou coques d'allaitement</li> <li>• chemise de nuit s'ouvrant sur l'avant ou veste de pyjama ou grand Tshirt</li> </ul>
<b>Pour sa toilette et ses soins</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 produit pour le change et le massage (liniment oléo-calcaire conseillé)</li> <li>• 1 savon liquide pour le bain</li> <li>• des carrés de coton</li> <li>• 1 thermomètre pour le bain</li> <li>• 1 thermomètre bébé à embout souple</li> </ul>	

Voici la liste des documents à ne pas oublier :

<b>vos documents médicaux</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• échographies</li> <li>• analyses et bilans sanguins</li> <li>• radiopelvimétrie, si vous en posséz une</li> <li>• ordonnances du traitement en cours</li> <li>• <b>tout autre document concernant votre grossesse</b></li> </ul>	<b>pour la déclaration à l'état civil</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le livret de famille, si vous en possédez un, sinon les actes de naissances des parents</li> <li>• La déclaration de reconnaissance anticipée, si elle a été faite au préalable</li> <li>• Les cartes d'identité des parents et du déclarant</li> </ul>
---	--

Emmenez également un stylo ! (il vous sera utile pour noter, par exemple, le rythme des tétées...)

## 2ème Partie : Présentation de la Maternité de la Clinique de Vitrolles

### Vos conditions de prise en charge

La maternité de la Clinique de Vitrolles est une maternité de niveau 1, c'est-à-dire qu'elle dispose d'une unité d'obstétrique pour la prise en charge de grossesses « physiologiques » sans complications prévisibles à la naissance. Son plateau technique comprend tout l'équipement nécessaire pour la réanimation de la maman et du bébé si un problème survenait. La salle de réanimation néonatale est équipée de 2 tables de réanimation et de tout le matériel nécessaire à la prise en charge d'un nouveau-né nécessitant des soins techniques à la naissance. Une salle des couveuses permet la surveillance rapprochée des nouveau-nés nécessitant des soins et les séances de photothérapie (en cas de jaunisse).



**Notre équipe comprend des sages-femmes, des auxiliaires de puériculture, des gynécologues-obstétriciens et des anesthésistes-réanimateurs présents dans le service 24h/24.**

**Un pédiatre est d'astreinte en cas de nécessité pour la prise en charge ou la surveillance du nouveau-né.**

Sont également présents, des psychologues, des ostéopathes, une diététicienne, une conseillère en lactation, une assistante sociale. Nous travaillons en collaboration avec la PMI (Service de la Protection Maternelle Infantile du Conseil Général) et avec les sages-femmes libérales du secteur pour vous assurer une continuité des soins.

Notre maternité réalise environ 1 600 accouchements par an et accueille plus de 2 000 patientes. Nous proposons un accompagnement à taille humaine, personnalisé, respectueux de vos choix dans la mesure du possible (votre projet de naissance).

Les pathologies fréquentes en cours de grossesse sont prises en charge telles que les menaces d'accouchement prématuré, la toxémie, les vomissements au cours de la grossesse, les coliques néphrétiques.

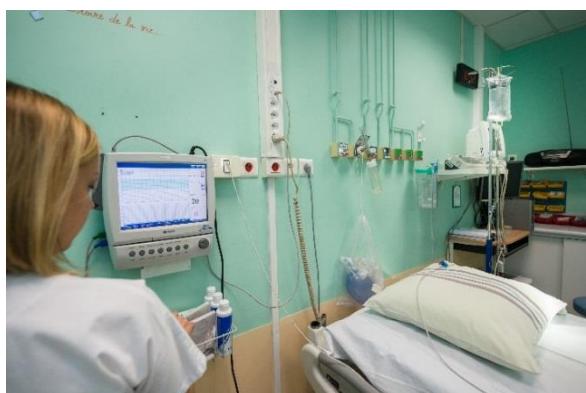


Si votre grossesse ou votre nouveau-né nécessite des soins ou examens particuliers vous serez transférée vers l'établissement de soins le plus proche et plus adapté à votre état de santé ; c'est la Cellule d'Organisation et d'Optimisation Périnatale des Transferts du réseau PERINATALITE SUD qui gère les informations concernant la disponibilité en lits d'obstétrique et de néonatalogie. Le réseau coordonne et organise ainsi le transfert d'une maman et/ou de son bébé vers une autre maternité ou un service de néonatalogie dont le niveau de soins et de surveillance est le mieux adapté.

En cas de transfert du nouveau-né, nous mettons tout en œuvre pour que sa maman puisse l'accompagner.

### Le bloc obstétrical

Le bloc obstétrical de la Maternité **se compose de 6 salles de naissance dont deux salles « nature »** équipées d'un système de traction-suspension. Une salle dispose d'une baignoire spécifique permettant l'accouchement dans l'eau. L'esprit de ces deux salles est de privilégier le déroulement physiologique de la naissance tout en garantissant un environnement sécurisé. Toutes les salles sont équipées de monitoring pour la surveillance de la parturiente et du fœtus.



Avant votre installation en salle d'accouchement, vous pourrez commencer votre travail dans une des deux salles de pré-travail. Elles disposent d'une baignoire, pour se relaxer et de grands

ballons permettant d'effectuer des exercices de mobilisation du bassin ; ceci dans le but d'aider les patientes à gérer au mieux leurs contractions.



### **L'accouchement**

Il peut durer plusieurs heures, en moyenne entre

7 et 14 heures, mais reste dépendant de certains facteurs : le bassin de la mère, l'engagement de la tête du bébé, la position lors de l'accouchement, la présentation du bébé, la grosseur du bébé. Pour les primipares (femmes qui accoucheent de leur premier enfant), la durée du travail est plus longue, la progression et l'engagement du bébé sont plus lents. Par ailleurs, la situation psychologique de la mère au cours du travail peut également interférer dans la durée de l'accouchement. La sage-femme vous conseillera dans le choix des positions afin de faciliter la descente de votre bébé dans le bassin. La personne accompagnante a toute sa place dans cet événement par sa présence, son soutien,... Nous la ferons participer, si elle le souhaite, en coupant le cordon ombilical, par exemple. Après l'accouchement, vous serez surveillée au minimum 2 heures en salle de naissance (entre autre, surveillance des saignements maternels, adaptation de votre nouveau-né à son nouvel environnement) avant votre retour en chambre.

Ce temps est propice à **la rencontre avec votre enfant grâce au peau à peau et à la première tétée**. Vous serez soutenue et conseillée par une auxiliaire de puériculture.

### **L'accouchement par césarienne**

La césarienne permet l'accouchement par une incision de l'abdomen et de l'utérus, lorsque les conditions, chez la mère ou chez l'enfant, ne sont pas favorables à un accouchement par les voies naturelles. La césarienne est une intervention courante dont le déroulement est simple dans la majorité des cas.

C'est une intervention chirurgicale qui se fait dans une salle de bloc opératoire en accès direct avec le bloc obstétrical. Les conditions et règles d'asepsie ne permettent pas au futur papa d'être présent. Cependant durant la surveillance de la maman en salle de réveil (pendant 2 heures), votre bébé est ramené au bloc obstétrical où il sera surveillé par l'équipe de sages-femmes et d'auxiliaires de puériculture ; le papa participe à cette surveillance et peut faire le peau à peau avec son bébé.

La césarienne se déroule le plus souvent sous péridurale ou rachi anesthésie. Les accouchements par césarienne représentent moins de 20% des naissances.

### *L'accouchement dans l'eau*

Nous offrons à la Clinique de Vitrolles, **la possibilité que votre bébé naisse dans l'eau**. Avant de connaître un environnement radicalement nouveau, votre bébé vit un passage moins violent. Quant à la future maman, quoi de plus relaxant qu'un bain chaud pour amortir les contractions. L'eau chaude favorise la détente et l'accouchement est plus rapide. La maman et le bébé restent entourés d'une équipe médicale qui surveille le déroulement de la naissance en laissant la mère et l'enfant aller à leur rythme. L'enregistrement du rythme cardiaque fœtal (monitoring) se fait par onde avec des capteurs étanches. Il faut savoir que l'accouchement dans l'eau est incompatible avec la péridurale. Si un problème survient au cours du travail, ou si la péridurale est demandée par la maman, il suffit de sortir de l'eau et de s'installer sur la table d'accouchement qui est dans la même pièce.

Néanmoins, l'accouchement dans l'eau ne peut être proposé que sous certaines conditions médicales qui vous seront expliquées lors de vos entretiens avec les sages-femmes et gynécologues-obstétriciens de l'équipe.

### *L'accueil et les soins du nouveau-né*

Une auxiliaire de puériculture et une sage-femme réalisent les premiers soins au bébé dès la salle de naissance :

- Aspiration des mucosités et sécrétions du nez et de la bouche à l'aide d'une petite sonde, si nécessaire
- Désinfection des yeux (collyre antiseptique) pour éviter les infections
- Pesée, prise de la température, mesure du périmètre crânien
- Goutte de médicament antihémorragique (la vitamine K est la plus courante)
- Pose du bracelet d'identification
- Détermination du score d'Apgar : grille d'évaluation de la vitalité du bébé. Au cours de cet examen, certains critères sont étudiés tels que le rythme cardiaque, le tonus musculaire, la couleur (peau, lèvres, mains), les réflexes, la respiration.

La consultation pédiatrique a lieu dans la journée, le jour de l'accouchement, et permet un examen approfondi du bébé : examen de tous les orifices (fosses nasales, oreilles, anus,...), examen général de tous les organes, dépistage précoce de certaines maladies.

La mesure de la taille du bébé s'effectue à J+1. Un dépistage auditif est réalisé le deuxième jour de vie du bébé.

## Le séjour dans le service

Après votre accouchement et votre retour du bloc obstétrical, vous êtes installée dans votre chambre avec votre bébé et prise en charge par l'équipe de suites de couches : sages-femmes et auxiliaires de puériculture s'occupent de votre suivi : pansement, surveillance, perfusion... et administrent vos médicaments. Elles surveillent l'allaitement et veillent à ce que l'environnement du bébé et de la maman soit optimal.

Notre équipe est également présente pour vous soutenir, développer vos compétences parentales et vous permettre de prendre confiance en vous.

Vous rencontrerez également les autres professionnels de l'équipe :

<b>La coordinatrice du service</b>	Elle supervise le fonctionnement et veille à une bonne coordination du service. Elle est votre interlocutrice en cas de difficulté rencontrée au cours de votre séjour.
<b>Le gynécologue-obstétricien</b>	Le gynécologue-obstétricien de garde assure la prise en charge des urgences obstétricales, participe au suivi des naissances, effectue une visite avec la coordinatrice du service tous les matins. Il prend les décisions médicales au vue de votre état de santé, réajuste votre traitement si nécessaire et vous établit les ordonnances au moment de votre sortie.
<b>Le pédiatre</b>	Il effectue au moins deux visites auprès du nouveau-né. Une quelques heures après la naissance pour s'assurer que tout va bien ; au cours de cet examen approfondi, il vérifie le rythme cardiaque, les réflexes, le tonus musculaire, la respiration... Le deuxième examen se fait au moment de la sortie. Le pédiatre vérifie la prise de poids du bébé et donne son accord pour le retour à domicile en signant le carnet de santé et prépare l'ordonnance de sortie pour votre bébé.
<b>La psychologue</b>	Si vous le souhaitez, vous pouvez rencontrer une psychologue pour un entretien.
<b>La diététicienne</b>	Elle vous propose des menus équilibrés et veille à ce qu'ils soient adaptés à votre état de santé.
<b>Sages-femmes « Bébé » et Auxiliaires de Puériculture</b>	Elles sont en charge du suivi, de la surveillance, des soins et des traitements du nouveau-né. Elles assurent les premiers soins et vous apprennent les premiers gestes à prodiguer notamment au moment de la toilette ; elles sont très présentes au moment des premières tétées
<b>L'ostéopathe</b>	Un ostéopathe vous propose gratuitement, si vous le souhaitez, un examen de votre nouveau-né : L'ostéopathie chez le nourrisson permet d'améliorer son bien-être, de diminuer les tensions dues à la naissance et peut aider à s'adapter à sa nouvelle vie extra-utérine.

<b>Les Agents de Services Hospitaliers (ASH)</b>	Elles s'occupent de l'entretien du service et du nettoyage de la chambre. Elles assurent aussi le service de distribution des repas.
<b>Le photographe</b>	Un photographe, prestataire indépendant, vous propose de prendre des photos de votre bébé. Cette prestation est payante et n'est pas obligatoire. La Clinique vous offre par son intermédiaire une photo de votre enfant.
<b>La conseillère en lactation</b>	Elle propose, en consultation externe, des conseils particuliers pour votre allaitement si vous le souhaitez.
<b>L'assistante sociale</b>	Elle peut vous aider et vous conseiller dans vos démarches administratives si nécessaire.

### La prestation hôtelière

**Les repas sont préparés sur place**, dans notre cuisine, par un personnel spécialisé en restauration santé. Les repas sont conçus avec une diététicienne en collaboration avec l'équipe soignante et sont adaptés à votre état de santé. La diététicienne peut vous proposer des alternatives aux menus prévus en cas d'allergies, d'aversion, et dans le cas de pathologies nécessitant une prise en charge nutritionnelle particulière. Elle peut également vous conseiller sur votre alimentation après votre retour à domicile, n'hésitez pas à la solliciter.

Des plateaux repas pour les accompagnants sont possibles, ils sont à commander auprès du personnel du service et à régler au Bureau des Entrées.

### Les chambres

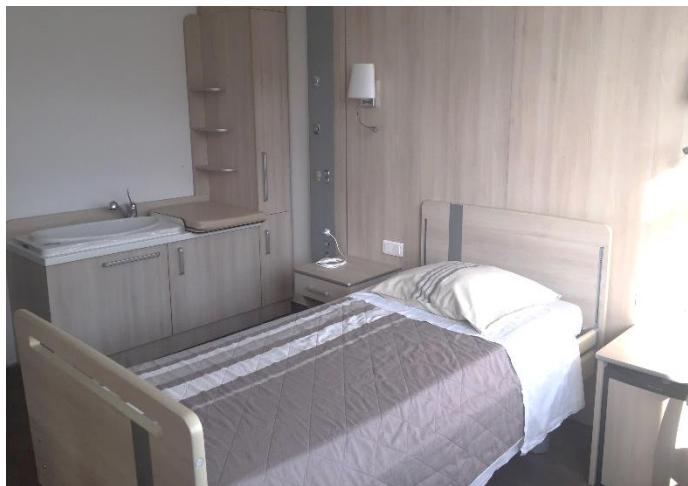
La maternité dispose de 45 lits : 9 chambres doubles, 11 chambres particulières localisées au rez-de-chaussée et 16 chambres particulières de qualité hôtelière supérieure, situées au 1<sup>er</sup> étage de l'extension de la Maternité inaugurée en mai 2016.



Les chambres particulières du rez-de-chaussée disposent d'un coin nurserie avec baignoire pour les soins et la toilette du bébé. Un lit accompagnant (lit d'appoint) peut y être installé, moyennant un supplément.



## **Les chambres particulières du 1<sup>er</sup> étage de qualité hôtelière supérieure**



Dans ces chambres, **pour favoriser votre sérénité et votre intimité**, un effort particulier a été mis sur l'harmonie des couleurs, la douceur des éclairages, la concordance entre les revêtements du sol et des murs et un ameublement aux lignes épurées, fonctionnel et confortable.

Toutes ces chambres disposent d'un téléviseur écran plat (inclus dans le tarif de la chambre), d'un mini-réfrigérateur, d'une climatisation, d'un coin nurserie avec ses rangements, d'une douche à l'italienne. Vous avez **également accès à un service de restauration de qualité supérieure** : un petit déjeuner servi sous forme de buffet (ou dans votre chambre), des plateaux repas « gourmet » avec un choix de menus variés, la possibilité de service en chambre (room service). De plus, un lit pour l'accompagnant ainsi que l'accès au petit-déjeuner « buffet » pour le lendemain matin sont inclus.

*Ces chambres ont été pensées afin de créer un petit nid douillet pour les premiers jours avec bébé.*

Si vous souhaitez une chambre particulière, il est nécessaire de la **demander à votre arrivée dans le service. Elles sont attribuées en fonction des disponibilités**, elles ne peuvent pas être réservées à l'avance.

Vous devrez contacter votre mutuelle afin d'obtenir **un bon de prise en charge** avec le montant, les dates et les conditions de remboursement de cette prestation.

Un chèque de caution correspondant à 3 nuitées est demandé.

Votre mutuelle peut transmettre directement ce bon de prise en charge au Bureau des Entrées de la clinique par fax au 04 42 46 92 86

ou par mail : [accueil@clinique-vitrolles.com](mailto:accueil@clinique-vitrolles.com)

Les informations à donner à votre mutuelle sont :

- N°FINESS de l'établissement : 130008253
- Code DMT : 163
- Date de début de votre hospitalisation

La maternité vous propose également la location d'un coussin d'allaitement (moyennant le dépôt d'une caution).

## La déclaration de naissance à l'état civil

Elle doit se faire impérativement dans les 3 jours qui suivent la naissance de votre enfant, le jour de l'accouchement ne compte pas.

La sage-femme vous remet le certificat de constatation de naissance qui vous permet d'effectuer la déclaration de naissance à l'Etat Civil de la mairie du lieu de naissance : la Mairie de Vitrolles.

**Les documents à fournir pour cette déclaration sont :**

- Le certificat de constatation de naissance délivré par la Maternité
- Le livret de famille ou à défaut les actes de naissances, et la carte d'identité des parents non mariés
- Le livret de famille et la carte d'identité des parents mariés
- La copie de la reconnaissance anticipée (si elle a été établie pendant la grossesse), cette reconnaissance peut également se faire au moment de la déclaration de la naissance
- La carte d'identité du déclarant

## La sortie et le retour à domicile

Elle est décidée sur la base de votre état de santé et celui de votre bébé. C'est donc le gynécologue-obstétricien et le pédiatre qui décident du moment de votre retour à domicile. En général, pour un accouchement par voie basse, la sortie du service maternité s'effectue 3 à 4 jours après la naissance. Après un accouchement par césarienne, la sortie se fait après 5 jours.

La sortie n'est possible qu'après le test auditif et le test de GUTHRIE sur le bébé, dépistage néonatal des maladies héréditaires ; ils se font, au plus tôt, 48 heures après la naissance.

Après la visite de sortie par le pédiatre, celui-ci valide votre retour à domicile en vous remettant le carnet de santé et les ordonnances pour votre bébé. Le gynécologue-obstétricien vous remet également une ordonnance de sortie (antalgique, moyen de contraception....).

Vous devez vous rendre au bureau des entrées pour clôturer votre dossier et effectuer le règlement éventuel des frais qui restent à votre charge (forfait accompagnant, chambre individuelle....).

Si vous partez en voiture, pensez à l'équiper d'un siège auto pour nouveau-né.

Hôtel De Ville de Vitrolles

**Service Etat Civil**

Place de Provence BP 30102

13743 Vitrolles CEDEX

Tél. 04 42 77 90 97 Fax : 04 42 77 90 64

Email : [etat.civil@ville-vitrolles13.fr](mailto:etat.civil@ville-vitrolles13.fr)

[www.vitrolles13.fr](http://www.vitrolles13.fr)

ouvert sans interruption du lundi au vendredi de 8h30 à 16h30

## De retour à votre domicile

Si vous le souhaitez, vous pouvez bénéficier d'un suivi par une sage-femme dès votre retour à domicile. Planifiez-le avant votre sortie en en parlant avec une sage-femme du service.

## Le programme PRADO (Programme de Retour à Domicile)

C'est un service proposé par l'Assurance Maladie. Il permet une prise en charge à votre domicile, adaptée pour vous et votre enfant et est assurée par une sage-femme libérale. Après accord de l'équipe médicale, le lendemain de votre accouchement, un conseiller de l'Assurance Maladie passe dans votre chambre pour vous proposer le programme. Si vous adhérez à PRADO, il planifie le premier rendez-vous avec la sage-femme de votre choix. Ensuite dès votre retour à votre domicile, la sage-femme vous prend en charge avec votre enfant. Le conseiller de l'Assurance Maladie reste joignable et peut vous aider dans les démarches administratives (notamment pour le rattachement de votre enfant à la sécurité sociale). Si vous avez un compte sur le site [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr) vous pouvez dès à présent vous pré-inscrire au programme.

Les professionnels des centres de P.M.I. (Protection Maternelle et Infantile du Conseil Général des Bouches du Rhône), ouverts à tous, peuvent également assurer un suivi et un accompagnement dans votre nouveau rôle de maman (pesée du bébé, conseil sur l'allaitement, dispositifs d'aide à domicile....) consultez la liste des centres sur [www.cg13.com](http://www.cg13.com).

Vous devez effectuer le rattachement de votre nouveau-né, pour sa couverture santé, à l'un ou aux deux parents assurés (c'est-à-dire le faire inscrire sur votre carte vitale) en remplissant le formulaire CERFA n°14445\*01 et en l'adressant à votre Caisse Primaire d'Assurance Maladie avec un acte de naissance de votre enfant. Vous pouvez trouver ce formulaire en ligne sur [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr) ou le demander à votre centre CPAM.

Vous devez également penser à envoyer un acte de naissance de votre enfant aux organismes suivants : employeur, CAF, mutuelle...

 N° 14405/MI		DEMANDE DE RATTACHEMENT A L'UN DE AUS PARENTS ASSURÉS D'ASSURANCE MALADIE ET MATERNITÉ		VOLET I 1. ASSURANCE MALADIE 2. ASSURANCE MATERNITÉ	
SI LE CONTRAT DE CRÉDIT ESTÉ LIÉ A LA DEMANDE DE CLASSEMENT DE LA POLICE					
LE PRÉSE demandeur le renchérit		LA MÈRE demandeur le renchérit		LE PÈRE demandeur le renchérit	
NOM		NOM		NOM	
PRÉNOM		PRÉNOM		PRÉNOM	
NOMBRE D'INSTITUTIONS MEMBRE D'INSTITUTIONS		NOMBRE D'INSTITUTIONS MEMBRE D'INSTITUTIONS		NOMBRE D'INSTITUTIONS MEMBRE D'INSTITUTIONS	
ACCÈS			ACCÈS		
SOUS AVISSEMENT DE L'ASSURÉ D'ASSURANCE MALADIE, QU'ELLE VOUS PRÉTENDRE MALADE NATURELLEMENT					
SOUS AVISSEMENT DE L'ASSURÉ D'ASSURANCE MALADIE, QU'ELLE VOUS PRÉTENDRE MALADE NATURELLEMENT					
IDENTIFICATION DE TOUS LES ENFANTS					
NOM DE FAMILLE		PRÉNOM		DATE DE NÉGLIGENCE	
DÉCLARATION DE RÄTACHMENT DES INSTITUTIONS DES ENFANTS (les établissements d'assurance de l'assurance maladie maternité CONCERNANT LEZ LES ENFANTS) LE PRÉSE / LE MÈRE / LE PÈRE					
<p>► J'atteste, renseigné(e) ci-dessus, que l'enfant (les trois enfants) désigné(s) ci-dessous n'est pas atteint(e) d'une maladie ou d'un état de santé qui empêche l'assurance maladie de l'assurer. Il/elle est en mesure de faire tout ce qui peut être demandé de lui/elle pour la date de la demande de rattachement. Il/elle a été informé(e) de la date à laquelle il/elle sera informé(e) de la décision correspondante à cette date.</p>					
Par : Signature pour déclurer le renchéritement		Le : Signature de la mère demandeur le renchéritement			

## Deux rendez-vous médicaux sont indispensables :

- Avec un pédiatre de votre choix ou votre médecin traitant pour un suivi pédiatrique dans le mois qui suit la naissance,
  - Avec votre gynécologue, 4 à 6 semaines après votre accouchement.

## 3ème Partie : ANNEXES

### Liste des professionnels et leurs coordonnées

#### 1. Gynécologues - Obstétriciens assurant les gardes et accouchements à la Clinique de Vitrolles

Vous pouvez prendre rendez-vous directement sur le site internet de la Clinique de Vitrolles

[www.clinique-vitrolles.com](http://www.clinique-vitrolles.com) ou [www.doctolib.fr](http://www.doctolib.fr)

Gynécologue-obstétricien	Consultation	
<b>Dr GUILLIBERT François</b>	3 Boulevard Albert Charrier, 13100 AIX EN PROVENCE et Centre des Spécialistes du Griffon Rue Bel Air-La Tuilière II 13127 VITROLLES	04.42.38.65.66 <a href="http://www.provence-gynecologie.fr">www.provence-gynecologie.fr</a>
<b>Dr MOURTIALON Pascal</b>		04.42.46.27.00
<b>Dr KRIEF Mikael</b>	Espace Médical Castellane 38 avenue de Toulon 13006 MARSEILLE et Centre des Spécialistes du Griffon Rue Bel Air-La Tuilière II 13127 VITROLLES	04.91.79.48.45 04.42.46.27.00
<b>Dr PAVARD Agnès</b>	6 avenue Jean Jaurès 13700 MARIGNANE	04.42.09.10.99 <a href="http://www.cabinetgynecologiemarignane.fr">www.cabinetgynecologiemarignane.fr</a>
<b>Dr ZIDANI Kamal</b>	Centre Médical Carrefour RN 113 13127 VITROLLES et Centre des Spécialistes du Griffon Rue Bel Air-La Tuilière II 13127 VITROLLES	04.42.89.35.00 04.42.46.27.00

## 2. Médecins Anesthésistes – Réanimateurs exerçant à la Clinique de Vitrolles

Vous pouvez prendre rendez-vous directement sur le site internet de la Clinique de Vitrolles

[www.clinique-vitrolles.com](http://www.clinique-vitrolles.com) ou [www.doctolib.fr](http://www.doctolib.fr)

Médecin Anesthésiste	Consultation	
Dr GAVUZZO François		
Dr MOZZICONACCI Monique		
Dr CARBONE Philippe	Centre des Spécialistes du Griffon Rue Bel Air La Tuilière II 13127 VITROLLES	04.42.46.27.00
Dr PASTEAU Frédéric		
Dr RICHARD Philippe	(bâtiment situé à l'entrée du parking de la Clinique)	
Dr THERY Hervé		
Dr VOIRIN Thierry		

## 3. Pédiatres assurant les astreintes et le suivi des nouveau-nés après l'accouchement à la Clinique de Vitrolles

Pédiatre	Consultation	
Dr BACHIRI Ahmed	Salle de consultation pédiatrique Clinique de Vitrolles 13127 VITROLLES	04.67.55.83.76
Dr TRANDAFIR Gabriela	Salle de consultation pédiatrique Clinique de Vitrolles 13127 VITROLLES	06.79.63.49.00

## Autres professionnels de la naissance

## 4. Gynécologues - Obstétriciens ne prenant pas de gardes à la Clinique de Vitrolles mais pouvant assurer le suivi des grossesses (information non exhaustive ; pour compléter cette liste vous pouvez consulter l'annuaire de l'ordre des médecins sur [www.conseil-national.medecin.fr](http://www.conseil-national.medecin.fr))

Gynécologue Obstétricien	Consultation	
Dr AIT-MENGUELLET Sonia	6 avenue Jean Jaurès 13700 – MARIGNANE	04.42.09.10.99
Dr STUDER Christophe		<a href="http://www.cabinetgynecologiemarignane.fr">www.cabinetgynecologiemarignane.fr</a>

<b>Dr BEERLI Mouna</b>	Centre des Spécialistes Les Arcades des Cîteaux 13127 – VITROLLES	07.60.08.51.86
<b>Dr LASMI Ahmed</b>	Centre des Spécialistes du Griffon Rue Bel Air-La Tuilière II 13127 VITROLLES	04.42.46.27.00 <a href="http://www.doctolib.fr">www.doctolib.fr</a>
<b>Dr SOEN RICHARD Sabrina</b>	32 avenue Camille Pelletan 13340 ROGNAC	04 42 87 01 32
<b>Dr CHUZEL</b>	Maison Médicale 39 Avenue Jules Andraud 13880 VELAUX	04 42 34 73 67 <a href="http://www.doctolib.fr">www.doctolib.fr</a>

5. **Autres Pédiatres pouvant suivre votre nouveau-né** (information non exhaustive ; pour compléter cette liste vous pouvez consulter l'annuaire de l'ordre des médecins sur [www.conseil-national.medecin.fr](http://www.conseil-national.medecin.fr))

Pédiatre	Consultation	📞
<b>Dr GALTIER Martine</b>	Parc Camoin 3 rue Isly 13700 MARIGNANE	04.42.09.08.20
<b>Dr GILLES Jean-Yves</b>	Résidence Azur Boulevard Jean GONO 13340 ROGNAC	04.42.16.79.14
<b>Dr GUTZEIT Hans</b>	18 Avenue Victor Hugo 13100 AIX EN PROVENCE	06.17.97.16.08
<b>Dr PECRY Violeta</b>	Centre médical Mélusine Chemin Calendal 13960 SAUSSET LES PINS	04.91.16.55.36
<b>Dr SEON-GARI Sandrine</b>	Espace Croix d'Or 1596 av. de la Croix d'Or 13320 BOUC BEL AIR	04.88.13.16.13
<b>Dr TARIOT Michel</b>	Rond Point de l'Hélicoptère- « Le nombre d'Or » Avenue du 8 mai 1945 13700 MARIGNANE	04.42.09.09.09
<b>Dr TOLLENAERE Yves</b>	Centre des Spécialistes du Griffon Rue Bel Air - La Tuilière 13127 VITROLLES	04.42.46.27.00
<b>Dr LEPEYTRE Caroline</b>	Centre médical Le Vento 387 av Plan de Campagne 13170 LES PENNES MIRABEAU	06.58.45.67.42

**6. Sages-femmes libérales exerçant sur les secteurs géographiques autour de la Clinique de Vitrolles** (liste non exhaustive pour une liste complète consulter le site internet de l'ordre des sages-femmes sur : [www.ordre-sages-femmes.fr](http://www.ordre-sages-femmes.fr))

Sage-femme	Cabinet	Activités	
Pour leurs secteurs d'interventions, contacter directement la sage-femme concernée			
<b>Mme Aurore ARCUCCI</b>	Les Pennes Mirabeau	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entretien prénatal</li> <li>- Préparation à la naissance</li> <li>- Suivi de grossesse à risque/domicile/monitoring</li> <li>- Rééducation périnéale</li> <li>- Suite de couches à domicile</li> <li>- Dossier 38<sup>e</sup> semaine</li> <li>- Consultation tabacologie</li> </ul>	06.62.26.51.22
<b>Mme Stéphanie PREISS</b>	Clinique de Vitrolles	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entretien prénatal</li> <li>- Dossier 38<sup>e</sup> semaine</li> <li>- Préparation à la naissance</li> <li>- Suivi de grossesse à risque y compris domicile</li> <li>- Monitoring à domicile</li> <li>- Rééducation périnéale</li> <li>- Suite de couches à domicile</li> </ul>	06.79.05.26.61
<b>Mme Valérie DEBREGEAS</b>	Trets	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entretien 4<sup>ème</sup> mois et préparation à la naissance</li> <li>- Préparation sophrologie et classique</li> <li>- Monitoring à domicile</li> <li>- Suivi retour à domicile</li> <li>- Rééducation périnéale</li> </ul>	06.80.96.66.02
<b>Mme Murielle BRUNIE</b>	Rognac	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Préparation : piscine</li> <li>- Monitoring à domicile</li> <li>- Suite de couche à domicile</li> <li>- Consultation d'allaitement à domicile et au cabinet, le lundi à la clinique sur rendez-vous</li> <li>- Rééducation périnéale</li> <li>- Dossier 38<sup>ème</sup> semaine</li> </ul>	06.62.28.55.04
<b>Mme Florence BOURSIER</b>	Salon de Provence	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Préparation classique, piscine à Rognac</li> <li>- Rééducation périnéale</li> <li>- Suivi monitoring à domicile</li> <li>- Suivi retour à la maison</li> </ul>	06.86.73.20.97
<b>Mme Mathilde HAUC</b>	Marseille	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Préparation à la naissance</li> <li>- Monitoring à domicile</li> <li>- Suites de couches à domicile</li> <li>- Rééducation du périnée</li> <li>- Accouchement en plateau technique sur la Clinique de la Casamance (Aubagne)</li> </ul>	06.75.62.37.47
<b>Mme Hetty BRIANCON</b>	Septèmes	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Haptonomie</li> <li>- Rééducation périnéale</li> </ul>	06.60.94.68.68

<b>Mme Dominique DILELIO</b>	Marseille 15 <sup>ème</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grossesse à risque</li> <li>- Post partum à domicile et au cabinet</li> <li>- Préparation : gymnastique sensorielle et périnatale, piscine</li> <li>- Rééducation périnéale</li> <li>- Suivi de grossesse physiologique</li> </ul>	06.16.38.96.01
<b>Mme Karine BOUDIER</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Préparation classique, piscine</li> <li>- Haptonomie</li> <li>- Rééducation périnéale</li> </ul>	
<b>Mme Cécile MOUNITION-BERRE</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Atelier éveil corporel de bébé</li> <li>- Réflexologie Niro Mathé</li> </ul>	04.91.46.33.89
<b>Mme Fanja RANDRIAMANJATO</b>	Marseille 16 <sup>ème</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Atelier contraception</li> <li>- Découverte du périnée</li> <li>- Monitoring domicile et cabinet</li> <li>- Consultation gynécologique</li> </ul>	
<b>Mme Béatrice TURCOT</b>			
<b>Mme Ambre MICHEL</b>	Marignane		06.12.41.49.53
<b>Mme Ghislaine BAUD-GOUIRAN</b>	Marignane	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Préparation la naissance : travail positionnel De Gasquet, méthode Bonapace, et/ou sophrologie et/ou piscine à Marignane</li> <li>- Consultation homéopathie unisiste</li> <li>- Rééducation périnéale CMP et postural De Gasquet et abdo MG selon besoins</li> </ul>	06.13.05.55.50
<b>Mme Ludivine SASSOT</b>	Marignane	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Préparation classique ou sophrologie</li> <li>- Surveillance de grossesse à domicile</li> <li>- Accompagnement retour à la maison</li> <li>- Rééducation du périnée</li> </ul>	06.87.48.57.19
<b>Mme Agnès JURION</b>	Vitrolles	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Préparation à la naissance et à la parentalité</li> <li>- Surveillance monitoring</li> <li>- Rééducation périnéale</li> </ul>	06.84.04.32.67
<b>Mme Sophie POINTEAU</b>	Gardanne	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Consultation</li> <li>- Préparation : yoga, piscine</li> <li>- Monitoring à domicile</li> <li>- Suites de couche</li> <li>- Rééducation manuelle</li> <li>- Homéopathie</li> <li>- Contraception</li> </ul>	06.09.50.01.96 04.42.29.69.05

<b>Mme Aude LE MOIGNE</b>	Gardanne	<p><i>Au cabinet</i> : préparation à la naissance et rééducation périnéale manuelle selon la méthode De Gasquet, sophrologie, homéopathie, consultation de grossesse, d'allaitement et post natale, préparation et rééducation aquatique</p> <p><i>A domicile</i> : monitoring surveillance post partum maman bébé (week-end compris)</p>	06.87.12.98.18 04.42.58.08.71
<b>Mme Clémence MENUT</b>	Gardanne	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Suivi gynécologique de prévention et contraception</li> <li>- Entretien prénatal</li> <li>- Préparation : classique, sophrologie, piscine</li> <li>- Consultation post natale maman-bébé,</li> <li>- Accompagnement allaitement</li> <li>- Monitoring à domicile</li> <li>- Rééducation du périnée</li> </ul>	06.98.55.79.60
<b>Mme Christel CASANOVA</b>	Trets	Homéopathie au cabinet	06.83.18.94.99
<b>Mme Vanessa CORNEE</b>	Bouc Bel Air	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entretien prénatal et suivi de grossesse</li> <li>- Préparation à la naissance (méthode de B de Gasquet)</li> <li>- Monitorings à domicile</li> <li>- Acupuncture</li> <li>- Suivi post natal et allaitement</li> <li>- Rééducation du périnée</li> </ul>	06.61.72.43.94
<b>Mme Clémentine RICHARD</b>	Aix La Duranne	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entretien prénatal</li> <li>- Monitoring à domicile</li> <li>- Suivi postnatal et allaitement</li> <li>- Rééducation du périnée</li> <li>-Suivi gynécologique de prévention et contraception</li> </ul>	06.82.91.97.14
<b>Mme Sandrine ESCUDIER</b>	Martigues		06.32.30.43.62
<b>Mme Caroline MASSON</b>	Martigues		06.22.19.68.86
<b>Mme Stéphanie BERTHELOT</b>	Martigues		06.03.13.29.68
<b>Mme Nami LAISNE</b>	Martigues	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Préparation</li> <li>- Surveillance grossesses à domicile</li> <li>-Suites de couches à domicile</li> <li>- Rééducation périnéale</li> </ul>	06.25.76.27.33

<b>Mme Mariem DEVEZA</b>	Martigues	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Préparation à la naissance</li> <li>- Aquagym pré et post natal</li> <li>- Monitoring à domicile</li> <li>- Visite PRADO à domicile</li> <li>- Rééducation périnéo abdominale</li> </ul>	06.14.41.52.23
<b>Mme Sandrine ESCUDIER</b>	Martigues		06.32.30.43.62
<b>Mme Charlotte SORGENTI</b>	Lançon de Provence	<p><i>A domicile :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Surveillance de grossesse</li> <li>- Entretien prénatal</li> <li>- Préparation à la naissance</li> <li>- Suivi postnatal</li> <li>- Rééducation du périnée</li> </ul>	06.40.38.99.59
<b>Mme Karine VIELLEDENT</b>	Velaux	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Préparation à la naissance classique, piscine à Velaux</li> <li>- Monitorings à domicile</li> <li>- Suites de couches à domicile pour les patientes vues pendant la grossesse</li> <li>- Rééducation périnéales CMP pour les patientes vues pendant la grossesse</li> </ul>	06.88.03.76.04 04.42.74.89.19
<b>Mme Esther VINCENT</b>	Velaux	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Suivi de grossesse</li> <li>- Préparation à la naissance (piscine, Bonapace, yoga)</li> <li>- Monitoring à domicile</li> <li>- Suivi post natal &amp; consultation d'allaitement</li> <li>- Rééducation périnéale</li> <li>- Contraception &amp; suivi gynécologique de prévention</li> <li>- Homéopathie</li> <li>- Portage en écharpe</li> </ul>	06.76.65.32.18
<b>Mme Pascaline USAI</b>	Berre l'Etang		06.10.24.34.10

**7. Liste des consultants en lactation des Bouches du Rhône** (membres de l'Association Française des Consultants en Lactation : <http://consultants-lactation.org>)

Nom	Secteur	
<b>Mme NORE Fabienne</b>	Etang de Berre	06.21.63.42.71
<b>Mme KHELKA Séverine</b>	Marseille	06.64.49.78.99
<b>Mme RASENEUR Emmanuelle</b>	Marseille	06.89.12.55.79

<b>Mme BRUNIE Murielle</b>	Rognac Clinique de Vitrolles	06.62.28.55.04
<b>Mme BREHERET Maia</b>	Arles	04.90.49.29.56
<b>Mme VIEL Hélène</b>	Marseille	06.66.10.92.90
<b>Mme LEGIER Catherine</b>	Aubagne	06.45.62.06.11
<b>Mme COUSINARD Adine</b>	Marseille	06.60.37.58.18
<b>Mme JAUER STEICHEN Juanita</b>	Dépt. 13, 84, 30, 34	06.21.81.32.94
<b>Mme GUERRAND FRENAIS Céline</b>	Aix en Provence	06.63.55.42.53
<b>Mme SUSZKO Marielle</b>	Aix en Provence	04.42.33.55.32
<b>Mme WAEGENEIRE Marie-Brigitte</b>	Puyricard	04.42.17.07.10

## 8. Liste des ostéopathes intervenant dans le service Maternité

Ostéopathe	Consultation	📞
<b>Laure BRESSAC-DAUMAS</b>	Bât A Le Phocén 19 av J. Moulin 13127 VITROLLES	04.42.89.08.26
<b>Sandra CLUZAN</b>	10 rue du vallon des roses vieux village 13127 VITROLLES	04.42.02.58.50
<b>Patrick PETIT</b>	11 bis av. Camille Pelletan 13340 ROGNAC	06.71.92.58.22
<b>Jean-Charles GARDON</b>	Clinique de Marignane Clinique de Vitrolles	06.23.17.29.62 <a href="http://www.doctolib.fr">www.doctolib.fr</a>

## 9. Autres ostéopathes (liste non exhaustive, consultez les pages jaunes)

Ostéopathe	Consultation	📞
<b>Manon RAYNAUD</b>	8 rue des trois rois 13006 MARSEILLE	06.23.25.36.16
<b>Jean-Louis CATELIN &amp; Cyril INTERNICOLAS</b>	Les jardins suspendus, 11 rue Jean Goujon 13127 VITROLLES	04.42.75.34.30
<b>Mylène LARCHER &amp; Lisa SERIGNAC</b>	Centre médical Le nombre d'Or Rond-point de l'hélico. av. de l'Europe 13700 MARIGNANE et Centre des Spécialistes du Griffon Rue bel air La Tuilière II	04.42.88.08.82 04.42.46.27.00 <a href="http://www.doctolib.fr">www.doctolib.fr</a>

---

13127 VITROLLES

---

Véronique MERLAN-  
MINNITI 2 av. Jean Guynemer  
13700 MARIGNANE 06.82.33.45.60

---

## 10. Liste des centres PMI dans les Maisons De Solidarité du CG13

Voir liste complète sur le site <http://www.cg13.fr/sante/maison-de-la-solidarite/>



Centre PMI	Consultation	📞
<b>MDS de Vitrolles</b>	Quartier des Plantiers 2 avenue Paul Valéry 13127 Vitrolles	Tél. : 04.13.31.58.29 Fax : 04.42.89.41.93
<b>MDS de Marignane</b>	Avenue du Stade 13700 Marignane	Tél. : 04.13.31.78.00 Fax : 04.42.09.12.96
<b>MDS de Martigues</b>	Traverse Charles Malville 13500 Martigues	Tél. : 04.13.31.80.51 Fax : 04.42.40.41.89
<b>MDS d'Istres</b>	2 chemin de la Combe aux Fées Bât B 13808 Istres CEDEX	Tél. : 04.13.31.92.05 Fax : 04.42.56.50.45
<b>MDS de Châteaurenard</b>	3, cours Carnot Immeuble des Halles 13160 Châteaurenard	Tél. : 04.13.31.75.86 Fax : 04.90.90.05.29
<b>MDS de Gardanne</b>	173, bd Pont de Péton 13120 Gardanne	Tél. : 04.13.31.77.00 Fax : 04.42.65.80.98
<b>MDS de Salon</b>	92 Bd Frédéric Mistral Immeuble Marc Sangnier 13300 Salon de Provence	Tél. : 04.13.31.66.76 Fax : 04.90.56.14.82
<b>MDS d'Aix</b>	38 avenue de l'Europe 13090 Aix-en-Provence	Tél. : 04.13.31.84.10 Fax : 04.13.31.07.62
Marseille 14e "Les Flamants"	14 avenue Alexandre Ansaldi 13014 Marseille	Tél. : 04.13.31.62.30 Fax : 04.91.63.33.93
Marseille 15e Est "la Viste"	43, avenue de la Viste 13015 Marseille	Tél. : 04.13.31.64.03 Fax : 04.91.03.44.04 / 04.13.31.64.04
Marseille 15e Ouest et 16e "L'Estaque"	Immeuble le Carré 2, allée Sacoman 13016 Marseille	Tél. : 04.13.31.55.85 Fax : 04.91.46.18.41 Fax PMI : 04.13.31.55.19

## 11. Liste des psychologues (liste non exhaustive)

Psychologue	Consultation	📞
Mme Pascale MIZZI Mme Céline ONATE	Centre Médical Psychologique du Liourat 1 Avenue JE Constant 13127 Vitrolles	04.42.89.02.32

---

CMP de Berre l'Etang (uniquement pour les patientes domiciliées sur Berre, Rognac, Velaux, La Fare les Oliviers) 04.42.85.31.60  
54 Cité La Boétie  
13130 Berre l'Etang

---

## 12. Conseillère conjugale et familiale CG13 du secteur de Vitrolles

Conseillère	Consultation	
<b>Mme Claudine VILLAR</b>	Maison départementale de la Solidarité de Vitrolles Quartier les plantiers - Av Paul Valéry 13127 Vitrolles	Tel : 04.13.31.58.29 Fax : 04.42.89.41.93

---

## 13. Assistance sociale de la Clinique de Vitrolles

Conseillère	Consultation	
<b>Mme Anaïs SLIMANI</b>	Clinique de Vitrolles	06.76.65.43.97

---

# Conseils pour un environnement chimiquement plus sain pour les femmes enceintes

Durant la grossesse ou pendant la période d'allaitement, vous et votre enfant êtes particulièrement sensibles. C'est pourquoi, durant cette période, vous devez être particulièrement attentive aux éléments chimiques auxquels vous et votre enfant êtes exposés. L'Agence de Protection Environnementale a formulé 9 bonnes habitudes pour les femmes enceintes et les jeunes mamans concernant les produits chimiques dans les cosmétiques, les objets pour enfants et dans les jouets.



## 9 bonnes habitudes pour les femmes enceintes et les jeunes mamans :

### 1. Utilisez le moins possible de produits cosmétiques et lotions pendant votre grossesse et la période d'allaitement

Certains cosmétiques et lotions contiennent des substances chimiques allergènes ou suspectées d'être des perturbateurs hormonaux. En limitant au maximum l'usage des produits cosmétiques et des lotions vous diminuez les effets des produits chimiques sur vous et votre enfant.

### 2. Choisissez toujours des produits sans parfum et arrêtez l'utilisation de parfum au cours de votre grossesse et pendant la période d'allaitement

Les parfums peuvent causer des allergies, des irritations cutanées, des éruptions ou des difficultés respiratoires.

### 3. Achetez des produits avec des labels environnementaux, lorsque c'est possible regardez « le Cygne » ou « la Fleur »

Le cygne et la fleur sont des logos environnementaux que vous pouvez voir sur des produits fabriqués avec une prise en considération particulière de la santé et l'environnement contenant pour le moment moins de substances chimiques problématiques.



### 4. Ne teignez pas vos cheveux durant la grossesse et la période d'allaitement

Certaines substances chimiques contenues dans les teintures peuvent provoquer de sérieuses réactions allergiques ou sont suspectées d'être des perturbateurs endocriniens. Même les « teintures naturelles pour cheveux » peuvent contenir des produits chimiques nocifs.

**5. Evitez l'utilisation de produits contenus dans des sprays et ne faites pas de peinture pendant votre grossesse ou la période d'allaitement.**

Si vous faites de la peinture ou utilisez des sprays, vous inhalez des substances chimiques qui peuvent être absorbées par votre corps et transmises à votre bébé. Evitez de faire de la peinture pendant cette période et assurez-vous que les pièces nouvellement peintes sont suffisamment aérées.

**Pour les bébés**

**6. Lavez au préalable tout ce que vous utiliserez pour votre bébé**

Nouveaux vêtements, jouets, biberons peuvent contenir des résidus chimiques. Si vous lavez tout avec de l'eau chaude, la plupart de ces substances chimiques disparaîtront.

**7. Evitez l'utilisation quotidienne de lotions, savons etc. pour votre bébé.**

Baignez votre enfant dans une eau propre et limitez l'utilisation de lotions après le bain et après les changes. Si votre enfant a la peau très sèche, rouge ou irritée ou bien d'autres problèmes de peau, parlez-en à votre médecin.

**8. Achetez toujours des produits sans parfum pour votre bébé, y compris les jouets.**

Le parfum peut donner des allergies à votre bébé. Pour cela, achetez toujours de bons produits sans parfum pour votre bébé et évitez les jouets parfumés.

**9. Utilisez toujours des jouets conçus spécialement pour les bébés. Les jouets pour les enfants de plus de 3 ans peuvent contenir des phtalates.**



## Service MATERNITE

Chère patiente,

Nous souhaitons attirer votre attention sur quelques points importants du **règlement intérieur que nous vous demandons de lire et de signer.**

- Vous serez prise en charge par **une équipe mixte** de sages-femmes, auxiliaires de puériculture, gynécologues-obstétriciens, pédiatres, médecins anesthésistes-réanimateurs.
- En salle d'accouchement, pendant le travail, **une seule personne** pourra entrer pour vous accompagner **en respectant les règles d'hygiène** et les consignes de l'équipe soignante (deux personnes peuvent éventuellement se relayer).
- Afin de préserver la qualité de l'offre de soins et le repos des patientes, **les visites sont autorisées uniquement à partir de 12h00 jusqu'à 21h00**  
Les visites des enfants de moins de 15 ans sont interdites sauf pour la fratrie.
- Pour assurer la sécurité des patients hospitalisés, **la Clinique ferme ses portes à 21h**. Les visiteurs, y compris les pères, sont donc invités à terminer leur visite avant cet horaire.
- Dans le respect de l'intimité de nos patientes, il n'est pas proposé de lit accompagnant pour les pères dont leurs femmes sont hospitalisées en chambre double.

Pour le bon fonctionnement du service, nous vous remercions de respecter ces points et d'en informer votre entourage.

Fait le, à

Signature





## Mes notes personnelles

*Je note mes RDV et les questions que je veux poser à ma sage-femme,  
gynécologue, anesthésiste.....*