



# MON PROJET NAISSANCE



En ayant conscience que chaque accouchement est différent et qu'il est difficile de prévoir son déroulé, voici nos souhaits pour l'accouchement si celui-ci se présente bien.  
Bien entendu en cas de problème, contre-indication ou avis contraire de votre service, nous nous remettons à vos compétences pour vos conseils et informations.

## Généralités

- ♥ Avoir un accouchement naturel et physiologique
- ♥ Que mon conjoint puisse rester présent durant chaque étape de l'accouchement
- ♥ Qu'il soit expliqué à moi, ou mon conjoint, les gestes médicaux/chirurgicaux
- ♥ Un environnement calme avec la possibilité d'écouter la musique / sans forte lumière

## Pendant le travail

- ♥ Pendant le travail pouvoir bouger autant que possible
- ♥ Pouvoir boire si possible
- ♥ Bénéficier de la baignoire si elle est disponible
- ♥ Je ne souhaite pas la péridurale mais j'aimerais qu'on me prévienne lorsque celle-ci peut être posée dans le cas où je changerai d'avis

## L'accouchement

- ♥ Éviter l'épisiotomie si elle n'est pas nécessaire
- ♥ En cas de déchirure/épisiotomie pouvoir bénéficier d'une anesthésie locale pour les points
- ♥ Qu'on coupe le cordon ombilical lorsqu'il a cessé de battre
- ♥ Qu'on propose à mon conjoint de couper le cordon ombilical s'il le désire à ce moment là

## Après la naissance

- ♥ Qu'on me laisse la possibilité d'attraper bébé lors de la naissance
- ♥ Pouvoir avoir bébé contre moi en peau à peau directement après la naissance
- ♥ Que le peau à peau soit ensuite proposé au papa
- ♥ Si je ne peux pas avoir bébé contre moi, qu'il soit confié directement au papa
- ♥ Faire la tétée d'accueil rapidement pour favoriser un bon début d'allaitement
- ♥ Que les examens médicaux soient faits après un temps de découverte parents/bébé
- ♥ Que les examens soient expliqués
- ♥ Que les examens et premiers soins soient réalisés avec la présence du papa