

Que devez-vous apporter à la maternité ?

La maternité du CHCB s'est engagée dans une démarche de prévention et de promotion de la santé environnementale de la femme enceinte et du nouveau-né.

Dans ce cadre, nous vous conseillons d'utiliser des produits d'hygiène non allergisants (sans parfums, ni extraits végétaux...), dépourvus de perturbateurs endocriniens, d'huiles essentielles, de substances toxiques.

Pour votre bébé :

- ☐ bodys manches longues (5)
- ☐ brassières de laine (2)
- ☐ pyjamas (5)
- ☐ chaussons ou chaussettes de laine
- ☐ bonnet en laine ou coton
- ☐ turbulette ou gigoteuse chaude + 1 petite couverture

Quelle que soit la saison, l'équipe de maternité vous recommande des vêtements chauds pour votre enfant

- ☐ bavoirs (5)
- ☐ thermomètre électronique (ni auriculaire, ni frontal)
- ☐ 3 capes de bain
- ☐ 3 grands langes
- ☐ carrés de coton prédécoupés ou carrés réutilisables si vous le souhaitez
- ☐ peigne
- ☐ 2 paquets de couches à usage unique taille nouveau-né

La trousse de toilette de bébé :

Crèmes hydratantes, lingettes, liniment oléocalcaire, eaux nettoyantes sont désormais inutiles !

S'en tenir au strict nécessaire :

- ☐ syndet liquide surgras sans savon pour le bain
- ☐ crème pour siège irrité

A la maternité, les changes sont réalisés avec l'eau du robinet, tout simplement !

Pour vous :

- ☐ des affaires confortables
- ☐ serviettes et nécessaire de toilette
- ☐ slips filet
- ☐ savon doux
- ☐ 1 veilleuse ou lumière douce
- ☐ 1 paire de bas de contention

Si vous désirez allaiter :

- ☐ soutien gorge d'allaitement
- ☐ 1 coussin d'allaitement
- ☐ 1 crème à la lanoline
- ☐ 1 petite cuillère souple en silicone

Pour l'accompagnant :

- ☐ couverture, oreiller

Si portage :

- ☐ Écharpe de portage ou sling en tissu sergé croisé

“ N'hésitez pas à prendre tout ce qui pourrait vous apporter confort et bien-être (veilleuse ou lumière douce, musiques, lectures, des collations...) ”



Quand venir à la maternité ?

Perte de sang, de liquide, douleurs, contractions utérines régulières et intenses, diminution des mouvements de votre bébé, chute ou choc abdominal, violence ou détresse psychologique.

Si vous avez un doute sur des symptômes inhabituels (type maux de tête, démangeaisons, fièvre, etc.) contactez directement :

Urgences maternité : 24h/24 au ☎ 05 59 44 38 13

Ma valise en salle d'accouchement

Pensez à vous munir des documents suivants :

- ☐ carte de groupe sanguin,
- ☐ résultats d'analyses,
- ☐ échographies et/ou radios,
- ☐ livret de famille, éventuellement ou la reconnaissance anticipée,
- ☐ ordonnance médicale pour traitement en cours.

Pour votre confort

- ☐ coussin d'allaitement,
- ☐ lecture, musique,
- ☐ collations,
- ☐ brumisateur,
- ☐ bouillotte,
- ☐ oreiller,
- ☐ appareil photo.

Pour l'accompagnant :

- ☐ chemise à bouton pour le peau à peau.

kit de naissance pour mon bébé

Dans un emballage séparé :

- ☐ 1 bonnet en laine (ou en coton),
- ☐ 1 paire de chausson en laine,
- ☐ 1 body en coton,
- ☐ 1 brassière en laine,
- ☐ 1 pyjama,
- ☐ 1 turbulette,
- ☐ 3 couches taille nouveau-né.

