

Lara Thomas Guliano Rosa Liam Sharon Alexander Anna Vanessa  
Leonardo Zoe Celeste Renate Christine Lois Valerie Susi Joschuar Andreas  
ka Laura Kevin Amelie Amanda Maria Lea Julia Miriam Elias Caspar Lara  
mael Marc Christoph Lois Anton Otto Ali Mustafa Florance Lilly Allya Jakob Niklas  
e Melissa Elias Theo Moritz Sabine Elke Eugenie Sophie Noah Leo Dorian  
s Benjamin Neil Roman Helga Sabrina Sascha Juan Ayse Timna Liam Cora Kurt  
enz Jan Tizian Martha Daphne Benedikt Ludwig Oliver Adrian Ilona Meriem

# Quand bébé arrive

Préparation à l'accouchement

# Quand bébé arrive

## Préparation à l'accouchement

*Les dernières semaines avant de mettre un enfant au monde sont une période passionnante. La majorité des femmes accouchent dans les 14 jours précédant ou suivant le terme prévu. Celui-ci n'est en effet, comme indiqué dans le carnet de maternité, qu'une moyenne statistique, la naissance de chaque enfant étant unique.*

### Quand se déclenche l'accouchement ?

C'est l'une des grandes questions que l'on se pose et personne n'a de réponse universellement applicable. Il y a cependant des signes annonciateurs relativement fiables, qui permettent de savoir qu'il n'y aura plus trop longtemps à attendre.

Que se passe-t-il ?	Qu'est-ce que c'est ?	Quand ?
Une sensation de pesanteur au niveau génital	<b>La »descente«</b> – la tête de votre bébé s'engage dans le bassin et pèse sur le col de l'utérus qui se dilate	Quelques jours avant l'accouchement
Des pertes plus abondantes, légèrement brunâtres	<b>La »perte du bouchon muqueux«</b> – qui obstruait le col de l'utérus durant la grossesse	Quelques jours avant le début des contractions, parfois juste au début de celles-ci
Douleurs et crampes revenant à intervalles réguliers, dans le bas-ventre et le dos	<b>Les »contractions«</b> – indiquent le début du travail, l'utérus se contracte et le col de l'utérus commence à se dilater	Accouchement imminent
Perte de liquide (importante ou non), souvent incolore, parfois légèrement coloré de sang ou verdâtre	<b>La »perte des eaux«</b> – la fine membrane qui constituait la poche des eaux contenant le liquide amniotique, le milieu stérile de bébé, se fissure et se rompt	Généralement après le début des contractions, parfois quelques heures avant celles-ci

## Fausse alerte ?

Nombreuses sont les femmes qui craignent de partir trop tôt direction maternité et de devoir attendre de longues heures jusqu'à la naissance de leur enfant ou même d'être renvoyées chez elles pour devoir ensuite revenir au bon moment.

A la maternité, chaque femme arrivant avec des contractions en salle d'accouchement est immédiatement prise en charge et examinée ; elle y restera deux heures en observation. S'il s'agit d'une fausse alerte, elle pourra rentrer chez elle, mais souvent, selon les circonstances, il lui sera proposé de rester hospitalisée jusqu'au commencement des contractions. C'est une décision prise en concertation avec la future maman, au cas par cas, en tenant compte de la distance du domicile, de sa situation familiale et de ses besoins.

Soyez à l'écoute de votre corps !	Probablement une <b>»fausse alerte«</b>	Probablement le <b>»vrai travail«</b>
<b>A quel intervalle surviennent les contractions ?</b>	Elles sont irrégulières, les intervalles varient	Elles sont de plus en plus régulières, se succèdent plus rapidement, durent 30 secondes à 1 minute
<b>Que se passe-t-il si vous changez de position ?</b>	Les contractions cessent si vous marchez ou si vous vous couchez dans une autre position	Les contractions persistent, même si vous vous déplacez
<b>Quelle est l'intensité des contractions ?</b>	Les contractions sont faibles, n'augmentent pas	Les contractions sont de plus en plus fortes
<b>Où se situe la douleur lors des contractions ?</b>	Uniquement devant, entre nombril et pubis	La douleur commence dans le dos et se prolonge vers l'avant

## **Dans tous les cas, vous devez immédiatement vous rendre à la maternité si**

- ▶ la poche des eaux se rompt (soudain un liquide s'écoule de votre vagin),
- ▶ vous constatez un fort saignement (pas seulement des mucosités mêlées de sang),
- ▶ les douleurs ne cessent pas entre les contractions,
- ▶ vous avez l'impression que bébé bouge moins souvent.

## **Comment aller à l'hôpital ?**

Faites-vous transporter en ambulance :

Composez le 144, c'est le numéro qui relie gratuitement en Autriche chaque téléphone fixe ou portable au service d'aide médicale d'urgence le plus proche. Indiquez que vous devez être conduite à la clinique d'Innsbruck pour accoucher. N'oubliez pas d'emporter votre carnet de maternité, il contient également des informations importantes pour les ambulanciers. Demandez à être transportée en position allongée, surtout si vous n'êtes pas sûre d'avoir perdu les eaux.

## **Compagnon – Accompagnement**

Si votre compagnon ou les personnes vous accompagnant veulent vous retrouver à la clinique, voici ce qu'ils doivent savoir pour vous rejoindre s'ils s'y rendent par

leurs propres moyens:

- ▶ La clinique « Frauen-Kopf » (Bâtiment 3) est un grand bâtiment recouvert de panneaux métalliques sombres sous une « coiffe » argentée au centre du site hospitalier (voir page 7). La salle d'accouchement est située au 2<sup>e</sup> étage.
- ▶ L'entrée principale est ouverte de 7h00 à 20h00, ils pourront également se renseigner auprès du portier.
- ▶ Durant la nuit, l'accès n'est possible que par le MZA – Medizin-Zentrum Anichstrasse (Bâtiment 1, entrée Anichstrasse). Présence permanente d'un portier qui indiquera le chemin à prendre (l'entrée latérale nord de la Frauen-Kopf-Klinik).
- ▶ Le service obstétrique est au 2<sup>e</sup> étage de la Frauen-Kopf-Klinik. Il faut s'annoncer par l'interphone, pour être immédiatement pris en charge par le personnel.

## **Et après l'admission, en salle d'accouchement ?**

Dès votre arrivée, vous serez examinée par la sage-femme et le médecin de service. Cet examen comprend:

- ▶ Un monitoring fœtal qui consiste en l'enregistrement du rythme cardiaque fœtal et de la fréquence des contractions utérines
- ▶ Un examen gynécologique pour évaluer la dilatation du col de l'utérus
- ▶ Généralement aussi une échographie
- ▶ À cette occasion il faut présenter votre carnet de

maternité ainsi que tous les autres documents d'importance médicale (carte de groupe sanguin, de personne diabétique, d'allergies connues etc.)

### **Comment vous joindre par téléphone ?**

- ▶ Le numéro de téléphone de la salle d'accouchement est le 050 504-231 04 (tarif local à partir de toute l'Autriche). Pour des raisons évidentes de confidentialité, les sages-femmes ne donneront aucun renseignement personnel, mais pourront transmettre la communication à la personne qui vous accompagne ou à vous-même.
- ▶ Vous pouvez bien entendu demander à ce que personne ne sache que vous avez été admise en salle de travail. Ainsi, même après la naissance, aucune information concernant votre enfant ou vous-même ne sera divulguée.
- ▶ Si vous optez pour l'accouchement anonyme, nous vous fournirons le dossier contenant toutes les informations à ce sujet ou vous pouvez le consulter sur notre site Internet ([www.frauenklinik.at](http://www.frauenklinik.at)) sous Service > Brochures.
- ▶ L'utilisation du téléphone portable n'est pas interdite en salle d'accouchement, nous vous prions néanmoins, par égard pour les autres, de ne passer que les communications téléphoniques les plus urgentes.

### **Une personne peut-elle assister à l'accouchement ?**

Une personne de votre choix (compagnon, personne de confiance, amie) peut assister à votre accouchement. Comme plusieurs futures mamans sont prises en charge simultanément dans la salle de travail, discrétion et respect sont de rigueur. Voilà pourquoi les autres personnes venues accompagner la parturiente sont priées de patienter dans la zone d'attente adjacente. La personne sélectionnée pour assister à l'accouchement ne peut être relayée par une autre qu'avec l'accord de la sage-femme ou du médecin.

Photos : la personne assistant à l'accouchement est autorisée à prendre des photos de la maman et du bébé, tant que cela n'occasionne pas de perturbation. Concernant des photos où figureraient sages-femmes ou médecins en service, ceux-ci doivent auparavant avoir donné leur permission pour ce faire. Nous vous signalons que des photos, sur lesquelles le personnel de la clinique serait reconnaissable, ne peuvent en aucun cas être publiées sans approbation de la direction. Cette obligation vaut également pour une publication sur le web.

## **Se garer – la »Storchenkarte« (carte cigogne) pour vos accompagnateurs**

Si votre compagnon ou les personnes vous accompagnant vous suivent dans leur propre véhicule, ils pourront stationner gratuitement la nuit en zone bleue tout autour de l'enceinte de la clinique. La zone bleue n'est pas payante de nuit (21h00 – 9h00) ainsi que de jour les dimanches et jours fériés. Veuillez noter que le stationnement est par contre payant les samedis matins dans la rue Speckbacherstrasse. Des tickets réduits pour le parking Parken Innsbruck au parc Beselepark (anciennement Westgarage) peuvent s'obtenir auprès de la salle d'accouchement.

En journée il existe la dite « Storchenkarte » (carte cigogne) disponible à la caisse de l'hôpital au rez-de-chaussée du Medizin - Zentrum de l'Anichstrasse. Pour un tarif fixe il sera possible de stationner jusqu'à 24 heures dans le parking souterrain du centre hospitalier universitaire d'Innsbruck, sachant que la carte ne permet qu'une unique entrée et sortie.

## **Interdiction de fumer**

L'interdiction de fumer s'applique dans la salle d'accouchement ainsi que dans tous les espaces d'attente.

## **Que se passe-t-il après la naissance ?**

2 à 4 heures après un accouchement normal, vous et votre bébé intégrerez l'unité mère-enfant au 5e étage de

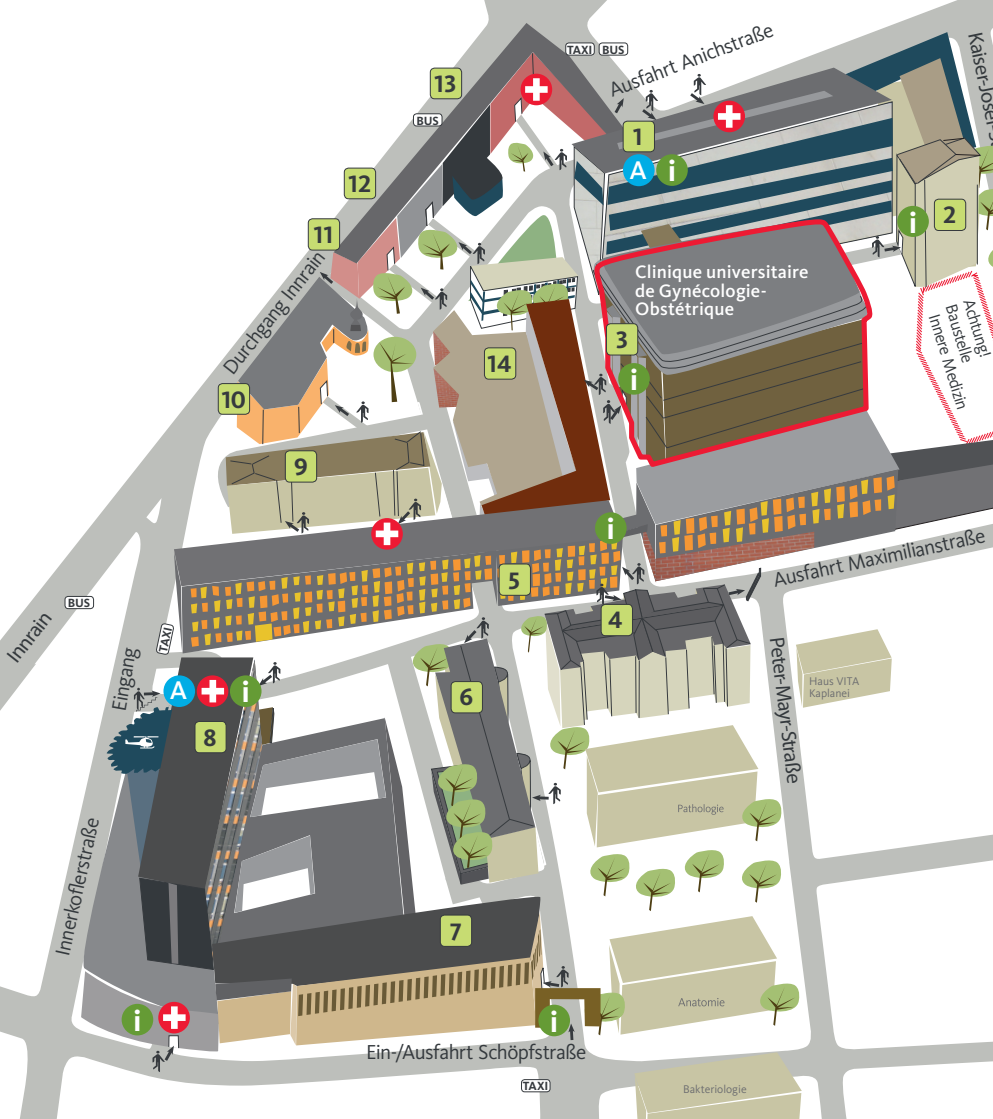
la clinique. Si vous souhaitez accoucher en ambulatoire, c.à.d. rentrer chez vous de suite après l'accouchement, il vous faudra le signaler impérativement dès votre admission, sachant qu'en ce cas un examen néonatal de l'enfant par un pédiatre devra être prévu séparément. Nous vous fournirons toutes les informations nécessaires pour faciliter l'organisation des soins postnatals à effectuer par une sage-femme libérale ou par votre médecin traitant.

Prévoyez sage-femme libérale et pédiatre plusieurs semaines avant terme pour la surveillance postnatale. (Voir notre brochure d'information « Accouchement en ambulatoire »)

## **Découvrez la maternité !**

Chaque lundi et jeudi à 15h00 (sauf jours fériés) nous proposons des visites guidées de la salle d'accouchement (inscriptions non requises). Vous pourrez ainsi découvrir – avec votre compagnon et/ou les personnes qui vous accompagneront – les salles de travail ainsi que le service d'obstétrique et l'unité mère-enfant. Sages-femmes et médecins se tiennent à votre disposition pour toutes vos questions.

Puis vous pourrez, si vous le souhaitez, effectuer l'inscription pour l'accouchement au bureau des sages-femmes. Ainsi vous vous serez déjà occupée de régler toutes les formalités et questions d'avance afin de pouvoir vous consacrer ensuite entièrement à l'heureux événement à venir.



## Check-list avant la naissance

Une bonne préparation permet de garder l'esprit tranquille ! Posez-vous les questions suivantes:

- ▶ Combien de temps faudra-t-il à l'ambulance pour arriver chez moi puis à la clinique d'Innsbruck ? Dois-je escompter un délai supplémentaire le week-end ou aux heures de pointe ?
- ▶ Ne prévoyez pas de vous rendre à la maternité en véhicule personnel, mais appelez une ambulance ! Est-il facile de trouver votre maison/appartement ? Le numéro de votre habitation est-il bien visible ? Votre nom sur la plaque de porte est-il correctement apposé ?
- ▶ Est-ce que votre carnet de maternité est à portée de main ?
- ▶ Le bon de transport/transfert en ambulance, établi par votre gynécologue ou votre médecin traitant, figure-t-il bien dans votre carnet de maternité ?
- ▶ Avez-vous préparé votre valise contenant le nécessaire en articles de toilette et en vêtements pour vous et votre bébé pour un séjour de quelques jours à l'hôpital ?
- ▶ Le téléphone portable est-il suffisamment chargé et a-t-il assez de crédit ?
- ▶ Y a-t-il quelqu'un pour garder les enfants au domicile ? Pour s'occuper des animaux de compagnie ?
- ▶ Les voisins et la famille savent-ils où vous joindre ?



**Clinique universitaire de Gynécologie-  
Obstétrique**

Anichstrasse 35 - 6020 Innsbruck  
Tél. : +43 (0)50 504 + ligne directe  
(tarif local)  
Fax : +43 (0)50 504-23055  
E-mail : lki.fr.klinikleitung@tirol-kliniken.at  
Site web : www.frauenklinik.at

**Service obstétrique-consultations**

Ligne directe -230 70  
E-mail :  
lki.fr.schwangerenambulanz@tirol-kliniken.at  
Consultations  
LU - VE 8h00 - 15h30  
Uniquement sur rdv  
Urgences sans rdv  
Lieu : Frauen-Kopf-Klinik, immeuble 3,  
2e ét., ch. 34

**Consultation sages-femmes**

Ligne directe -814 63  
E-mail :  
lki.fr.hebammenambulanz@tirol-kliniken.at  
Consultations  
LU - VE 8h00 - 15h30  
Uniquement sur rdv  
Urgences sans rdv  
Lieu : Frauen-Kopf-Klinik, immeuble 3,  
2e ét., ch. 123

**Salle d'accouchement, service maternité**

Tél. ligne directe -231 04  
Fax ligne directe -247 89  
E-mail : lki.fr.entbindung@tirol-kliniken.at  
Joignable 24/24  
Visite guidée de la salle d'accouchement  
chaque lundi et jeudi à 15h00  
Lieu : Frauen-Kopf-Klinik, immeuble 3, 2e ét.