



# Plan de naissance

Document destiné aux futurs parents

Le plan de naissance est un outil qui vous invite à réfléchir à vos souhaits et à décrire ce qui sera important pour vous et votre partenaire lors de l'accouchement, qu'il soit par voie vaginale ou par césarienne. Il ne s'agit pas d'une liste d'exigences.

Un accouchement étant imprévisible, il est important que votre plan de naissance soit flexible et laisse place à la possibilité d'interventions devenues nécessaires pour votre sécurité et celle de votre ou vos bébés. Garder un esprit ouvert à toute éventualité vous permettra de vous adapter et de profiter du moment présent.

Lorsque vous rédigez votre plan, nous vous suggérons de consulter le site Internet du CHU Sainte-Justine, où toutes les pratiques d'usage dans notre département (peau à peau, etc.) sont décrites: [chusj.org/accouchement](http://chusj.org/accouchement)

Le personnel de l'unité des naissances est formé pour accompagner la naissance selon vos souhaits. Le respect de l'intimité, le peau à peau et la mobilité sont d'emblée priorisés. Une infirmière de l'unité des naissances sera avec vous tout au long de votre travail et de votre accouchement.

Vous pouvez choisir le plan de naissance qui vous ressemble (à choix multiples ou à questions ouvertes), le modifier et ajouter des commentaires selon vos besoins et croyances. Il est possible que nous n'ayons pas pensé à tout.

Lorsque votre plan de naissance sera rédigé, apportez-le lors d'une visite de suivi pour en discuter avec votre médecin ou avec un membre de l'équipe soignante (idéalement autour de la 35<sup>e</sup> semaine de grossesse, ou avant si un accouchement prématuré est anticipé).

Pensez à apporter une copie de votre plan de naissance le jour de votre accouchement.

# PLAN DE NAISSANCE

Césarienne

# dossier : .....

Nom : .....

Prénom : .....

Date de naissance : .....

## Pendant ma césarienne, je serai accompagnée (une seule personne) :

De mon conjoint/ma conjointe : .....

De mon accompagnant(e) à la naissance : .....

D'une personne significative : .....

La personne qui vous accompagne sera avec vous une fois que l'anesthésie sera jugée adéquate.

En cas de césarienne sous anesthésie générale, la personne qui vous accompagne devra rester à l'extérieur de la salle d'opération, dans la salle de réveil. Nous voulons vous rassurer : la rencontre de la personne qui vous accompagne avec l'enfant sera permise le plus rapidement possible.

Pour en savoir plus, vous pouvez consulter les liens suivants.

- Le déroulement d'une césarienne : [chusj.org/cesarienne](https://chusj.org/cesarienne)
- La banque de lait maternel d'Héma-Québec : [chusj.org/BanquedeLait](https://chusj.org/BanquedeLait)
- Une naissance prématurée : [chusj.org/neonatalogie](https://chusj.org/neonatalogie)

## 1. Pendant la césarienne, j'aimerais :

- Écouter de la musique  
(si oui, inscrire le type de musique souhaité dans la section « Remarques » à la fin du document)
- Que l'on m'administre un médicament pour me relaxer
- Que l'on m'explique chaque étape

## 2. À la naissance, je souhaiterais :

- Que mon ou mes bébés me soient présentés le plus vite possible
- Faire du peau à peau si l'état du ou des bébés et le mien le permettent
- Que la personne qui m'accompagne prenne le bébé ou les bébés emmaillottés si je suis inconfortable

## 3. Au sujet du cordon ombilical, j'apprécierais :

- Que la personne qui m'accompagne coupe le cordon si cela est jugé sécuritaire par l'obstétricien

## 4. Pour nourrir mon ou mes bébés, je souhaite :

- Un allaitement maternel exclusif
- Un allaitement maternel mixte (sein + biberon de lait maternel)
- Un allaitement mixte (lait maternel + préparation commerciale)
- Une alimentation à base de préparations commerciales

En cas de prématurité, l'équipe médicale du CHU Sainte-Justine préfère administrer le lait de la mère, car il est le meilleur aliment pour les bébés, particulièrement pour les prématurés. Si la mère ne désire pas allaiter ou si elle ne produit pas assez de lait, l'équipe médicale recommande d'utiliser le lait humain de la banque publique d'Héma-Québec.

Pour en savoir plus, vous pouvez consulter les liens suivants :

- La banque de lait maternel d'Héma-Québec : [chusj.org/BanquedeLait](https://chusj.org/BanquedeLait)
- Une naissance prématurée : [chusj.org/neonatalogie](https://chusj.org/neonatalogie)

## 5. Pour les soins apportés à mon ou mes bébés, je souhaiterais :

- Que tous les soins non urgents soient faits sur moi ou en présence de la personne qui m'accompagne
- Que le bain soit donné lorsque je serai en mesure de me lever pour le faire moi-même ou y participer

## QUESTIONS / REMARQUES :

.....

.....

.....

.....

.....