Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal
Québec

Maison de naissance Côte-des-Neiges

Préparatifs pour un accouchement à domicile

Vous vous préparez à accoucher à votre domicile prochainement. Voici une liste du matériel à rassembler et des différentes choses à prévoir pour que tout se déroule le plus aisément possible. N'hésitez pas à demander des précisions à votre sage-femme au besoin, ou à lui signaler d'éventuelles particularités de votre maison ou de votre installation matérielle. Afin d'assurer la sécurité de tous et de minimiser les risques de contamination, des mesures de précautions supplémentaires doivent être prises dans le contexte de la pandémie de COVID-19 ; vous trouverez ces informations à la fin du document.

La maison :

- Les corridors, portes et ascenseurs doivent permettre le passage d'une civière mesurant 6' X 2'. Gardez les portes, couloirs et abords bien dégagés pendant le travail.
- Discutez avec votre sage-femme des particularités relatives au stationnement près de votre domicile. Si possible, essayez de prévoir 2 places de stationnement pour les sages-femmes afin de faciliter le transport du matériel de sa voiture à chez vous.
- Remplissez la feuille d'informations en prévision d'un éventuel transfert à l'hôpital, et affichez-la bien en vue.
- Sur la feuille d'information, inscrivez le nom de l'hôpital le plus près de votre domicile avec les numéros de téléphones suivants: l'hôpital et la salle d'accouchement. Nous vous suggérons d'y ajouter votre adresse et votre numéro de téléphone.
- Rendez votre domicile identifiable (visible, éclairé et adresse lisible) et facilement accessible (entrée et escaliers libres de tout objets, entrée déneigée)

La chambre :

- Gardez la chambre dégagée pour permettre la circulation la plus aisée possible autour du lit.
- Prévoyez une surface libre pour que votre sage-femme puisse y disposer le matériel requis (petite table, dessus de commode).
- Prévoyez une lampe mobile pour l'examen du bébé ou autre (comme une petite lampe de bureau).
- En hiver, prévoyez une source de chaleur d'appoint pour réchauffer la chambre au besoin.
- Installez un panier à linge avec un grand sac de plastique pour recueillir le linge souillé

ainsi qu'un autre grand contenant du même genre pour servir de poubelle, aussi avec sac de plastique.

- Au tout début du travail, protégez votre lit de la manière suivante :
  - Mettez un drap de fond
  - Mettez un protège matelas de plastique par-dessus (disponible dans les magasins à 1$)
  - Couvrez d'un autre drap de fond.
- Couvrez quelques oreillers d'un sac de plastique avant de les insérer dans une taie d'oreiller.
- Prévoyez une rallonge électrique pour brancher du matériel au besoin.
- Prévoyez un crochet quelconque pour suspendre un soluté près du lit, dans l'éventualité où poser une intraveineuse deviendrait nécessaire. Un simple clou au mur peut suffire.

Matériel à préparer :

- Une boîte de papiers mouchoirs pour l'accouchement
- Des serviettes sanitaires de maternité
- Un paquet de « piqués jetables » (disponible en pharmacie)
- Environ 6 débarbouillettes
- Deux ou trois bols de grosseur moyenne (pour les compresses chaudes, froides, pour le placenta)
- Pour le périnée, une petite quantité d'huile (de pépins de raisin ou d'amande douce)
- Une bouillotte, sac magique ou coussin chauffant, pour le travail
- Environ six petites couvertures de flanelle pour assécher et couvrir le bébé à la naissance
- Un grand drap de flanelle pour réchauffer la mère après l'accouchement
- Des couches et des vêtements pour le bébé, incluant un petit bonnet de coton qui pourra être souillé à la naissance (disponible dans les magasins à 1$)
- Une bouteille munie d'un bec, ou des pailles, pour boire de l'eau
- Un détachant pour laver le linge souillé de sang : les détachants à base de d'oxygène (peroxyde) fonctionnent très bien (disponible en épicerie ou en pharmacie)
- Nourriture et boisson pour la durée du travail, incluant du café
- Une grande tôle à biscuits rigide d'au moins 65 x 35cm (25 x 14 pouces)

Particularités pour un accouchement à domicile en contexte de COVID-19

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal
Québec

Maison de naissance Côte-des-Neiges

Selon le document *Directives sur la pratique sage-femme- Coronavirus (COVID-19)* publié par le Ministère de la santé et des services sociaux et mis à jour le 2 juin 2020, les conditions suivantes doivent être réunies afin que puisse avoir lieu l'accouchement à domicile :

- Votre famille et vous-même devez être asymptomatiques, sans exposition à risque élevé ou modéré avec un cas confirmé de COVID et ne devez pas être un cas suspecté ou en attente de résultat au moment de l'accouchement;

- Votre famille et vous-même aurez choisi d'éviter les déplacements non essentiels, de porter un masque lors des sorties essentielles et de s'isoler autant que possible à partir de la 35e semaine de grossesse;

Aussi, des mesures de prévention des infections supplémentaires doivent avoir été mises en place :

- Avant l'arrivée de la sage-femme, toutes les surfaces de contact devront avoir été nettoyées et désinfectées, et devront l'être fait régulièrement par la suite (pendant la durée de sa présence à votre domicile);

- Une ventilation naturelle de votre domicile devra être effectuée adéquatement ;

- Une pièce devra être consacrée à l'usage unique de la sage-femme afin de lui permettre un espace où elle pourra y installer une partie de son matériel, mettre son équipement de protection, manger, dormir au besoin, prendre des notes, etc.

- Si possible, une salle d'eau devrait être disponible à l'usage unique de la sage-femme; sinon la salle de bain devra être désinfectée après chaque utilisation, par la personne accompagnatrice.

Comme dans tous les lieux de naissance, il est recommandé qu'un seul accompagnateur soit présent à l'accouchement. Cette personne doit être asymptomatique, sans exposition à risque élevé ou modéré avec un cas confirmé ou étant un cas confirmé rétabli, satisfaisant les critères de levée de l'isolement. Si vous avez un ou des enfants à la maison, une personne supplémentaire pourrait être présente pour s'occuper d'eux, il est toutefois demandé que la consigne de distanciation physique de 2 mètres soit respectée entre ces personnes et la sage-femme.

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal
Québec

Maison de naissance
Côte-des-Neiges

Les services offerts aux familles demeurent la priorité de la Maison de naissance et ceci comprend notamment l'accouchement à domicile. Notez toutefois que, dans une perspective de bien commun, nous sommes tenues de respecter les directives de santé publique, qui sont en constante évolution. Advenant une recrudescence de la transmission communautaire, il est possible que les directives actuelles changent et que celles-ci viennent à nouveau entraver la possibilité de l'accouchement à domicile. Si une telle situation se présente, votre sage-femme sera disponible pour en discuter avec vous.