

## Votre guide pour un accouchement par césarienne planifiée à HGJ

C'est avec plaisir que nous vous accueillons au  
Centre Familial des Naissances (CFN) pour la  
naissance de votre bébé !

Vous devez vous pré-inscrire pour votre accouchement  
au local E-0014— (cartes d'hôpital), de 7 h à 15 h 30 ou  
au local B-114, de 15 h 30 à 7 h. Si vous n'avez pas de  
carte d'assurance-maladie, veuillez-vous rendre au  
local B-114.

C'est là que vous obtiendrez également votre carte  
d'hôpital rouge. Vous devez avoir cette carte avant  
d'arriver au CFN (5767, rue Légaré, pavillon K, 3<sup>e</sup> étage)  
pour votre accouchement. Veuillez-vous assurer que  
toutes les informations sur votre carte sont exactes,  
telles que l'orthographe de votre nom, votre adresse  
et votre numéro de téléphone.

Toutes les salles d'accouchement sont privées. Lors de  
votre pré-inscription, vous devez choisir le type de  
chambre pour votre séjour post-partum (après  
l'accouchement), soit semi-privée ou privée. Nous ne  
pouvons garantir une chambre privée, qui dépendra de  
la disponibilité au moment de votre accouchement.

Si vous commencez à éprouver des signes de travail  
tels que des contractions régulières, la perte de vos  
eaux ou des saignements, veuillez contacter le CFN au  
514-340-8277 et parler à une infirmière.



### Le jour avant votre césarienne

Le CFN vous appellera la veille pour confirmer votre  
heure d'arrivée pour votre césarienne. Si vous n'avez  
pas reçu d'appel avant 21 h, veuillez communiquer  
avec le CFN au 514-340-8277



### La veille de votre césarienne

Vous pouvez consommer un repas normal, mais **ne  
mangez rien après minuit**. Vous pouvez boire des  
liquides clairs comme de l'eau ou du jus de pomme  
(max. de 500 ml/h) jusqu'à trois heures avant l'heure  
prévue de votre césarienne.

**La nuit avant votre césarienne, vous devez prendre  
une douche et laver tout votre corps pendant cinq  
minutes en utilisant le savon antibactérien  
Chlorhexidine de Gluconate 4 %** (vous pouvez acheter  
ce savon à votre pharmacie). **Vous devez reprendre  
une douche le matin avant votre arrivée à l'hôpital  
pour votre césarienne.** Ce qui préviendra les  
infections. Vous pouvez laver vos cheveux avec votre  
shampooing mais n'appliquez pas de crèmes ou de  
lotions sur votre peau après votre douche.



Les patientes diabétiques qui ont besoin d'insuline  
pendant la grossesse **ne devraient pas** prendre leur  
injection d'insuline le matin de leur chirurgie



### Le jour de votre césarienne

Lorsque vous arrivez au CFN, une infirmière vous  
préparera pour votre chirurgie. Ne rasez pas votre  
abdomen avant la chirurgie

Une personne de votre choix peut vous accompagner  
dans la salle d'opération, une fois que vous avez reçu  
l'anesthésie. Cette personne recevra des vêtements de  
protection, un masque, un chapeau pour ses cheveux  
et des couvres-chaussures avant d'entrer dans la salle  
d'opération. Dans la salle d'opération, un tube urinaire  
sera inséré dans votre vessie après l'anesthésie.

### À quoi vous attendre après votre césarienne?

Après l'accouchement, nous placerons votre bébé en  
contact peau à peau dans la salle d'opération, s'il n'y a  
pas de complications et si vous le désirez.

**Si la césarienne se termine avant 14 h 30**, vous serez  
amenée de la salle d'opération à la salle de réveil du  
CFN, au même étage. Tant qu'il n'y a pas de  
complications après l'accouchement, votre bébé et  
votre accompagnateur peuvent rester avec vous dans  
cette salle. Une infirmière vous aidera à placer votre  
bébé en peau à peau, à initier l'allaitement ou à  
commencer l'expression manuelle du colostrum. Vous  
resterez une à deux heures et vous serez transférée à  
l'unité post-partum (pavillon B et C, 5<sup>e</sup> étage).

**Si la césarienne se termine après 14 h 30**, vous serez  
amené à la salle de réveil principale (pavillon K, S1).  
Dans ce cas, le bébé et votre accompagnateur seront  
conduits à l'unité post-partum, où ils pourront  
poursuivre le contact peau à peau en attendant votre  
arrivé.



## À quoi vous attendre au post-partum?

Vous serez admise à l'unité post-partum (pavillon B et C, 5<sup>e</sup> étage) entre 48 et 72 heures, pour votre rétablissement. Votre bébé restera avec vous en tout temps et vous serez séparés seulement pour des raisons médicales. Votre accompagnateur et vous serez encouragés à pratiquer le peau-à-peau avec votre nouveau-né. Toutes les infirmières sont disponibles pour vous aider avec l'allaitement et vous informer selon le choix d'alimentation de votre nouveau-né.

Une fois à l'unité post-partum, vous pourriez commencer à manger et à boire lorsque vous serez prête. Le cathéter urinaire est habituellement retiré environ six heures après l'accouchement pour réduire le risque d'infection de la vessie. Nous vous encourageons à marcher dès que possible après l'accouchement pour favoriser votre rétablissement. L'infirmière vous aidera lors de votre premier lever.

Vous aurez des saignements vaginaux après votre césarienne. Ils devraient diminuer et changer de couleur pour passer du rouge au rose, puis au jaune ou blanc.

Des petits morceaux de ruban adhésif seront placés au-dessus les points de sutures de votre incision. N'enlevez pas ces morceaux de rubans jusqu'au moment où ils tomberont par eux-mêmes. S'ils sont toujours en place après deux semaines, veuillez les retirer vous-même. Dans certains cas, des agrafes sont utilisées au lieu des pointes de sutures. Elles seront retirées par une infirmière du CLSC, une fois de retour à la maison.

Pour une guérison optimale, votre incision devrait être nettoyée quotidiennement dans la douche, avec un savon doux et de l'eau, puis séchée en tamponnant et laissée à l'air libre, à partir du jour 2.



## Après votre retour à la maison

Prenez un rendez-vous avec votre médecin de quatre à six semaines après votre césarienne et évitez de :

- soulever des objets plus lourds que votre bébé.
- faire des exercices abdominaux et des activités intenses (ex. : passer l'aspirateur). Monter ou descendre des escaliers sont acceptables.
- conduire entre quatre à six semaines.

Vous pouvez prendre des bains une fois que les saignements vaginaux auront cessé et que votre incision sera guérie. Veuillez éviter d'utiliser des tampons ou des douches vaginales.

Vous pouvez reprendre vos activités sexuelles après que les saignements vaginaux auront cessé, que votre incision sera guérie et que vous vous sentirez prête. Il est possible de retomber enceinte, à tout moment durant la période post-partum. Veuillez discuter de méthodes de contraception avec votre médecin avant d'avoir des relations sexuelles non protégées.



## Quand appeler votre médecin?

Appelez votre médecin ou présentez-vous à l'urgence si :

- vous avez des saignements rouge vif plus de quatre jours.
- vous remplissez une serviette sanitaire en moins d'une heure.
- vous avez des caillots de sang plus gros qu'un œuf.
- vous faites de la fièvre (plus de 38.5°C).
- vous avez un rougeur, un gonflement ou un drainage autour de l'incision.
- vous avez l'impression que l'incision se sépare.



## Numéros de téléphone importants

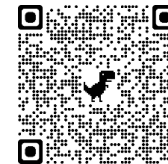
- Centre périnatal : 514-340-8222, poste 24777
- Centre Familial des Naissances : 514-340-8277
- Unité post-partum : 514-340-8222, poste 25511
- Unité néonatale de soins intensifs : 514-340-8222, poste 25656



## Informations supplémentaires en ligne

De l'information sur votre séjour à l'hôpital, incluant une liste des items à apporter et des vidéos, est disponible sur le site internet de l'HGJ :

<https://www.hgj.ca/soins-et-services/obstetrique-et-gynecologie/centre-familial-des-naissances/>



Pour une vidéo sur la préparation et le rétablissement d'une césarienne, veuillez visiter :

<https://precare.ca/fr/guide-de-grossesse/accouchement-vaginal-et-cesarienne/#cesarienne>

