



Réseau de Santé Périnatal Parisien
Des professionnels ensemble
au service des mères et des enfants

Après

l'accouchement **Préparez dès maintenant** **le retour à la maison !**

Après avis médical, vous sortirez :

- entre 2 jours (accouchement normal)
- et 5 jours (accouchement par césarienne) après votre accouchement.

Après votre sortie du service Maternité, il est important qu'un.e sage-femme puisse passer à la maison pour un examen médical et pour échanger avec vous sur votre santé, celle de votre enfant, vos ressentis.

N'attendez pas d'avoir accouché : prenez contact dès aujourd'hui.

- **Vous connaissez déjà un.e sage-femme ?**

Vérifiez qu'il ou elle pourra venir vous voir à domicile !

- **Vous n'avez pas de contact de sage-femme ?**

Il existe plusieurs annuaires :

**Réseau de Santé Périnatal
pour Paris et proche banlieue**

<http://www.rspp.fr/ou-consulter#suivipostnatal>



Vous résidez hors-Paris ? Contactez le réseau de santé périnatal de votre département.

**Conseil National de
l'Ordre des Sages-Femmes :**

<http://www.ordre-sages-femmes.fr/annuairesflib/>



Site Ameli.fr

<http://annuaire.sante.ameli.fr/>



Je me sens parfois triste, c'est normal ?

Quels examens pour mon bébé ?

Je reprends quand, la contraception, déjà ?

Comment évolue ma cicatrice de césarienne ?

Dois-je faire une rééducation de mon périnée ?

Que fera la sage-femme ?

- Vérifier votre état de santé et celui de votre bébé
- Echanger avec vous à propos de l'arrivée de votre bébé dans la famille
- Vous conseiller des spécialistes si besoin
- Vous prescrire des médicaments si nécessaire
- Echanger avec vous et vous conseiller sur le mode d'alimentation choisi pour votre bébé (sein, biberon ou mixte)
- Vous indiquer les démarches pour les congés maternité/paternité en cas de doute
- Réaliser le test de dépistage dit «Guthrie» si vous êtes sortie de maternité avant le 3ème jour de votre enfant

Cet accompagnement est pris en charge par l'Assurance Maladie.

Cet accompagnement est aussi prévu si vous sortez sans votre enfant de la maternité.

