



SE PRÉPARER À L'HEUREUX ÉVÉNEMENT

BROCHURE D'INFORMATION PRÉNATALE



SOMMAIRE

Introduction	4
Numéros de téléphone utiles de la Maternité	5
Une équipe pluridisciplinaire à votre service	6
Hôpital - ami des bébés (IHAB) / Hôpital - ami des mamans (IHAM)	7
LE SUIVI PRÉNATAL	8
Une qualité et une sécurité de soins pour vous et votre bébé	8
Consultations complémentaires et personnalisées	16
Soins de confort et de bien-être	18
ÊTRE ENCEINTE AU QUOTIDIEN	22
L'ACCOUCHEMENT	28
Calendrier de la grossesse	32
Accès à la Maternité	38
Adresses utiles	39

NOS VALEURS



L'ensemble du personnel de la Maternité partage des valeurs d'écoute et de respect

- › Engagement de solidarité
- › Exigence d'intégrité
- › Partage des connaissances
- › Recherche de l'excellence
- › Respect de la personne

INTRODUCTION

**Vous venez d'apprendre que vous attendez un bébé.
Félicitations pour cet heureux événement !**

Pour votre sécurité et votre bien-être tout au long de la grossesse nous avons préparé cette brochure comprenant des informations utiles.

Un agenda vous permet de planifier vos différents rendez-vous médicaux et soignants et d'inscrire vos impressions, commentaires et questions.

Une deuxième brochure vous sera remise au 3^e trimestre de la grossesse avec des renseignements sur l'accouchement, la naissance de votre enfant, votre séjour à la Maternité et la période postnatale.

Si vous avez la moindre interrogation concernant votre santé ou celle de votre bébé, n'hésitez pas à vous adresser à un membre de notre équipe pluridisciplinaire.

L'équipe de la Maternité

NUMÉROS DE TÉLÉPHONE UTILES DE LA MATERNITÉ

Accueil		Tél. 44 11 11	
Service de périnatalité (Policlinique)		Tél. 44 11 30 57	
Consultations médicales		Tél. 44 11 32 30 ou 44 11 32 08	
Quartier accouchement		Tél. 44 11 32 04	
Services d'hospitalisation :	Unité 73	Tél. 44 11 67 73	(Numéros applicables dès le 14 août 2015)
	Unité 74	Tél. 44 11 67 74	

UNE ÉQUIPE PLURIDISCIPLINAIRE À VOTRE SERVICE

Avant, pendant et après la naissance, nous vous proposons d'être prise en charge de manière globalisée et personnalisée par notre équipe pluridisciplinaire, équipe à l'écoute de votre projet de naissance.

Nous accompagnons plus de 2.000 naissances chaque année. Tous les intervenants travaillent en étroite collaboration pour assurer un suivi et une prise en charge complète de votre santé et de celle de votre bébé durant ces moments importants que sont la grossesse et la maternité.

Cette équipe pluridisciplinaire comprend:

- médecins gynécologues-obstétriciens
- pédiatres
- anesthésistes
- sages-femmes
- infirmières et infirmières pédiatriques
- aides-soignantes
- assistantes sociales
- diététiciennes
- kinésithérapeutes
- sexologue
- psychologues

Nous assurons le suivi des grossesses normales et à risque, ainsi que l'échographie et le diagnostic prénatal.

Le CHL a pour mission de former les médecins, infirmières et professionnels de la santé de demain. Certains soins et services sont donc assurés par des MEVS (médecins en voie de spécialisation) et des étudiants (stagiaires) sous étroite supervision.

HÔPITAL - AMI DES BÉBÉS (IHAB) / HÔPITAL - AMI DES MAMANS (IHAM)



La Maternité G.-D. Charlotte est reconnue depuis 2000 par l'UNICEF et l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé) « Hôpital-Ami des Bébé » et depuis 2010 également « Hôpital-Ami des Mamans ».

Par ces labels, nous nous engageons à accompagner et à respecter tant les besoins de la maman que ceux du bébé. Nous soutenons l'allaitement maternel en mettant en œuvre les recommandations émises par l'UNICEF et l'OMS.

Nous sommes fiers de ces distinctions, garantes de qualité.

Pour en savoir plus, vous pouvez consulter notre site internet :

www.chl.lu



LE SUIVI PRÉNATAL

> UNE QUALITÉ ET UNE SÉCURITÉ DE SOINS POUR VOUS ET VOTRE BÉBÉ

Le médecin évalue la durée de la grossesse en semaines et jours d'aménorrhée (absence de règles). Un enfant naît en moyenne 40 semaines après le premier jour des dernières règles. La naissance peut avoir lieu entre 37 et 42 semaines. Les enfants qui naissent avant 37 semaines sont dits prématurés.

Veillez planifier tous vos rendez-vous auprès du secrétariat des consultations au rez-de-chaussée de la Maternité ou au cabinet de votre médecin gynécologue traitant :

> Consultations médicales obstétricales

Cinq consultations sont prévues par la loi pendant votre grossesse, soit une par mois à partir du 3^e mois de grossesse. Le médecin vous prescrira les prises de sang et les examens nécessaires pour surveiller le bon déroulement.

> Prises de sang et tests d'urine

Les prises de sang et les tests d'urine réalisés pendant votre grossesse permettent de contrôler entre autre:

- votre groupe sanguin
- le facteur Rhésus (RH)
- l'hémogramme
- d'éventuels signes qui pourraient renseigner sur une infection ou complication.

Nous vous proposons un accompagnement médico-soignant tout au long de votre grossesse dans le but de surveiller votre état de santé et celui de votre enfant à naître ainsi que le bon déroulement de votre grossesse.

› Echographies de la grossesse

Au cours de la grossesse, trois échographies sont réalisées à titre systématique par un médecin ou une sage-femme échographiste, à savoir une à chaque trimestre :

1^{er} trimestre : à 12 semaines (3 mois)

2^e trimestre : à 22-24 semaines (5 mois)

3^e trimestre : à 32 semaines (7 mois)

D'autres échographies sont prescrites si nécessaire.

Ces examens permettent de vérifier le bien-être du fœtus, son âge gestationnel et sa morphologie. Ils ne font pas partie des examens obligatoires. Vous pouvez signaler que vous ne souhaitez pas que des recherches de malformation soient réalisées.

L'échographie permet de détecter 60 % des anomalies importantes susceptibles de modifier le suivi de la grossesse et la prise en charge de l'enfant par votre médecin. Elle n'est pas infaillible et il peut se produire qu'une anomalie pourtant bien présente ne soit pas détectée durant l'examen, même s'il est correctement réalisé. De même, un doute peut survenir alors qu'en réalité, l'enfant se porte bien. Une échographie par voie vaginale peut s'avérer nécessaire.

Il est important de savoir que les échographistes ne s'autorisent pas à détenir des informations médicales concernant votre enfant sans vous les donner.



Ceci peut vous amener à partager le doute et les préoccupations que peut générer l'échographie. Si tel était le cas, d'autres examens complémentaires pourraient vous être proposés.

N'hésitez pas à interroger votre médecin ou votre sage-femme pour en savoir plus sur les possibilités de l'échographie, mais aussi sur ses limites.

› Test de dépistage prénatal de la trisomie 21

Il est désormais possible, dès la 11^e semaine d'aménorrhée, de passer le test de « diagnostic prénatal de la Trisomie 21 fœtal » sur base d'une simple prise de sang

maternel. Il permet de savoir si le bébé risque d'avoir une anomalie génétique : la trisomie ou le syndrome de Down. Ce test est volontaire et n'est actuellement pas couvert par la Caisse Nationale de Santé.

La prise de sang s'effectue à la Policlinique de la Maternité (les mardis, mercredis et jeudis de 9h à 11h). Vous pouvez vous présenter sans rendez-vous avec la demande de votre médecin.

Attention ! L'étude de l'ADN fœtal dans le sang maternel n'est pas un test diagnostique mais un dépistage de très haute sensibilité.

› Prélèvements fœtaux - Amniocentèses

Les prélèvements fœtaux peuvent être réalisés à visée diagnostique ou thérapeutique : amniocentèse, ponction de sang fœtal, ponction de villosités chorales, gestes thérapeutiques. Ils sont indiqués le plus souvent dans le cadre de dépistage systématique (âge maternel par exemple) ou d'une pathologie du bébé reconnue à l'échographie.

Ils seront effectués par un médecin, assisté d'une soignante.

› Tests de dépistage du diabète gestationnel

Le diabète de grossesse (également appelé diabète gestationnel) est dépisté par un examen « d'hyperglycémie provoquée par voie orale ». Il est effectué entre la 24^e et la 28^e semaine de grossesse. L'examen dure environ 2h30 et se fait en plusieurs étapes.

Cet examen permet d'évaluer la variation de votre taux de glycémie, et de savoir si vous avez un diabète de grossesse.

Pour savoir plus sur
l'amniocentèse, nous vous invitons
à consulter notre site internet
www.chl.lu



Une visite avec l'anesthésiste est obligatoire à partir de la 35^e semaine de grossesse pour votre sécurité : elle permet de planifier la prise en charge de la douleur pendant l'accouchement et de prévoir une éventuelle anesthésie en cas de situation d'urgence.

➤ **Consultations chez la sage-femme : une approche personnalisée pour répondre à toutes vos questions**

1^{er} Entretien prénatal : consultation individuelle entre 8-12 semaines de grossesse

Pour une grossesse sereine et harmonieuse, les sages-femmes de la Maternité vous proposent un premier entretien prénatal entre la 8^e et 12^e semaine de grossesse.

Objectifs de cet entretien d'écoute et d'échange :

- Identifier vos demandes et attentes concernant le déroulement de votre grossesse.
- Vous donner des conseils pratiques et vous informer sur les modalités du suivi de votre grossesse
- Répondre à toutes vos questions qui vous préoccupent
- Etablir avec vous votre Projet de Naissance

2^e Entretien prénatal : entre 32-36 semaines de grossesse

Cet entretien, préconisé entre la 32^e et la 36^e semaine de grossesse, que vous soyez suivie par un médecin libéral ou par un médecin du CHL, permet de prendre note des informations administratives et médicales nécessaires pour votre prise en charge par l'équipe présente lors de votre accouchement (dossier obstétrical).

Les entretiens prénataux, d'environ 3/4 d'heure, se déroulent au service de périnatalité (1^{er} étage de la Maternité).

Les sages-femmes vous demanderont si vous désirez séjourner en chambre individuelle 1^{re} classe lors de votre accouchement.

Vous serez invitée à signer un formulaire pour l'acceptation des conditions financières.

Selon la couverture par votre assurance-maladie, le CHL se réserve le droit de demander un acompte pour ce confort supplémentaire.

L'hospitalisation en chambre individuelle 1^{re} classe offre les prestations de confort supplémentaires et entraîne une majoration des honoraires médicaux de 66%.

Notez cependant que pour les soins médicaux et soignants qui vous seront donnés, ils sont identiques que vous soyez en chambre 1^{re} ou 2^e classe.

Votre Projet de Naissance couvre l'ensemble de vos souhaits, de vos envies mais aussi de vos craintes concernant le déroulement du travail, l'accouchement et les premiers soins du bébé.

Il peut être écrit par les parents et/ou consigné avec l'aide d'une sage-femme dans votre dossier.



➤ Enregistrement du cardiocotogramme (CTG)

Entre le 8^e et 9^e mois de grossesse, votre médecin vous propose habituellement un CTG hebdomadaire. Cet examen est indolore et permet d'évaluer, sur une trentaine de minutes, le rythme cardiaque du fœtus et la contractilité de l'utérus. Les sages-femmes du service prénatal (polyclinique) effectuent les CTG et assurent également le suivi de votre grossesse durant cette période. Elles réalisent le lien avec votre médecin en cas de besoin.



➤ Grossesse pathologique et/ou à risque

La Maternité, en collaboration avec les services spécialisés du CHL, a acquis une expertise pour l'évaluation, le traitement et le suivi de grossesses des principales pathologies maternelles (nausées, diabète de type I et II, diabète de grossesse, hypertension, etc.) et fœtales (retard de croissance intra-utérin, travail prématuré, grossesse multiple, etc.).

Au cours du suivi d'une grossesse à risque, vous pourrez donc être amenée à rencontrer d'autres professionnels de santé du Centre Hospitalier de Luxembourg.

Par ailleurs, en cas de besoin particulier, la Maternité dispose d'un service d'hospitalisation des grossesses pathologiques.

« SUSANA » POUR LA SANTÉ DES BÉBÉS ET DES MAMANS

Nous participons au système national de surveillance pour la santé des mères et des bébés lors de la naissance. Le programme dénommé Susana, est placé sous la responsabilité du Ministère de la Santé. Il permet, grâce à un recueil de données réalisé sur la santé de la mère et du bébé par des professionnels de santé, à suivre la prise en charge et la qualité des soins dispensés aux mamans et aux bébés au Luxembourg.

Pour plus d'informations veuillez consulter le livret d'information « Susana » disponible en plusieurs langues dans les salles d'attente de la Maternité ou sur le site Internet :

www.susana.lu (Rubrique « Patients »)



LE SUIVI PRÉNATAL

CONSULTATIONS COMPLÉMENTAIRES ET PERSONNALISÉES

Des consultations par des professionnels de santé sont proposées selon vos besoins

› Consultation d'aide au sevrage tabagique

La grossesse est un moment privilégié pour faire le point sur son tabagisme et en réussir l'arrêt. Nous pouvons vous proposer une consultation spécialisée à n'importe quel moment de votre grossesse afin :

- de vous renseigner sur l'impact du tabac sur la grossesse, la santé et celle de votre enfant,
- de parler de votre dépendance,
- de vous soutenir et de vous guider pour arrêter votre consommation (et/ou celle de votre conjoint) en collaboration avec notre service de pneumologie.

› Consultation en allaitement maternel

Allaiter son enfant comporte de nombreux bienfaits, tant pour la santé de l'enfant que de celle de la mère. C'est pourquoi, notre sage-femme consultante en « lactation humaine certifiée IBCLC » est à votre disposition si vous avez des questions ou en cas de problème spécifique (réduction mammaire, mamelons plats, mauvais vécu d'un allaitement antérieur, allaitement d'un bébé avec pathologie,...).

› Consultation en sexologie

La consultation, proposée par notre sage-femme sexologue clinicienne qualifiée, est ouverte à toute personne ou couple qui manifeste une inquiétude par rapport à sa vie affective, sexuelle et relationnelle.

› Consultation chez la diététicienne

Pour vous informer au cours des neuf mois de grossesse et durant la période d'allaitement sur les besoins nutritionnels, les aliments à éviter pour prévenir la toxoplasmose et la listériose, ou simplement pour échanger quant à vos habitudes alimentaires, nous vous proposons une consultation auprès de notre diététicienne.



› Consultation en ostéopathie

Afin de vous rassurer face aux changements de votre corps et d'équilibrer votre bassin, votre rachis, une kinésithérapeute ostéopathe propose de travailler sur vos pertes de mobilité articulaire ou tissulaire.



LE SUIVI PRÉNATAL

> SOINS DE CONFORT ET DE BIEN-ÊTRE

Les différentes préparations à la naissance et à la parentalité que nous proposons à la Maternité permettent de vous préparer à ce moment si particulier.

Les bénéfices sont multiples :

- Vivre sa grossesse pleinement
- Rencontrer et échanger entre futurs parents
- S'informer pour se rassurer
- Se familiariser avec les lieux et l'équipe
- Devenir acteur de la naissance de son enfant

> Les cours prénataux

Les thèmes abordés sont :

- Le bien-être pendant la grossesse
- Comment respirer efficacement
- La prise de conscience du périnée
- Les compétences du fœtus et du nouveau-né
- Les signes annonciateurs de la venue du bébé, le déroulement du travail et les différentes phases d'accouchement, la prise en charge de la douleur
- L'accueil du nouveau-né
- L'allaitement maternel
- La période après l'accouchement

Lors d'une soirée supplémentaire, des conseillers de « l'école des parents » Janusz Korczak évoquent avec vous votre engagement de parents et abordent de nombreux thèmes (la famille, la paternité, l'éducation, la vie professionnelle,...)



Il s'agit d'un cycle de 8 séances, une alternance d'informations théoriques, exercices pratiques et échanges, en groupe de 12 personnes (futurs mamans accompagnées ou non des partenaires).

› Les séances d'Haptonomie

L'haptonomie permet une approche sensorielle et affective avec votre bébé. Il s'agit d'établir, à partir de la 20^e semaine de grossesse, un lien affectif entre les parents et l'enfant en établissant un contact par la peau et le toucher.

› L'accompagnement par l'Hypnose

Pour réduire le stress et l'anxiété et augmenter le confort de vie en agissant sur les petits maux de la grossesse. Cet accompagnement est possible dès le début de la grossesse.

www.hypnobalance.lu

› L'HypnoBirthing®, la méthode Mongan

C'est à la fois une philosophie et une technique pour donner naissance de façon confortable et parfaitement détendue. Vous pouvez bénéficier de l'hynoBirthing® à partir de 20 semaines de grossesse.

www.hynobirthing.lu

› Les cours collectifs de gymnastique prénatale

En prénatal, ces cours de gymnastique douce sont efficaces pour soulager les maux classiques liés à la grossesse, pour aider à la gestion de la respiration et pour améliorer la souplesse du périnée. La gymnastique prénatale est conseillée à partir de 3 mois de grossesse.

Nous vous invitons à consulter notre brochure « Préparation à la naissance et à la parentalité » pour connaître les détails et les modalités pratiques de ces offres.



Visites de la Maternité:

Si vous n'avez pas eu l'occasion de suivre les cours de préparation chez nous, nous vous proposons des rendez-vous pour visiter les lieux et pour poser vos questions.

Les horaires des visites sont les samedis de 10h00 à 12h00.

Les dates et modalités d'inscription se trouvent sur notre site Internet :

www.chl.lu



➤ ÊTRE ENCEINTE AU QUOTIDIEN

Voici quelques conseils supplémentaires que vous pouvez suivre au quotidien pendant la grossesse.

➤ Activité sportive

Sauf contre-indication médicale, un minimum d'activité physique est conseillé. L'idéal est de faire de la marche ou de la natation. Évitez les sports violents présentant des risques de chutes ainsi que les efforts trop importants. Si vous pratiquez un sport de façon régulière, pour ne pas faire d'erreur, demandez conseil à votre médecin.

➤ Alcool

La consommation d'alcool est interdite durant la grossesse. Toute forme de consommation d'alcool est dangereuse, car l'alcool passe directement dans le sang de votre bébé (quelle que soit la dose consommée). Veuillez consulter la brochure « Zéro alcool pendant la grossesse » du ministère de la santé.

Limitez les boissons telles que le cola, le thé, le café, qui peuvent notamment agir sur l'activité cardiaque de votre bébé.

➤ Alimentation pendant la grossesse

Il ne faut pas manger deux fois plus pendant votre grossesse, mais deux fois mieux ! Mangez de façon équilibrée, en variant vos menus pour le plaisir du palais et en n'oubliant pas les aliments indispensables au bon développement de votre bébé : les produits laitiers, les légumes et les fruits. Pensez à boire beaucoup.



Pour plus d'informations, veuillez consulter le site internet suivant :

www.santé.public.lu

Rubrique « Grossesse et maternité »

> Hygiène corporelle

Elle comprend la toilette quotidienne et l'hygiène bucco-dentaire stricte. Evitez l'exposition au soleil (risque de taches de grossesse) et si ceci n'est pas possible, utilisez une crème solaire écran total.

> Médicaments

Signalez toute prise de médicaments ou de drogues à votre médecin traitant et votre médecin gynécologue (possible contre-indication ou éventuelle nécessité d'adapter les doses).

Attention: évitez l'automédication !

> Repos

Vivre normalement, sans excès. Nous conseillons 8 heures de sommeil par jour et une sieste d'une heure l'après-midi.

Ne soulevez pas de lourdes charges.

> Sexualité et grossesse

L'évolution de la sexualité durant la grossesse, influencée par de nombreux facteurs, est variable d'un couple à l'autre. Beaucoup de femmes enceintes vivent de profonds changements dans leur corps et au niveau



psychologique. Ces changements peuvent entraîner une modification du désir sexuel. Les futurs parents se font plaisir par leur sexualité mais également par leur complicité. Le dialogue permettra en cas de difficultés de maintenir une entente conjugale harmonieuse.

Lorsqu'une grossesse se déroule normalement, l'activité sexuelle peut être poursuivie sans crainte.

Tabac:

Fumer pendant la grossesse nuit à votre santé et à celle du bébé. Nous vous conseillons vivement d'arrêter de fumer et vous proposons, ensemble avec le service de pneumologie, des consultations d'aide à l'arrêt du tabac « Sevrage tabac ».

www.santé.public.lu « Grossesse et maternité »

> Vaccinations

A voir avec votre médecin.

> Voyage

La faisabilité dépend d'éventuels antécédents, du déroulement de votre grossesse, de l'âge gestationnel, de la distance à parcourir, du mode de transport, ...

En cas de projet de voyage, veuillez consulter votre médecin.

Pour les futurs pères:

Pensez au fait que si vous fumez, il sera difficile pour votre femme d'arrêter de fumer et surtout évitez de fumer en présence de maman-bébé, y compris dans la voiture.



DROITS DE LA FEMME ENCEINTE ET DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

Enceinte, vous bénéficiez d'un certain nombre d'avantages au sein de l'entreprise dans laquelle vous travaillez.

Ces avantages sont destinés, d'une part, à protéger votre état de santé et, d'autre part, à vous permettre de vous consacrer pleinement à votre enfant après la naissance.

Pour tous renseignements veuillez consulter :

- › Notre site Internet www.chl.lu
- › Le site du ministère de la santé « Grossesse, maternité et relations de travail »
- › La brochure « Législation, Allocations, Services de consultations » éditée par Initiativ Liewensufank



LA CONSULTATION EN CAS D'URGENCE

› L'équipe

Une équipe composée de médecins et de sages-femmes est présente 24 heures sur 24 et peut vous prendre en charge en cas de :

- Saignements au cours de la grossesse, fièvre, à partir de 38°C
- Douleurs abdominales avec un durcissement inhabituel de l'utérus
- Perte de liquide amniotique (perte des eaux)
- Diminution importante des mouvements du bébé
- Contractions utérines
- Chute ou choc important sur le ventre
- Tout autre signe inhabituel qui vous préoccupe



› La consultation

A chaque consultation, veuillez vous munir des documents suivants :

- Carnet de suivi de grossesse
- Carte de groupe sanguin
- Echographies et examens sanguins éventuels



> L'ACCOUCHEMENT

> Quand se rendre en salle d'accouchement ?

Une équipe est prête en permanence pour vous accueillir à toute heure du jour et de la nuit.

Pour des raisons de sécurité, les portes de la maternité sont fermées à partir de 22h00. Près de la porte d'urgence, il y a une sonnette et un relais vidéo pour prendre contact avec la salle d'accouchement. La sage-femme vous ouvrira la porte, vous guidera et vous accueillera en salle d'accouchement.

> La fameuse valise

Le moment de départ pour la Maternité étant parfois inattendu et rapide, nous vous conseillons de préparer votre valise 1-2 mois à l'avance. Sachez que pour un accouchement normal la durée moyenne de séjour est de 2-3 jours et pour une césarienne de 4-5 jours.

Signes d'alertes :

- > Si vous ressentez des contractions utérines avant 36 semaines
- > Si vous ressentez des contractions utérines douloureuses et qu'elles apparaissent toutes les 5-10 min depuis une heure
- > Si vous perdez les eaux
- > Si vous saignez
- > Si vous ne sentez plus bouger le bébé
- > Si vous êtes inquiète, quel qu'en soit le motif



Pour votre séjour en salle de naissance

La préparation d'une valise à part – avec quelques articles – vous permet d'en disposer rapidement :

Pour la maman :

- 1 grand T-shirt ou une chemise de nuit
- 1 robe de chambre
- 1 paire de pantoufles
- 1 slip bien large
- 1 drap de bain et 1 gant de toilette

En option :

- lipstick gras
- musique
- lecture
- appareil photo

Pour le bébé :

- 1 bodie
- 1 pyjama
- des chaussettes
- 1 bonnet



Pour votre séjour hospitalier et celui de votre bébé

Pour la maman :

- chemises de nuit
- habits confortables
- de grands slips ou des slips jetables
- si vous désirez allaiter 2 soutiens-gorge d'allaitement
- compresses d'allaitement
- serviettes et gants de toilette
- sèche-cheveux
- vos articles de toilette et de beauté
- coussin d'allaitement si vous en possédez un

Pour le bébé :

- sac de couchage petite taille
- 1 paquet de couches (pampers)
- pyjamas ou grenouillères
- petites chemises croisées ou bodies
- chaussettes
- 1 bonnet



Les documents d'admission :

- › Le carnet de maternité ou votre fiche de liaison
- › La carte de votre Caisse de Maladie ou, si vous êtes affiliée à l'étranger, le formulaire de prise en charge de votre Caisse
- › La carte d'une éventuelle Caisse de Maladie Supplémentaire

› Le séjour accompagnant

Si vous êtes hospitalisé(e) en chambre individuelle et désirez qu'une personne accompagnante reste auprès de vous, un fauteuil lit pourra être mis à disposition et des repas pourront être servis à cette personne.

Merci d'indiquer ce choix également sur le formulaire de demande d'une chambre individuelle.

CALENDRIER DE LA GROSSESSE

Il vous permet de voir les grandes étapes et suivis proposés pendant toute la durée de la grossesse. Vous pouvez l'utiliser pour noter :

- › les dates de vos rendez-vous personnels
- › vos questions à poser aux professionnels
- › les réponses données
- › ou tout simplement vos impressions au fil des semaines jusqu'à la date de votre accouchement.

› 1^{ère} consultation de grossesse

Semaines 1 - 5

Semaine 9

Semaine 6

Semaine 10

Semaine 7

› Test de dépistage de la trisomie

Semaine 11

› 1^{ère} échographie
› Date d'accouchement prévue

Semaine 8

Semaine 12

Semaine 13



› *Entretien prénatal avec la sage-femme*

Semaine 14

Semaine 15

Semaine 16

Semaine 17

Semaine 18

Semaine 19

Semaine 20

Semaine 21



› *2e échographie (morphologique)*
› *Inscription aux cours de préparation à la parentalité*

Semaine 22

Semaine 23

› *Test de dépistage du diabète gestationnel*

Semaine 24

Semaine 25

Semaine 26

Semaine 27

Semaine 31

Semaine 34

Semaine 38

Semaine 28

- › 3e échographie
- › 2e entretien avec la sage-femme
- › Début du congé de maternité

Semaine 32

Semaine 35

Semaine 39

Semaine 29



› Consultation d'anesthésie

Semaine 36

› Echographie bien-être foetal

Semaine 40

Semaine 30

Semaine 33

Semaine 37

Semaine 41

ACCÈS A LA MATERNITÉ

La Maternité se situe au Nord-Ouest de la Ville de Luxembourg et est accessible par le réseau routier/autoroutier :

En venant du Centre ville de Luxembourg :

Suivre la route d'Arlon, direction Strassen/Mamer/Arlon

En venant de l'autoroute :

- › En provenance de Belgique : prenez l'autoroute A6 jusqu'à la sortie n°4 (Luxembourg-Centre/Strassen), puis suivez la Route d'Arlon (N6) - Direction Luxembourg-Ville (sur votre gauche). Après environ 1 km, vous pouvez apercevoir le bâtiment de la Maternité sur votre gauche. Vous y accédez en tournant à gauche (2, rue Federspiel).
- › En provenance de France (A3) : A la hauteur de l'échangeur «Gasperich», prenez l'A6 direction Liège/Bruxelles jusqu'à la sortie n°4 (Luxembourg Centre/Strassen), puis suivez la Route d'Arlon (N6) - Direction Luxembourg-Ville (sur votre gauche). Après environ 1 km, vous pouvez apercevoir le bâtiment de la Maternité sur votre gauche. Vous y accédez en tournant à gauche (2, rue Federspiel).

Coordonnées GPS : 49.617323, 6.097914



Adresses utiles :

Website CHL : www.chl.lu/html/maternite/

Website ministère de la santé : www.sante.public.lu

Sages-femmes libérales : www.sages-femmes.lu

Well Baby Clinic of Luxemburg asbl : www.wellbabyclinic.lu

Initiativ Liewensufank : www.liewensufank.lu

OMS - allaitement : www.who.int/topics/breastfeeding/fr/

Unicef : Initiative « Hôpitaux ami des bébés » : www.unicef.org/french/nutrition/index_24806.html



CHL Maternité 2, rue Pierre Federspiel L-1512 Luxembourg
Tél : +352 44 11 11 Fax : +352 44 11 37 56 www.chl.lu