

*Toute l'équipe de la maternité
est heureuse de vous accueillir
et vous souhaite la bienvenue*

Nous sommes à votre entière disposition pour toute information et tout conseil permettant à votre séjour d'être le plus agréable possible.

Afin de faciliter votre prise en charge ainsi que les premiers moments avec votre nouveau-né dans notre maternité, nous recommandons aux mamans de préparer une valise maternité dont vous trouverez la composition dans ce document.

Quelques conseils



Préparez votre valise
1 mois
avant la date prévue
de votre accouchement



Prévoyez **1 sac à part** pour
la salle d'accouchement



Désignez à l'avance
la personne disponible
qui pourra vous emmener
à la maternité



Prenez une douche avant
toute entrée à la maternité

CMCO

19 RUE LOUIS PASTEUR
67300 SCHILTIGHEIM

**Urgences obstétricales
et gynécologiques**

03 69 55 34 11 (jusqu'à 17h30)
03 69 55 34 00 (après 17h30)

**PRISE DE RENDEZ-VOUS
SUIVI DE GROSSESSE**

03 69 55 34 08

Echographie

03 69 55 34 15

Service de Maternité

03 69 55 34 06

Salle de naissance

03 69 55 34 34

Hôpital de Hautepierre

AVENUE MOLIERE
67200 STRASBOURG

**Urgences obstétricales
et gynécologiques**

03 88 12 83 11

**PRISE DE RENDEZ-VOUS
SUIVI DE GROSSESSE**

03 88 12 74 92

Echographie

03 69 55 34 15

Service de Maternité

03 88 12 74 80 (4^{ème} étage)

03 88 12 75 13 (5^{ème} étage)

Salle de naissance

03 88 12 74 90



Afin de faciliter le stationnement de votre
véhicule lors de votre séjour, les parkings des
Hôpitaux Universitaires de Strasbourg vous
proposent des **forfaits longue durée**.

Informations et tarifs sur :

www.chru-strasbourg.fr ▶ Plan d'accès et stationnement

...ou auprès du personnel de la maternité.

Votre entrée en maternité

Tous les conseils pour bien préparer votre valise
avant d'accoucher aux **Hôpitaux Universitaires
de Strasbourg**



www.chru-strasbourg.fr



CHRU Strasbourg



▶ **CMCO**

▶ **Hôpital
de Hautepierre**



Votre valise pour le séjour en maternité

Pour la maman :

- ☐ Une valise complète pour un séjour moyen de 2 à 3 jours
- ☐ Une serviette de bain
- ☐ Des slips jetables (préférer les slips « filet » au slips papier)
- ☐ Des serviettes hygiéniques (taille maxi)
- ☐ Les vaccins qui ont pu vous être prescrits pendant la grossesse (Repevax® et/ou MMR Vax®)
- ☐ Des bas de contention
- ☐ L'ordonnance des traitements médicamenteux en cours
- ☐ Un stylo

si vous avez choisi d'allaiter votre enfant :

- ☐ Un soutien-gorge d'allaitement (prévoir un bonnet de plus qu'en fin de grossesse)
- ☐ De la crème « spécial allaitement » à la lanoline
- ☐ Un petit flacon de liquide vaisselle et une brosse à vaisselle pour le nettoyage des biberons et tétine en cas d'utilisation d'un tire-lait
- ☐ Une paire de bouts de sein de silicone, adaptée à la taille de votre mamelon
- ☐ Tisane d'allaitement
- ☐ Vêtements adaptés à l'allaitement

...Si vous souhaitez donner le biberon, le matériel et le lait vous seront fournis par la maternité.

Pour votre bébé :



- ☐ 2 gilets (ou brassières) en laine
- ☐ 6 bodies en coton
- ☐ 6 pyjamas
- ☐ 3 paires de chaussons ou chaussettes
- ☐ 2 bonnets en coton
- ☐ Quelques langes en coton
- ☐ 6 serviettes de toilette (pas trop grandes)
- ☐ 5 à 6 gants de toilette
- ☐ 2 couvertures en laine polaire
- ☐ 1 turbulette
- ☐ **1 thermomètre digital flexible ou rigide** (à usage strictement personnel) - INDISPENSABLE
- ☐ 1 thermomètre pour l'eau du bain
- ☐ 1 brosse ou peigne à cheveux
- ☐ Grands carrés de coton pour le change
- ☐ Un cosy pour le retour à la maison

Lavez les textiles (vêtements de bébé, doudou, serviettes, etc.) avant utilisation.

Pour le CMCO uniquement :

- ☐ Bouteille d'eau pour votre consommation personnelle (Carafe d'eau à disposition)
- ☐ Si vous ne souhaitez pas utiliser les couches lavables fournies, **pensez à apporter des couches jetables**

Pour votre confort, vous pouvez également apporter :

- ☐ Un coussin d'allaitement pour faciliter votre installation pendant les tétées
- ☐ Un oreiller personnel pour l'accompagnant, s'il passe la nuit à vos côtés.
- ☐ Une petite veilleuse pour créer une lumière douce la nuit

Votre valise pour la salle d'accouchement



Pour la maman :

- ☐ Une tenue **confortable**
- ☐ Un **brumisateur**
- ☐ Tout ce qui peut vous aider à la **détente** et à la **récupération entre les contractions** (musique, lecture, huile de massage, ballon...)
- ☐ Des **chewing-gums** (en cas de césarienne programmée)
- ☐ Chargeur téléphone, monnaie (café pour accompagnant.e)

Pour votre bébé :

- ☐ **Sa première tenue** (y inclure une brassière chaude)
- ☐ Une **couverture polaire** (important)



Toujours à emmener avec vous :

- ☐ **Votre carte de groupe sanguin** OU un document papier du laboratoire comportant deux déterminations validées (ne jamais laisser la carte au laboratoire)
- ☐ **Votre Pièce d'identité** et celle de l'autre parent pour la déclaration à l'état civil
- ☐ **Votre livret de famille** (si vous êtes mariés) ou la reconnaissance de naissance anticipée faite dans n'importe quelle mairie
- ☐ **Le bilan pré-anesthésique** (à récupérer le jour même du prélèvement)
- ☐ **Le carnet de vaccination** de la maman et celui du parent accompagnant (ou carnet de santé) pour s'assurer que vous êtes vaccinés contre la coqueluche
- ☐ **Votre carte vitale et votre attestation de complémentaire santé**
- ☐ **Votre dossier de suivi de grossesse** si vous avez été suivie à l'extérieur de l'hôpital

