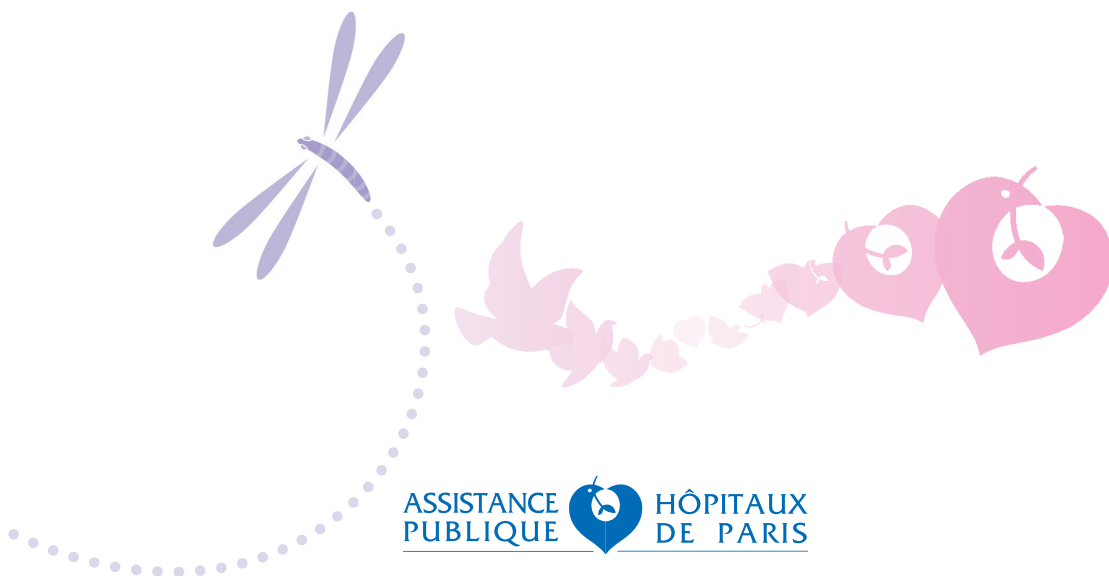




mon enfant

livret d'accueil

La grossesse
L'accouchement
Le retour à la maison



Sommaire

La grossesse

**Vous attendez un enfant
l'AP-HP vous accueille**

**Vos interlocuteurs
une équipe pluridisciplinaire**

**Votre première consultation
un moment privilégié**

- C'est l'occasion de mieux se connaître
- Les documents qui vous sont demandés
- C'est l'occasion de poser des questions
- Les documents qui vous sont remis
- Démarches administratives

Le suivi de grossesse...

- Les consultations ■ Les examens médicaux
- La préparation à la naissance
- Le congé maternité pour les salariées

**Votre hygiène de vie
pensez à vous reposer**

- Ce qui vous est recommandé
- Ce que vous devez éviter
- Ce qui ne vous est pas permis

**Votre alimentation
mangez varié et équilibré**

- Quelques conseils

Bienvenue à l'hôpital Trousseau

La maternité

- Présentation ■ Un suivi adapté 24h/24

l'accouchement

**Vous allez accoucher
quelques informations pratiques**

- Quand venir ? ■ Qu'emporter pour constituer votre dossier d'admission ?

**A titre indicatif ce qu'il vous
est recommandé d'apporter**

- En salle de naissance, dans un sac, pour vous
- Pour votre bébé ■ Pour votre séjour, dans une valise
- Pour le séjour et la sortie de votre enfant

Votre accouchement un accueil 24h/24

- Lorsque vous viendrez pour accoucher ...
- Vos démarches de sortie ■ Une équipe entière est là pour vous entourer et vous aider

**3 Votre séjour à la maternité
profitez-en pour vous reposer 20**

- Votre surveillance médicale
- 4 ■ Les formalités de sortie

**5 Votre séjour à la maternité
de Trousseau 22**

- Les chambres ■ Le téléphone ■ La télévision
- Les repas ■ Les visites ■ Le culte ■ Votre départ
- 6 ■ L'espace parentèle ■ Les associations

**Votre maternité dans
l'hôpital, dans le quartier 25**

Le retour à la maison 27

**8 L'allaitement de votre bébé au sein
ou au biberon, respectez son rythme 28**

- Avec les conseils de l'équipe, vous nourrirez votre bébé ■ Pendant les deux premiers mois, sauf prescription médicale particulière
- La préparation du biberon

**10 L'hygiène de votre bébé
des précautions simples 30**

- Un bain tous les jours ■ La toilette

**La surveillance médicale
de votre enfant 31**

- 11 ■ Le dépistage néo-natal ■ L'AP-HP regroupe

**Après l'accouchement
prenez soin de vous 32**

- 12 ■ Retrouvez progressivement votre équilibre
- 13

**Si vous êtes fatiguée
n'hésitez pas à en parler 33**

15 Mieux connaître vos droits 34

- 16 ■ Vos libertés reposent sur la connaissance de vos droits ■ La douleur n'est plus une fatalité
- Libre choix du praticien ■ Le choix du nom de famille
- La communication de votre dossier médical
- La personne de confiance ■ La recherche biomédicale
- 17 ■ La confidentialité et la protection ■ La sécurité sanitaire
- Une Commission des relations avec les usagers et de la qualité de la prise en charge

Vous avez la parole 37

- 18 ■ Des représentants des usagers et des familles
- Une chargée des relations avec les usagers
- Des médiateurs médicaux et non médicaux

Je note mes rendez-vous 38

La grossesse



4

Vous attendez un enfant l'AP-HP vous accueille

Bienvenue à l'hôpital Trousseau, hôpital pédiatrique et périnatal de référence de l'Est parisien qui propose une prise en charge des premiers jours de la vie à l'âge adulte.

L'hôpital Trousseau constitue, avec les hôpitaux Saint-Antoine, Rothschild, Tenon, l'un des groupes hospitaliers de l'AP-HP: Le Groupe hospitalier Hôpitaux Universitaires Est Parisien.

Plus de 38 000 bébés naissent chaque année à l'Assistance Publique-Hôpitaux de Paris.

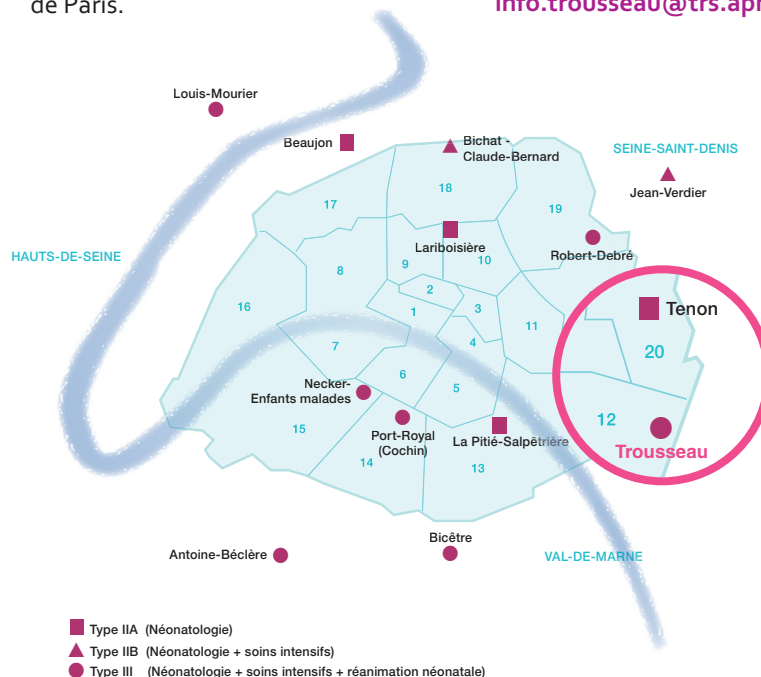
Pour vous offrir un service public de soins du plus haut niveau, les 13 maternités de l'AP-HP s'appuient sur

- des équipes compétentes et motivées prêtes à répondre à toutes vos questions
- une volonté affirmée de progrès médical

Ce livret vous sera utile à la maternité comme à la maison. Conservez-le.

En savoir plus :

<http://trousseau.aphp.fr> -
info.trousseau@trs.aphp.fr



Les 13 maternités de l'AP-HP
Trousseau : 26, avenue du Docteur Arnold-Netter
75012 Paris 12^{ème} - ☎ 01 44 73 74 75

Vos interlocuteurs

une équipe pluridisciplinaire

5

Chacun de vos interlocuteurs porte un badge nominatif qui vous permettra de l'identifier. Le fond du badge est rouge pour les médecins et les sages-femmes, bleu pour le personnel hospitalier, gris pour personnel administratif, vert pour le personnel technique et orange pour les étudiants en médecine ou élèves sages-femmes.

- **Le chef de pôle, les responsables d'unité, la sage-femme cadre supérieure, les sages-femmes cadres et les cadres de santé** sont responsables de l'organisation du service ou de l'unité.
- **L'équipe médicale** praticiens hospitaliers, assistants chefs de clinique, pédiatres, sages-femmes, anesthésistes est responsable de la surveillance clinique et des traitements médicaux. Ils forment et encadrent les internes de spécialité et les étudiants.
- **Les sages-femmes ou les obstétriciens** sont vos interlocuteurs privilégiés. Ils vous accueillent dès les premiers instants, vous informent sur tout ce que vous allez vivre pendant votre maternité, prennent en charge votre grossesse, votre accouchement et les suites de couches, vous conseillent après la naissance.
- **Le pédiatre** assure tous les jours une visite des nouveau-nés et vous conseillera pour le retour à la maison.
- **Les puéricultrices et les infirmiers(ères)** réalisent les soins en consultation, en salle de naissance et en hospitalisation. Ils peuvent vous donner des conseils relatifs à votre santé et à celle de votre nouveau-né.
- **Les auxiliaires de puériculture et les aides-soignantes** participent à votre prise en charge et à celle de votre nouveau-né.
- **L'assistante sociale** vous aidera à résoudre d'éventuelles difficultés administratives, professionnelles ou familiales.
- **Le psychologue** peut intervenir si vous le souhaitez, ou sur avis médical.
- **La diététicienne** vous accompagne pour maintenir votre équilibre alimentaire.
- **La secrétaire** médicale assure la liaison avec votre médecin habituel.

**L'accueil téléphonique en cas d'urgence
est assuré 24h/24 : ☎ 01 44 73 51 96.**

la grossesse

Votre première consultation

C'est l'occasion de mieux se connaître

Ce premier rendez-vous, moment d'écoute et d'échange, doit permettre d'établir une relation de confiance et de donner le calendrier de surveillance de la grossesse.

Fournissez-nous tous les renseignements permettant de mieux assurer votre suivi

- la date de vos dernières règles
- l'existence éventuelle d'un dossier médical (afin d'éviter la multiplication de certains examens)
- ou encore toute préoccupation médicale, sociale, familiale ou psychologique

Les documents qui vous sont demandés

- votre justificatif de rendez-vous
- une pièce d'identité (carte d'identité ou passeport) et/ou votre carte de séjour
- votre carte vitale et son attestation ou votre attestation Couverture Maladie Universelle (CMU) ou d'Aide Médicale d'Etat (AME)
- votre carte d'adhérent à une mutuelle (si vous en avez une)
- votre justificatif de domicile
- les résultats d'examens : rubéole, toxoplasmose, groupe sanguin (si vous les avez), les échographies, carnet de vaccination

Ce premier contact nous permettra

- d'établir votre dossier médical (antécédents familiaux, médicaux, chirurgicaux, obstétricaux, gynécologiques).
- de réaliser un examen clinique.
- de prescrire les traitements ou examens complémentaires nécessaires.

Afin de veiller au respect de votre vie privée, le recueil des informations se fait dans le cadre de la déontologie médicale et des dispositions de la loi Informatique et Libertés.

un moment privilégié

7

C'est l'occasion de poser des questions

Toute l'équipe est là pour répondre à vos interrogations, vous conseiller, vous informer.

La structure Protection Maternelle et Infantile (PMI) et l'assistante sociale peuvent faciliter vos démarches administratives.

Les documents qui vous sont remis

- les 3 volets de la déclaration de grossesse destinés à la Sécurité sociale et à la caisse d'allocations familiales
- une fiche de pré-admission à remettre au bureau des admissions à partir du 6^e mois afin d'établir votre dossier administratif
- le carton de rendez-vous pour la prochaine consultation

Ce premier contact nous permettra

de vous informer sur le suivi médical et administratif de votre grossesse

Démarches administratives

Adressez à votre centre de Sécurité sociale avant la 14^e semaine

- le feuillet rose de la déclaration de grossesse établie par votre médecin traitant, le médecin hospitalier ou la sage-femme
- la prescription d'examens obligatoires et/ou recommandés
- l'attestation du laboratoire certifiant l'exécution des examens

Adressez à votre caisse d'allocations familiales

- les deux premiers feuillets bleus de la déclaration de grossesse

la grossesse



Le suivi de grossesse...

Les consultations

Sept consultations sont prévues et prises en charge à 100 % par la Sécurité sociale pendant la grossesse (ou plus si nécessaire), réalisées par un médecin ou une sage-femme.

N'oubliez pas d'apporter systématiquement vos résultats d'examens.

Une consultation est conseillée pour le père auprès de son médecin traitant. A partir du 4^e mois, un entretien prénatal pourra être organisé avec une sage-femme.

Les examens médicaux

Ils peuvent être réalisés soit à l'hôpital, soit dans un laboratoire de ville.

Ils sont regroupés en trois grandes catégories

- **Examens obligatoires**

- **examens sanguins**
groupe sanguin, rhésus, agglutinines irrégulières, sérologie de toxoplasmose, rubéole, hépatite B, syphilis
- **examens urinaires**
recherche d'albumine, de glucose

- **Examens proposés et recommandés**

- la sérologie VIH, hépatite C
- le dépistage de la trisomie 21
- une numération de la formule sanguine et hémostase

- **3 échographies obstétricales prises en charge par la Sécurité sociale vers la 12^e, la 22^e et la 32^e semaine**

Elles permettent de déterminer le début de la grossesse, renseigner sur la morphologie de l'enfant, vérifier sa croissance fœtale et donner la position de l'enfant et du placenta avant l'accouchement.

D'autres échographies peuvent être prescrites sur indication médicale : elles seront réalisées à l'hôpital ou chez un médecin échographiste de ville.

Il est indispensable d'annuler votre rendez-vous si vous êtes dans l'impossibilité de vous présenter en téléphonant au 01 44 73 51 20 ou 51 30.

La préparation à la naissance

Les séances sont dispensées par une sage-femme. Leur but est de vous aider à vivre harmonieusement votre grossesse et d'envisager votre accouchement avec sérénité. C'est aussi un moment privilégié qui vous permettra d'aborder la question des différents modes d'allaitement.

Vous pouvez également appeler la maternité pour un conseil.

Don Volontaire de Sang de Cordon (DVSC)

Le médecin ou la sage-femme qui suit votre grossesse vous proposera ce don

Prélevé après la naissance, le sang contenu dans le cordon ombilical contient des cellules souches qui peuvent guérir des patients atteints de maladies de sang graves.

Le don de sang de cordon est un geste indolore, solidaire, anonyme et gratuit qui sauve des vies.

Attention !

Venez aux urgences de la maternité 24h/24, quel que soit le terme, en cas de :

- fièvre supérieure à 38°C
- chute, choc, accident
- contractions utérines fréquentes et/ou douloureuses
- perte de sang, perte des eaux
- diminution ou absence de mouvements du bébé
- dépassement du terme

Le congé maternité pour les salariées

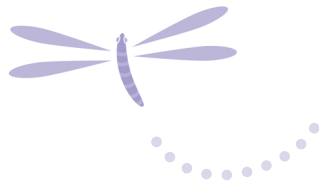
Pour le 1 ^{er} et le 2 ^e enfant :	16 semaines
Pour le 3 ^e enfant :	26 semaines
Pour des jumeaux :	34 semaines
Pour des triplés :	46 semaines

Pour les pères : 11 jours consécutifs pour 1 enfant (jusqu'à 18 jours pour des naissances multiples) à prendre dans un délai de 4 mois après la naissance.



Votre hygiène de vie pensez à vous reposer

la grossesse



Ce qui vous est recommandé

- prendre une douche tous les jours.
- se brosser les dents et consulter votre dentiste au cours de la grossesse.
- porter des vêtements confortables et des chaussures à talons moyens.
- se reposer, se décontracter.
- marcher, se promener, conserver une activité physique sauf avis contraire.
- consulter régulièrement votre médecin ou votre sage-femme.
- consulter votre médecin ou votre sage-femme avant un voyage.
- avoir une alimentation équilibrée.

Ce que vous devez éviter

- soulever des charges trop lourdes.
- faire des exercices violents ou dangereux.
- faire des longs trajets en voiture.

Ce qui ne vous est pas permis

- prendre des médicaments sans l'avis de votre médecin ou de votre sage-femme.
- consommer des drogues.
- fumer.

Votre alimentation mangez varié et équilibré

11

Tout au long de votre grossesse, une alimentation appropriée vous permet de couvrir vos besoins nutritionnels mais aussi ceux de votre bébé.

Prendre du poids est normal et nécessaire. La prise de poids moyenne est d'environ 12 kg. Cependant elle varie en fonction de votre corpulence.

Quelques conseils

- faire 3 repas par jour (éviter le grignotage)
- hydratez vous (1.5 L d'eau par jour tout en limitant les boissons sucrées, et éviter les boissons alcoolisées).
- avoir une alimentation équilibrée :
 - Légumes et/ou crudités midi et soir
 - Pain et/ou féculents à chaque repas
 - 3 produits laitiers par jour minimum
 - 2 à 3 fruits par jour maximum
- respecter quelques règles d'hygiène :
 - Laver soigneusement les fruits et légumes
 - Bien cuire vos viandes, poissons, œufs
 - Eviter les crustacés, charcuteries, poissons crus
 - Ne pas consommer de produits laitiers à base de lait cru.

**En cas de besoin, votre médecin
ou votre sage femme peut vous orienter
vers nos consultations de diététique.**

la grossesse

12

Bienvenue à l'hôpital Trousseau

La maternité de l'hôpital Armand-Trousseau vous accueille.

Elle constitue, avec les unités

de gynécologie	Pr Jean-Louis Benifla
de diagnostic prénatal	Pr Jean-Marie Jouannic
les services de néonatalogie	Pr Delphine Mitanchez
réanimation néonatale et pédiatrique	Pr Sylvain Renolleau

le pôle de périnatalité.

Ce document a été réalisé pour vous être utile.

Il est essentiellement pratique et destiné à vous renseigner.

L'ensemble des personnels médicaux, médecins et sages-femmes, paramédicaux, hôteliers, administratifs et techniques se tient à votre disposition et s'attachera à rendre votre séjour des plus agréables.

Professeur Bruno Carbonne
Responsable de l'unité d'obstétrique

Professeur Jean-Louis Bénifla
Chef de pôle

Hôpital : 01 44 73 74 75

**Urgences 24h/24h, équipe
de sages-femmes :** 01 44 73 52 53

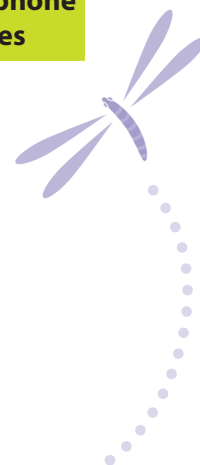
**Bureau des
rendez-vous :** 01 44 73 51 30
01 44 73 51 20

**Bureau des assistantes
sociales :** 01 44 73 52 25
01 44 73 52 26

Accueil maternité : 01 44 73 51 46

Structure PMI : 01 44 68 09 13

**Numéros
de téléphone
utiles**



La maternité

13

Présentation

60 lits d'obstétrique répartis sur 2 bâtiments : Salat-Baroux et Chigot.

bâtiment Salat-Baroux

- **RDC**
consultations d'obstétrique, bureau des rendez-vous, caisse, assistantes sociales, état civil, consultations de gynécologie, échographie, centre de diagnostic prénatal
- **4^e étage**
secteur de suites de couches, unité « mère-enfant »
- **5^e étage**
secteur grossesses pathologiques
- **1^{er} étage**
salles de naissances, urgences gynécologiques et obstétriques, blocs opératoires, salle de réveil

bâtiment Chigot

4^e étage : secteur de suites de couches

Un suivi adapté 24h/24

Une équipe médicale est présente 24h/24 (obstétricien, sage-femme, interne, externe, pédiatre, anesthésiste). Trois équipes paramédicales se succèdent pour assurer la continuité des soins (puéricultrices, infirmiers, aides-soignantes, auxiliaires de puériculture).

Elles vous accueillent et vous entourent. Ces équipes médicales et paramédicales partagent les informations qui vous concernent. Le cadre du secteur se tient à votre disposition, de même que

les assistantes sociales, les personnels spécialisés (psychologues, diététiciennes, kinésithérapeutes), les personnels administratifs et techniques.

Vous et votre bébé serez quotidiennement suivis par l'équipe médicale et paramédicale. Vous pourrez effectuer vous-même la toilette et les soins de votre bébé, guidée les premiers jours par les professionnels.

la grossesse





Ministère de la Santé
et des Solidarités

Usagers, vos droits

Charte de la personne hospitalisée

Principes généraux

circulaire n° DHOS/E1/DGS/SD1B/SD1C/SD4A/2006/90 du 2 mars 2006 relative aux droits des personnes hospitalisées et comportant une charte de la personne hospitalisée

- 

Toute personne est libre de choisir l'établissement de santé qui la prendra en charge, dans la limite des possibilités de chaque établissement. Le service public hospitalier est **accessible à tous**, en particulier aux personnes démunies et, en cas d'urgence, aux personnes sans couverture sociale. Il est adapté aux personnes handicapées.
- 

Les établissements de santé garantissent la **qualité de l'accueil, des traitements et des soins**. Ils sont attentifs au soulagement de la douleur et mettent tout en œuvre pour assurer à chacun une vie digne, avec une attention particulière à la fin de vie.
- 

L'**information** donnée au patient doit être **accessible et loyale**. La personne hospitalisée participe aux choix thérapeutiques qui la concernent. Elle peut se faire assister par une personne de confiance qu'elle choisit librement.
- 

Un acte médical ne peut être pratiqué qu'avec le **consentement libre et éclairé du patient**. Celui-ci a le droit de refuser tout traitement. Toute personne majeure peut exprimer ses souhaits quant à sa fin de vie dans des directives anticipées.
- 

Un **consentement spécifique** est prévu, notamment, pour les personnes participant à une recherche biomédicale, pour le don et l'utilisation des éléments et produits du corps humain et pour les actes de dépistage.
- 

Une personne à qui il est proposé de participer à une **recherche biomédicale** est informée, notamment, sur les bénéfices attendus et les risques prévisibles. **Son accord est donné par écrit**. Son refus n'aura pas de conséquence sur la qualité des soins qu'elle recevra.
- 

La personne hospitalisée peut, sauf exceptions prévues par la loi, **quitter à tout moment l'établissement** après avoir été informée des risques éventuels auxquels elle s'expose.
- 

La personne hospitalisée est traitée avec égards. Ses croyances sont respectées. Son intimité est préservée ainsi que sa tranquillité.
- 

Le respect de la vie privée est garanti à toute personne ainsi que la **confidentialité des informations** personnelles, administratives, médicales et sociales qui la concernent.
- 

La personne hospitalisée (ou ses représentants légaux) bénéficie d'un **accès direct aux informations de santé la concernant**. Sous certaines conditions, ses ayants droit en cas de décès bénéficient de ce même droit.
- 

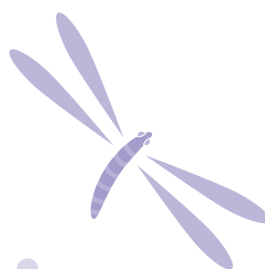
La personne hospitalisée peut exprimer des observations sur les soins et sur l'accueil qu'elle a reçus. Dans chaque établissement, une commission des relations avec les usagers et de la qualité de la prise en charge veille, notamment, au respect des droits des usagers. Toute personne dispose du **droit d'être entendue** par un responsable de l'établissement pour exprimer ses griefs et de demander réparation des préjudices qu'elle estimerait avoir subis, dans le cadre d'une procédure de règlement amiable des litiges et/ou devant les tribunaux.

* Le document intégral de la charte de la personne hospitalisée est accessible sur le site Internet : **www.sante.gouv.fr**

Il peut être également obtenu gratuitement, sans délai, sur simple demande, auprès du service chargé de l'accueil de l'établissement.

Éditions Bécam 08642 - Direction de l'hospitalisation et de l'organisation des soins - Direction générale de la santé - Avril 2006

L'accouchement



16

Vous allez accoucher quelques informations pratiques

l'accouchement

Quand venir ?

- si vous avez des contractions utérines douloureuses toutes les 5 mn (pour un premier enfant) ou toutes les 10 mn (pour un deuxième enfant) depuis une heure.
- si vous perdez les eaux.
- si vous saignez.
- si vous avez de la fièvre.



Qu'emporter pour constituer votre dossier d'admission ?

Votre pré-admission sera réalisée entre le 5^e et le 6^e mois de grossesse. Vous devez vous présenter au guichet des admissions de la maternité avec

- votre fiche de convocation (bulletin de pré-admission)
- une pièce d'identité ou votre carte de séjour
- votre livret de famille, ou une reconnaissance anticipée
- votre carte Vitale avec votre attestation de 100 % maternité
- votre carte de mutuelle

Nous vous recommandons de n'emporter avec vous que le strict minimum (ni bijoux, ni cartes de crédit, ni chèquiers, ni téléphone portable, ni ordinateur) car l'établissement n'est pas responsable des éventuels pertes ou vols.

Vous pouvez déposer votre argent, vos valeurs et objets précieux auprès du régisseur

du lundi au vendredi de 9h à 16h.

☎ 01 44 73 68 00.

Précautions à prendre avant l'accouchement

- rester à jeun (en cas d'anesthésie).
- prendre une douche.
- éviter de porter bijoux et vernis à ongles.

A titre indicatif ce qu'il vous est recommandé d'apporter

17

renseignez-vous de façon plus précise

En salle de naissance, dans un sac, pour vous

- un tee-shirt long
- un oreiller pour votre confort
- un brumisateur d'eau minérale
- un slip filet jetable (supermarché)

Pour votre bébé

- une chemise ou un body
- une brassière de laine
- une paire de chaussons ou de chaussettes
- un pyjama
- un surpyjama
- un bonnet

Pour votre séjour, dans une valise

- un drap de bain ou peignoir
- une trousse de toilette
- des garnitures périodiques
- des soutiens-gorge d'allaitement (1 taille au-dessus de votre taille en fin de grossesse)
- des vêtements adaptés pour votre séjour dont une robe de chambre ou une tenue décontractée, mais correcte, pour circuler hors de votre chambre
- votre livret de famille (original)

Pour le séjour et la sortie de votre enfant

- des petites chemises ou bodys
- des brassières de laine ou de coton
- des paires de chaussons ou de chaussettes
- des surpyjamas
- des pyjamas
- des serviettes éponge pour le bain, des gants de toilette
- des bavoirs
- une brosse souple
- un vêtement chaud pour la sortie
- un siège auto enfant homologué « dos à la route »

l'accouchement



Votre accouchement,

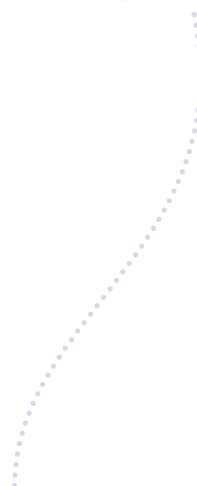
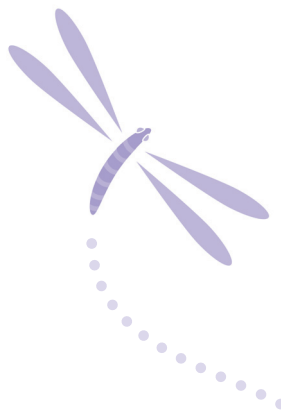
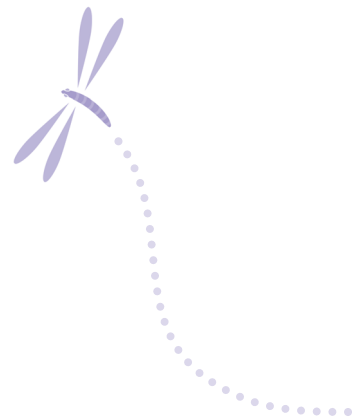
l'accouchement

*Lorsque vous viendrez
pour accoucher ...*

Pré sentez-vous aux urgences de la maternité. En salle de naissance, nous vous proposons d'apporter vos effets personnels, les vêtements du bébé et de la musique. Le père, ou tout autre personne proche de votre choix (une seule), peut assister à la naissance, après accord de la sage-femme, sous réserve de ne pas perturber l'activité de la salle de naissance.

*Vos démarches
de sortie*

L'équipe de suites de couche facilitera vos formalités de sortie. Merci de bien vouloir libérer votre chambre avant 10h.



un accueil 24h/24

19

*Une équipe entière est là
pour vous entourer et vous aider*

Les sages-femmes

- après examen obstétrical, elles vous installent soit dans une chambre soit directement en salle de naissance.
- surveillent et dirigent l'évolution de l'accouchement ; pour cela, elles utilisent des monitorings, pratiquent des examens cliniques, prescrivent éventuellement des médicaments.
- dépistent toute particularité nécessitant l'avis ou l'intervention du médecin.
- proposent l'installation de l'analgésie péridurale.
- pratiquent l'accouchement, quand il se présente normalement.
- effectuent le premier examen de votre bébé.

L'anesthésiste

effectue l'analgésie péridurale ou l'anesthésie en cas de césarienne.

L'obstétricien

intervient en cas de césarienne ou de forceps.

Les infirmières

dispensent les soins.

Le pédiatre

prend en charge le bébé.

L'unité kangourou

Il se peut que votre enfant ait besoin transitoirement d'une surveillance particulière. Afin qu'il ne soit pas séparé de vous, il est hospitalisé dans une structure originale, l'unité de surveillance des nouveau-nés dite « unité kangourou ».

Tous les soins pourront être réalisés dans votre chambre par une puéricultrice

en étroite collaboration avec vous, si vous le souhaitez.

Après l'accouchement, avant de regagner votre chambre, vous resterez environ deux heures en salle de naissance avec votre bébé, sous la surveillance de l'équipe médicale et para-médicale de la salle de naissance.

l'accouchement

Votre séjour à la maternité

Votre surveillance médicale

Elle est placée sous la responsabilité du médecin et de la sage-femme, aidés de l'ensemble de l'équipe soignante qui

- vous informent sur les suites de couches.
- vous examinent et surveillent votre état de santé général et celui de votre bébé.
- vous guident dans le choix d'un allaitement.
- vous conseillent une contraception adaptée.
- vous accompagnent et sont à votre écoute.
- veillent à votre confort et vous guident dans le choix de votre alimentation.

N'oubliez pas qu' « il est interdit de fumer dans les locaux à usage collectif pour l'accueil, les soins et l'hébergement des patients ».

Les soins à votre bébé

- le pédiatre examine le bébé.
- la sage-femme réalise les tests systématiques ainsi que les soins prescrits par le pédiatre ou par elle-même.
- l'auxiliaire de puériculture effectue la toilette de votre enfant avec vous et le père, si vous le souhaitez.

L'allaitement de votre bébé

C'est lors de votre séjour à la maternité, que vous confirmerez votre désir de nourrir votre bébé au sein ou au biberon.

Vous serez accompagnée et guidée par l'équipe ; elle vous aidera à choisir le mode d'allaitement qui vous convient davantage.

Les conseils relatifs à la poursuite de l'allaitement maternel ou à la préparation et l'entretien des biberons vous seront donnés avant la sortie.

Si vous souhaitez être reçu par un médecin, contactez le

Secrétariat responsable Unité Fonctionnelle de Chirurgie Gynécologique et Orthogénie (responsable Pr Benifla) :
Tel : 01 44 73 51 22 Fax : 01 44 73 51 27

Secrétariat responsable Unité Fonctionnelle d'Obstétrique et CNRHP (responsable Pr Carbonne) :
Tel : 01 44 73 53 42 Fax : 01 44 73 63 82

Secrétariat responsable Unité Fonctionnelle de Diagnostic Prénatal et Echographie (responsable Pr Jouannic) :
Tel : 01 44 73 52 28 Fax : 01 44 73 52 22

profitez-en pour vous reposer

21

Les formalités de sortie

La date et l'heure de sortie vous seront confirmées par le pédiatre et la sage-femme.

Les documents qui vous seront remis

- le carnet de santé de votre bébé
- les ordonnances pour lui et pour vous

Le livret de famille et l'acte de naissance vous seront remis à votre sortie ou bien il vous sera demandé de vous présenter à l'hôpital à une date ultérieure.

Pour la Sécurité sociale

- l'extrait d'acte de naissance
- le certificat d'accouchement (si besoin)

Pour les allocations familiales

- l'extrait d'acte de naissance

La déclaration de naissance, obligatoire dans les trois jours suivant la naissance, peut être faite par une personne responsable de l'état civil à l'hôpital, dans la mesure où vous êtes en possession des documents nécessaires. S'il s'agit de votre premier enfant vous pouvez remettre à celle-ci une déclaration de choix du nom de famille que portera votre enfant, établie conjointement avec le père de l'enfant.

Le dossier médical reste à l'hôpital ; un compte-rendu vous est remis ou est adressé au médecin, pédiatre ou gynécologue que vous aurez désigné si vous le souhaitez.

N'oubliez pas de prévoir votre consultation post-natale 6 à 8 semaines après l'accouchement. Prenez rendez-vous avec votre praticien habituel ou à l'hôpital.

Que faut-il payer ?

Les actes réglementaires prescrits du 1^{er} jour de la grossesse au 1^{er} jour du 6^{ème} mois de grossesse sont pris en charge à 100% par la Sécurité sociale.

Si d'autres actes sont réalisés, le ticket modérateur reste à votre charge, ou bien à la charge de votre mutuelle ou de la CMU complémentaire.

Si vous n'avez pas de couverture sociale, vous paierez la totalité des frais médicaux à l'hôpital. En fonction de votre situation, notre service social pour vous

orienter et vous donner toutes les informations sur vos droits et les aides que vous pouvez recevoir.

Lors des consultations privées, certains praticiens peuvent pratiquer des dépassements d'honoraires. Renseignez-vous auprès du service.

Sauf cas particulier, le séjour en chambre individuelle est facturé 45 € par nuitée, cette somme pouvant en tout ou partie être prise en charge par votre organisme de mutuelle.

l'accouchement

Votre séjour à la maternité

Les chambres

Elles sont individuelles avec salle d'eau et équipées pour les nouveau-nés. Les WC sont exclusivement réservés aux patientes ; les toilettes pour les visiteurs se trouvent à l'étage.

Les modalités de prise en charge vous seront communiquées par le service des admissions.

Le téléphone

Toutes les chambres en sont équipées. Si vous désirez une ligne téléphonique, faites-en la demande lors de votre arrivée dans votre chambre.

La télévision

La plupart des chambres en sont équipées. Les modalités de branchement vous seront communiquées par les admissions ou dans le service.

Les repas

Pour vous

Pendant votre séjour, trois repas et un goûter vous seront proposés quotidiennement.

A votre entrée dans l'hôpital, les aides soignants vous informent de l'organisation autour de la restauration au sein du service et recueilleront vos goûts et habitudes alimentaires pour adapter vos menus.

- le petit déjeuner : à partir de 7h30
- le déjeuner : 12h - 13h15
- le dîner : à partir de 19h

L'hôpital vous permet d'avoir un petit déjeuner avec laitage et jus de fruits.

L'introduction de boissons alcoolisées est formellement interdite.

Pour des raisons d'hygiène alimentaire, il est demandé de ne pas introduire de plats cuisinés provenant de l'extérieur.

Une diététicienne est présente en cas de régime particulier.

Pour les accompagnants

Les accompagnants peuvent bénéficier d'un repas en achetant un ticket auprès de la régie de l'hôpital : bâtiment Pallez, porte 30, RdC ouvert du lundi au vendredi de 9h à 16h.

Le déjeuner est consommé au restaurant du personnel.

Pour le dîner, veuillez informer l'aide soignant de l'unité de soins qui effectue la commande du repas souhaité auprès du service de restauration.

de Trousseau

23

Les visites

Elles sont autorisées de 13h30 à 20h (cette limitation ne s'applique pas à votre conjoint).

Elles ne doivent être ni trop longues ni trop nombreuses. Les visites d'enfants de moins de 16 ans ne sont pas autorisées à l'exception du frère ou de la sœur du nouveau-né.

Dans votre intérêt et dans celui de votre bébé, il est souhaitable de limiter le nombre de visiteurs à 4.

Le culte

L'hôpital est un service public hospitalier soumis au principe de laïcité. Chaque usager est libre d'exprimer ses convictions religieuses à conditions de respecter le bon fonctionnement du service, la sécurité des soins, et la tranquillité de ses voisins.

L'aumônerie catholique est au service de tous. Elle répond aux demandes religieuses concernant l'enfant et ses parents. Elle sert de relais pour les demandes concernant les autres religions.

Permanence :

RdC du bâtiment Chigot, Lundi, Mardi, Jeudi, et Vendredi, de 13h30 à 14h30

☎ 7 j/7 : 01 44 73 67 80 (répondeur)

@ : aumonerie.trousseau@trs.aphp.fr

Un oratoire pluriconfessionnel est accessible 24h/24 et 7 j/ 7 au RdC du bâtiment Salat-Baroux.

Les plus

Une cafétéria est à votre disposition au rez-de-jardin du bâtiment Chigot. Des distributeurs de boissons et de collations se trouvent au 1^{er} étage de ce même bâtiment.

Les interprètes

Des interprètes peuvent être sollicités à la demande.

L'équipe est à votre écoute. Elle partage vos réflexions, vos questions spirituelles quelque soit votre religion, votre croyance dans le respect de la confidentialité

Pour contacter :

Le consistoire israélite : 06 09 21 15 04

La Mosquée de Paris : 01 45 35 97 33

Votre départ

Après l'accouchement

- vous resterez hospitalisée à la maternité, environ 2 ou 3 jours après un accouchement normal, et 4 à 5 jours après une césarienne.
- vous pourrez éventuellement bénéficier d'un suivi à domicile après votre accouchement ou votre césarienne si votre état de santé et celui du bébé le permettent. Dans ce cas, une sage-femme passera chez vous, sur demande de l'équipe.

l'accouchement

L'espace parentèle

L'espace parentèle, localisé au niveau des consultations de la maternité, est consacré à l'enfant et sa famille. C'est un lieu d'accueil et d'écoute pour les futurs ou jeunes parents de la maternité qui en éprouvent le besoin.

Il y est proposé des ateliers, des réunions, des groupes d'échanges entre parents ainsi que des rencontres pluridisciplinaires entre professionnels de santé.

Vous pouvez y assister pendant votre grossesse, votre séjour ou après votre sortie.

Renseignements

☎ 01 44 73 52 23 • mail : www.espace.parentele@trs.aphp.fr

Les associations

Plusieurs associations ont passé une convention avec l'hôpital, dont :

Les Blouses Roses alhparis@wanadoo.fr

11 rue Bellanger
92300 Levallois Perret

01 47 56 90 18

Les amis de Trousseau

26 avenue du Dr Arnold Netter
75012 Paris - Mme Faucheux

01 43 45 44 39

Main Dans la Main et Solidaires - M.D.M.S

Siège : Hôpital Necker
Enfants-Malades

149 rue de Sèvres - 75015 Paris

01 44 49 47 22

Visite des Malades en Etablissements Hospitaliers (V.M.E.H)

8 bis avenue René Coty - 75014 Paris

joelle.dufrenne@free.fr

06 64 00 67 53

**Adressez-vous au cadre du service
pour connaître la liste exhaustive
des associations ou bien pour avoir
la visite d'un bénévole.**

Votre maternité dans l'hôpital, dans le quartier

25

• Métro

Ligne 6 : Stations Bel-Air ou Picpus

Ligne 8 : Station Michel-Bizot

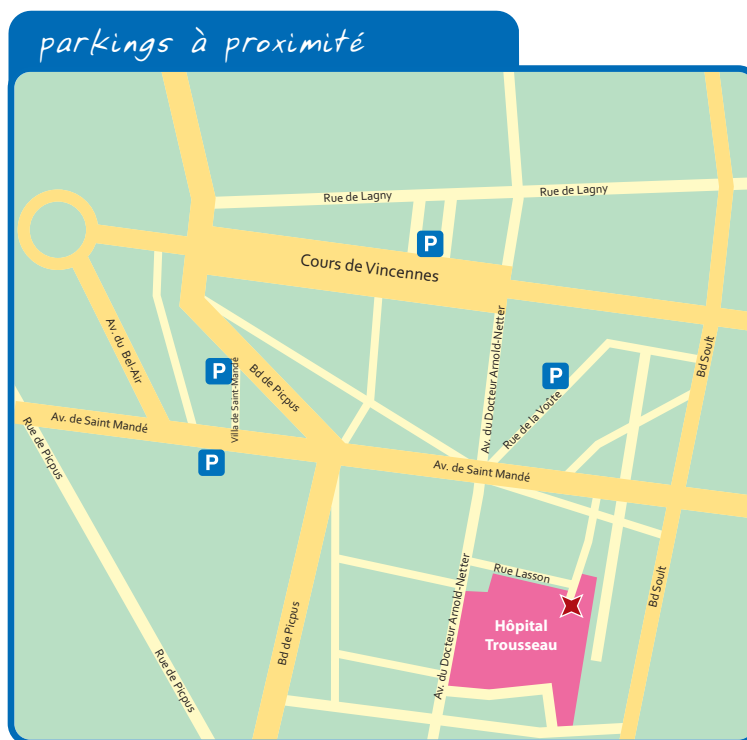
• Bus

64 : Arrêt Hôpital Trousseau

29 : Arrêt Arnold-Netter

• En voiture

Il n'est pas possible de se garer dans l'hôpital. Toutefois, un dépose minute est prévu pour les urgences de la maternité. L'accès se fait par la rue Lasson. Des parkings à proximité sont également à votre disposition et indiqués sur le plan ci dessous.



l'accouchement

Plan de l'hôpital



Hôpital sans tabac
Interdiction de fumer



Hôpitaux
Universitaires
Est Parisien

**TROUSSEAU
LA ROCHE-GUYON**

26 avenue du Docteur Arnold Netter
75571 Paris Cedex 12
Tél. 01 44 73 74 75



Moyens d'accès

Métro

- 1 Porte de Vincennes
- 6 Picpus, Bel-Air
- 8 Daumesnil, Michel Bizot

Bus

- 56 29 Docteur Netter
- 64 Hôpital Trousseau
- 26 Cours de Vincennes

Tramway

- 3 Montempoivre, A-David Néel

Stationnement

En l'absence de parking pour vous recevoir, nous vous remercions de garer votre véhicule à l'extérieur de l'hôpital.

Les visites aux patients

sont autorisées tous les jours de 13h à 20h

Hôpital sans tabac

Nous vous rappelons qu'il est interdit de fumer dans l'enceinte de l'hôpital.

(Loi Evin N° 91-32 du 10 janvier 1991 relative à la lutte contre le tabagisme et l'alcoolisme).

Votre rendez-vous

Secteur

Bâtiment

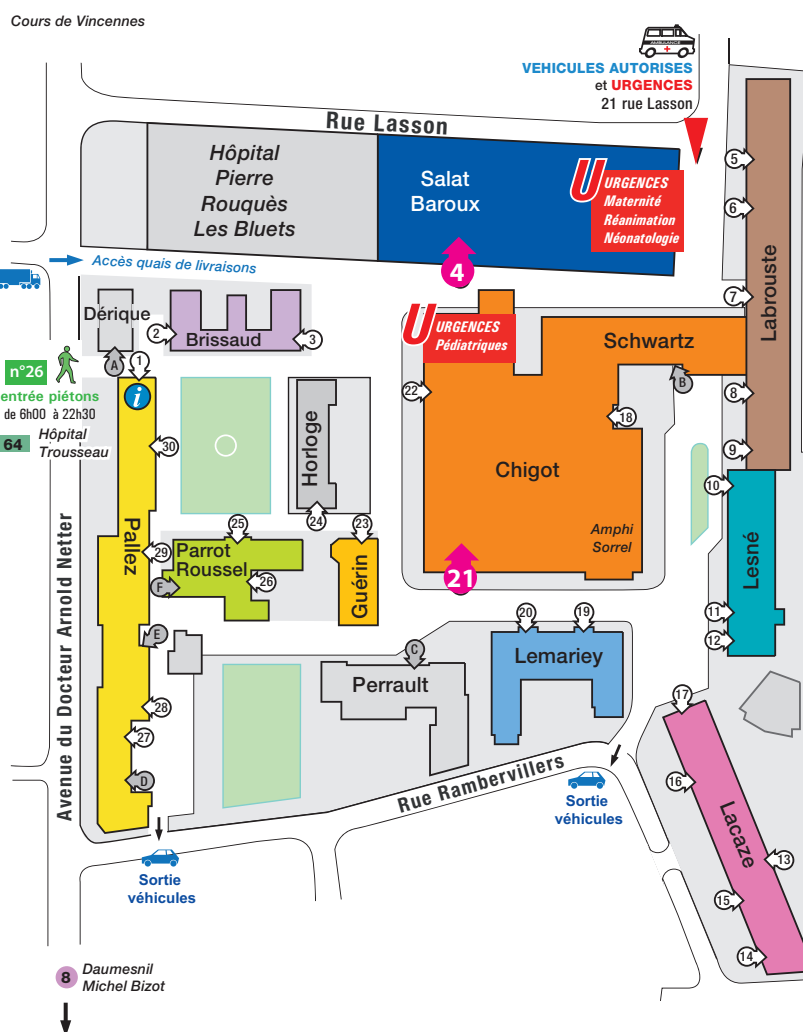
Service

Porte

Etage

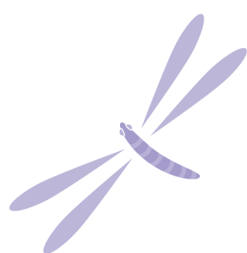
Chambre

Cours de Vincennes



ASSISTANCE  HÔPITAUX DE PARIS

Le retour à la maison



L'allaitement de votre bébé

le retour à la maison

Avec les conseils de l'équipe, vous nourrirez votre bébé

soit au sein

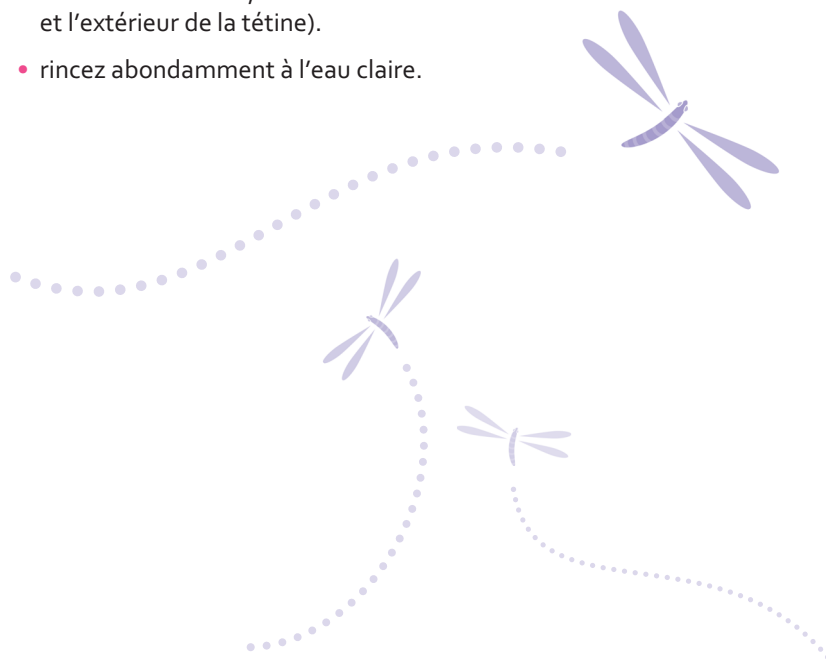
Assurez-vous que votre enfant prenne bien toute l'aréole (si vous avez une impression de morsure ou de picotement, c'est que le sein n'est pas bien pris).

soit au biberon, après chaque tétée

- lavez la tétine et le biberon à l'eau chaude savonneuse avec un écouvillon spécial (insistez bien sur la rainure du fond du biberon, l'intérieur et l'extérieur de la tétine).
- rincez abondamment à l'eau claire.

Pendant les deux premiers mois, sauf prescription médicale particulière

- prévoyez 5 à 8 tétées ou biberons par 24 heures.
- pensez à faire boire davantage votre bébé lorsqu'il fait chaud.



au sein ou au biberon, respectez son rythme

29

La préparation du biberon

Les précautions à prendre

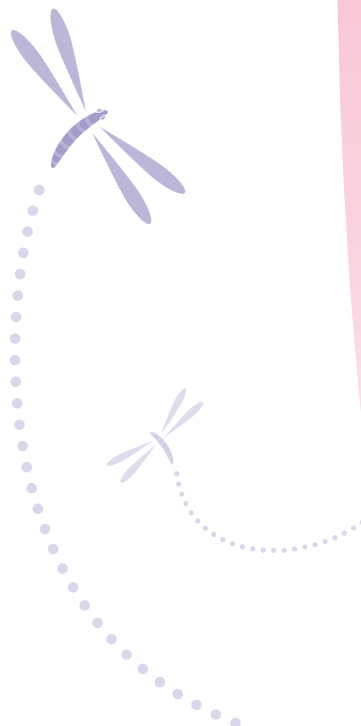
- lavez-vous soigneusement les mains au savon.
- ne posez jamais la mesurette de lait ailleurs que dans la boîte.
- tenez la tétine par le support plastique et posez-la sur une assiette propre avec son capuchon pendant la durée de la préparation.
- refermez la boîte de lait après usage et gardez-la dans un endroit sec.
- ne conservez pas la boîte ouverte plus d'un mois.

La prise du biberon

- le lait est donné à température ambiante.
- ne forcez jamais votre enfant à terminer son biberon.
- à la fin du biberon ou parfois au cours de la tétée, n'oubliez pas que votre enfant a besoin de faire un rot.
- jetez la fin du biberon s'il n'a pas été entièrement bu.

La préparation

- versez l'eau minérale naturelle dans le biberon selon la quantité souhaitée.
- versez la poudre de lait dans le biberon : 1 mesure arasée de lait pour 30 ml d'eau minérale.
- mélangez le liquide en roulant le biberon entre vos mains.



le retour à la maison

L'hygiène de votre bébé des précautions simples

le retour à la maison

Le sommeil du bébé

- Couchez-le uniquement sur le dos dans un lit rigide à barreaux.
- Choisissez un matelas ferme, adapté aux dimensions du lit.
- Ni oreiller, ni couette mais un surpyjama ou une « turbulette ».
- la température de la chambre doit être comprise entre 18 et 20°C.

Ne vous endormez pas dans votre lit avec votre bébé.

Les soins du cordon

Le cordon n'est pas tombé : nettoyez le avec un antiseptique prescrit à la sortie de la maternité.

Le cordon est tombé à chaque change, poursuivez les soins jusqu'à cicatrisation.

Avant de passer ce moment privilégié avec votre bébé, décrochez votre téléphone ou branchez votre répondeur.

Un bain tous les jours

- vérifiez que la température de la pièce soit environ à 20°C.
- **préparez**
 - une cuvette de dimension suffisante ou une petite baignoire réservée à cet usage
 - un thermomètre de bain pour contrôler la température de l'eau (37°C)
 - un savon pour bébé
 - une serviette à changer tous les jours
- lavez-vous les mains puis savonnez votre bébé à la main en commençant par la tête jusqu'aux orteils et terminez par le siège.
- trempez-le progressivement en soutenant sa nuque et ses cuisses.
- séchez-le soigneusement, en particulier dans les plis.

En aucun cas vous ne devez lâcher votre enfant, ni même le quitter des yeux, qu'il soit dans son bain ou sur la table à langer.

La toilette

- coiffez votre enfant avec une brosse souple
- coupez-lui les ongles avec une paire de ciseaux à bouts ronds spéciaux pour nouveau-né
- nettoyez-lui le nez avec du sérum physiologique et le pavillon des oreilles avec du coton. N'utilisez pas de coton-tiges

La surveillance médicale de votre enfant

31

Le dépistage néo-natal

Un pédiatre a examiné votre enfant au cours de l'hospitalisation. Au 3^e jour un prélèvement a été effectué. Il permet le dépistage de maladies. Une brochure explicative vous a été remise. Votre signature est obligatoire. Si vous n'avez pas de nouvelles des résultats de ce dépistage cela signifie que votre enfant n'est pas atteint.

Nous vous recommandons de faire examiner votre bébé 8 à 10 jours après votre sortie de la maternité par votre pédiatre, votre médecin traitant ou dans un centre de Protection Maternelle et Infantile.

L'AP-HP regroupe

2 hôpitaux pédiatriques

- **Armand-Trousseau (Paris 12^e)**
☎ 01 44 73 74 75
- **Robert-Debré (Paris 19^e)**
☎ 01 40 03 20 00

et 2 hôpitaux à fort pôle pédiatrique

- **Necker - Enfants Malades (Paris 15^e)**
☎ 01 44 49 40 00
- **Bicêtre (Le Kremlin-Bicêtre - 94)**
☎ 01 45 21 21 21

On trouve également des spécialités pédiatriques dans d'autres hôpitaux de l'AP-HP. Tous les sites d'urgence sont en mesure d'accueillir les enfants. Toutefois, à Paris, il vaut mieux s'adresser directement aux hôpitaux Trousseau, Robert-Debré, Necker - Enfants malades et en périphérie Antoine-Béclère, Bicêtre, Jean-Verdier, Louis-Mourier.

www.aphp.fr

Les vaccinations

**Soyez vigilante, ne les oubliez pas !
Consultez le carnet de santé
de votre enfant.**

Un conseil : consultez régulièrement votre médecin ou pédiatre et parlez-lui de votre bébé.

Il faut consulter un médecin lorsque votre bébé a

- des vomissements
- une diarrhée, des selles blanches
- de la fièvre (37,8°C ou plus) : dans ce cas, vous devez découvrir votre enfant, lui donner à boire régulièrement, lui donner un bain tiède.

le retour à la maison

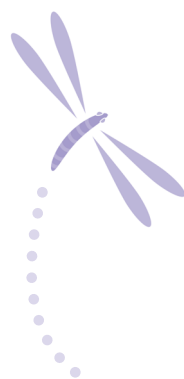
Après l'accouchement prenez soin de vous

le retour à la maison

- Faites-vous aider pendant les deux premières semaines, si possible.
- Privilégiez une douche plutôt qu'un bain.
- Reposez-vous en profitant des temps de sommeil de votre nouveau-né.
- Vous pourrez reprendre une activité sexuelle dès que vous vous en sentirez l'envie.
- Evitez de fumer.

Retrouvez progressivement votre équilibre

- Reprenez une alimentation équilibrée. Si besoin, vous pouvez prendre rendez-vous avec la nutritionniste ou la diététicienne.
- Si vous allaitez, vos besoins en eau sont importants : buvez au minimum deux litres de boissons par jour (eau, lait). Supprimez les boissons alcoolisées, évitez le jus d'orange et l'excès de boissons excitantes (thé, café). Ne prenez aucun médicament sans avis médical.
- Surtout, n'oubliez pas la consultation post natale, (6 semaines après l'accouchement), elle peut avoir lieu à l'hôpital ou chez un médecin de votre choix, vous pourrez y évoquer votre état sur le plan physique et ou psychique.
- Si la question n'a pas été abordée à la maternité, discuter de la méthode contraceptive la plus adaptée.
- Vous pouvez bénéficier de séances de rééducation périnéale qui vous seront prescrites à l'issue de cette consultation ou à votre sortie de maternité. Il est recommandé de les suivre.
- Attendez l'avis de votre médecin, lors de la consultation post-natale pour reprendre votre activité sportive.



Si vous êtes fatiguée n'hésitez pas à en parler

33

Vous avez vécu un extraordinaire bouleversement dans votre corps et dans votre psychisme ; vos équilibres hormonaux et psychologiques se sont profondément modifiés.

De retour chez vous, vous êtes fatiguée et préoccupée par vos nouvelles responsabilités. C'est pourquoi il se peut que votre humeur soit passagèrement altérée par une forme de déprime ressentie par beaucoup de femmes qui viennent d'accoucher.

Cependant, si vous avez l'impression d'être débordée, épuisée et de ne pas pouvoir vous en sortir seule, nous vous conseillons de prendre rendez-vous avec les psychologues du service qui seront à votre écoute.

En parlant à votre bébé, en s'occupant de lui avec affection, vous tisserez les liens qui vous permettront de savoir d'instinct ce dont il a besoin.



le retour à la maison

Mieux connaître...

le retour à la maison

Vos libertés reposent sur la connaissance de vos droits

Elles s'exercent dans le respect des autres et dans la considération des équipes médicales et soignantes qui vous prennent en charge.

Libre choix du praticien

Notre hôpital et ses équipes soignantes tiennent compte, dans la mesure du possible, des souhaits exprimés par les patients d'être pris en charge par un médecin de leur choix.

Le choix du nom de famille

Vous pouvez choisir, par une déclaration conjointe avec le père de l'enfant, le nom de famille pour votre premier enfant. Ce nom sera automatiquement attribué aux autres enfants communs à votre couple.

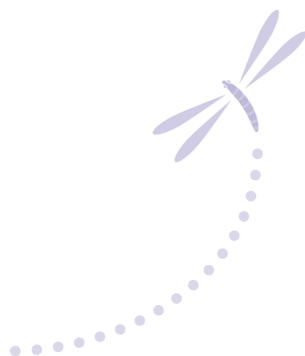
La douleur n'est plus une fatalité

On peut la prévenir et la traiter. N'hésitez pas à en parler à l'équipe soignante qui mettra en œuvre les moyens disponibles pour la soulager, même si elle ne peut garantir l'absence totale de douleur. Plus vous lui donnerez d'informations sur votre douleur, mieux elle vous aidera.

Ne craignez pas de nous interroger. Nous sommes là pour vous écouter et vous aider.

Ce nom peut être

- votre nom de naissance (nom de jeune fille)
- le nom du père de l'enfant
- le double nom (nom du père + nom de la mère ou nom de la mère + nom du père)
- Pour les personnes de nationalité étrangère, un certificat de coutume peut être nécessaire.



...vos droits

35

La communication de votre dossier médical

Vous devez en faire la demande par écrit auprès du directeur de l'hôpital. Veuillez joindre à votre courrier un justificatif d'identité.

La copie des informations communicables relatives à votre santé vous sera transmise ou adressée au médecin de votre choix ou au mandataire que vous aurez expressément désigné. Les frais

de copie et d'envoi sont facturables.

Les dossiers sont conservés durant vingt ans par l'hôpital, et au minimum jusqu'aux 28 ans du patient et est protégé par des règles de confidentialité.

Pour en savoir plus, demandez la brochure « **Comment obtenir des documents médicaux ?** ».

La personne de confiance

Pendant votre séjour, vous pouvez désigner une personne de votre entourage en qui vous avez toute confiance, pour vous accompagner tout au long des soins et des décisions à prendre. Cette personne, que l'hôpital considérera comme votre « personne de confiance », pourra, si vous en faites la demande, assister aux entretiens médicaux et vous aider à formuler vos souhaits. Si votre état de santé ne vous permettait pas pen-

dant une période de votre hospitalisation de faire connaître aux personnes qui vous soignent votre avis ou les décisions que vous souhaitez prendre pour vos soins, votre personne de confiance sera consultée par l'équipe hospitalière et pourra lui donner des indications sur votre façon de voir les choses.

Demandez la brochure « **Vous souhaitez être assisté d'une personne de confiance** ».

La recherche biomédicale

Pendant votre séjour, un médecin peut vous proposer de participer à une recherche biomédicale sur un médicament ou un matériel, ceci pour développer les connaissances

médicales et scientifiques. Il faut que vous l'acceptiez par écrit ; vous pouvez bien sûr y mettre fin à tout moment. A l'issue de la recherche, vous serez informée de ses résultats.

Faire un don d'organes

Donner un organe ou un tissu est un geste généreux qui peut sauver des vies. En France, le don est anonyme (sauf rares exceptions) et gratuit. Lorsqu'une personne décède, la loi autorise à prélever ses organes, sauf si elle-même avait exprimé son opposition. Les proches sont consultés par l'équipe médicale. Pour les mineurs, l'autorisation des parents ou des tuteurs légaux est indispensable au don.

le retour à la maison

La confidentialité et la protection

Toutes les données administratives et médicales traitées par informatique sont confidentielles et protégées par la loi. Celles qui sont relatives à votre séjour peuvent être anonymes si vous en faites une demande écrite et explicative à votre sortie au directeur de l'hôpital. Vous avez un droit d'accès et de rectification des informations nominatives qui vous concernent.

La sécurité sanitaire

Les pratiques médicales connaissent des progrès considérables mais aucune n'est sans risque. L'équipe médicale et soignante doit vous informer des avantages et inconvénients liés aux examens et aux traitements médicaux et chirurgicaux proposés. La vigilance sanitaire a pour rôle de surveiller les incidents et éventuels effets indésirables liés à l'ensemble des soins hospitaliers, pour votre sécurité et celle de votre enfant.

Une Commission des relations avec les usagers et de la qualité de la prise en charge

La Commission des relations avec les usagers et de la qualité de la prise en charge (CRUQPC) a pour mission d'améliorer l'accueil et la qualité de la prise en charge des patients à l'hôpital. Elle traite également des plaintes et des réclamations.

Elle est composée au minimum du directeur de l'hôpital ou de son représentant, des deux médiateurs, des deux représentants des usagers.

La liste des membres est affichée à la maternité.

Votre avis

N'oubliez pas le questionnaire remis à votre sortie.

Il peut être anonyme.

Merci de le remplir et de le remettre aux cadres du service de soins ou aux hôtesse ou au moment du règlement de votre séjour. Il sera transmis au

directeur de l'hôpital, il permet de nous aider à nous améliorer.

Par ailleurs, vous serez peut-être tiré au sort, après votre sortie d'hospitalisation, pour répondre à une enquête anonyme qui nous permet de mesurer la satisfaction globale de votre séjour.

Vous avez la parole

37

Des mesures sont mises en place pour faciliter participation, dialogue et communication.

Des représentants des usagers et des familles

Ils sont à votre disposition dans chaque hôpital pour vous aider, vous orienter et pour vous représenter dans les différents lieux de décision : conseil d'administration (instance centrale : trois représentants) ou commission de surveillance (dans chaque hôpital : deux représentants), dans les comités de lutte contre les infections nosocomiales (CLIN). Dans certains des hôpitaux de long séjour un représentant des familles participe également à ces instances.

Mail : gaby.germain@orange.fr
Téléphone : 06 81 36 13 93

Acteur de votre santé, vous avez également la possibilité de nous aider à nous améliorer en nous faisant part de vos propositions et de vos observations.

Pour cela, plusieurs possibilités vous sont ouvertes à l'hôpital

- un chargé de relations avec les usagers
- une Commission des relations avec les usagers et de la qualité de la prise en charge (CRUQPC)
- des médiateurs médicaux et non médicaux

Une chargée des relations avec les usagers

Elle est à votre disposition dans votre hôpital pour vous écouter. Vous pouvez demander à le rencontrer pour toutes questions liées à votre séjour (accueil, frais de séjour, organisation, hôtellerie...) ou si vous souhaitez formuler des observations ou une

réclamation. Elle fait le lien avec la Commission des relations avec les usagers et de la qualité de la prise en charge (CRUQPC).

Mail : virginie.dechatellus@trs.aphp.fr
Téléphone : 01 44 73 73 25

Des médiateurs médicaux et non médicaux

Il peut être fait appel à eux pour vous apporter des explications et des éclaircissements sur des situations d'ordre médical ou non médical (accueil, frais de séjour...).

Vous pouvez aussi vous faire aider par toute personne appartenant à l'hôpital.

Pour votre information et toute question complémentaire, le département des droits du patient et des associations est à votre disposition au siège de l'AP-HP

- **Droits du patient :** 01 40 27 32 45
droits.patient@sap.aphp.fr
- **Représentation des usagers et des associations :** 01 40 27 34 18
delegation.association@sap.aphp.fr

le retour à la maison

[illegible]