

PARLONS VÉCU D'ACCOUCHEMENT

L'accouchement est un moment unique. C'est une expérience à la fois physique, psychique et émotionnelle intense. Son vécu dépend de multiples facteurs et parfois tout ne se passe pas comme la mère et/ou le père l'avait imaginé.

Afin de répondre à la demande des femmes et des couples qui ressentent le besoin de parler de l'accouchement qu'ils ont vécu, **un entretien individuel est proposé avec une sage-femme et/ou un médecin obstétricien** formés à cette problématique.

Cet entretien offre à la femme ou au couple **la possibilité de poser toutes les questions sur la prise en charge obstétricale et les décisions médicales** qui sont restées mal comprises.

C'est aussi **un espace d'écoute attentive** afin de ne pas laisser en suspens des émotions et des craintes pour le futur.

Un rendez-vous peut être pris à tout moment, juste après la naissance, plusieurs semaines ou mois plus tard, ou encore à l'occasion d'une nouvelle grossesse, même si vous avez accouché dans un autre Centre Hospitalier.

S'auto-évaluer sur son vécu d'accouchement

Retrouvez au verso de ce flyer, un questionnaire d'évaluation.



Un entretien individuel :

- ✓ Accessible à la femme ou au couple
- ✓ Consultation d'une heure
- ✓ Possibilité de voir une sage-femme et/ou un gynécologue selon votre choix
- ✓ Possibilité de rencontrer également la psychologue
- ✓ Consultation gratuite

Si vous n'avez pas accouché à la maternité du site de Saintes, il est nécessaire d'apporter votre dossier médical.

Pour prendre rendez-vous et pour tous renseignements :

Secrétariat de la maternité
☎ 05 46 95 15 06
maternite@gh-saintesangely.fr



QUESTIONNAIRE VÉCU D'ACCOUCHEMENT

Un accouchement n'est jamais anodin, et souvent loin de ce qui était imaginé, voire idéalisé. Mais, il peut parfois, être vécu de façon violente et traumatisante. Dans ces cas-là, des impacts sur l'après-naissance sont possibles. Pour les évaluer, nous vous proposons de remplir ce questionnaire dès que vous le souhaitez.



- 1 Considérez-vous avoir un mauvais vécu de l'accouchement ?
☐ Oui - ☐ Non
- 2 Reste-t-il des incompréhensions sur les circonstances de votre accouchement ?
☐ Oui - ☐ Non
- 3 Gardez-vous un sentiment d'échec ou de culpabilité ?
☐ Oui - ☐ Non
- 4 Faites-vous des cauchemars ou des insomnies en rapport avec l'accouchement ?
☐ Oui - ☐ Non
- 5 Avez-vous, en journée, des pensées envahissantes de votre accouchement ?
☐ Oui - ☐ Non
- 6 Avez-vous une humeur plus fluctuante qu'habituellement (irritabilité, pleurs, angoisse) ?
☐ Oui - ☐ Non
- 7 L'image et l'approche de votre corps sont-ils difficiles ?
☐ Oui - ☐ Non
- 8 L'attachement à votre enfant vous préoccupe-t-il ?
☐ Oui - ☐ Non
- 9 Les relations avec vos proches se sont-elles compliquées ?
☐ Oui - ☐ Non
- 10 Avez-vous le sentiment de vous isoler ?
☐ Oui - ☐ Non

Ce questionnaire est un outil qui peut vous permettre d'être vigilante aux différents signes évoqués. Toute question à laquelle vous avez répondu par "oui" peut justifier d'en parler avec votre sage-femme ou votre médecin. Vous pouvez aussi vous rapprocher de nos consultations individuelles (sage-femme, médecin ou psychologue) et/ou de notre groupe de parole.

Nous vous invitons à refaire ce questionnaire après le premier mois post-accouchement pour vous assurer que vous avez retrouvé l'apaisement escompté.