

*Naissance physiologique
en Salle Nature
au Centre Hospitalier de Redon*



La « Salle Nature » : faire le choix d'un accouchement « comme à la maison »

Depuis mai 2015, votre maternité dispose d'un espace de naissance **dédié à la physiologie**.

Couramment appelée « *Salle Nature* », il s'agit d'une chambre cocooning où l'on peut donner naissance un peu comme à la maison, **sans péridurale**. Elle est équipée d'une grande banquette, d'une baignoire de dilatation, d'une liane de suspension, d'un tabouret d'accouchement ainsi que de tout ce qui est nécessaire aux soins de bébé.

Dans ce lieu **intime et apaisant**, vous êtes **libre de vos mouvements** et de votre position d'accouchement, pour vivre au mieux l'arrivée de bébé. Tout est fait pour que vous restiez à l'écoute de votre corps et de votre ressenti, tout en bénéficiant de la **sécurité médicale** de l'hôpital.



Notre ligne de conduite : respecter et encourager le processus physiologique de la naissance

La mise au monde est un processus physiologique, naturel.

Notre rôle est de veiller au bon déroulement de ce processus et de réunir les **meilleures conditions possibles** pour que le trio maman / conjoint(e) ou accompagnant(e) / bébé se sente soutenu, entouré et en sécurité.

Quelle médicalisation?

Pour apporter la sécurité nécessaire autour de la naissance de votre enfant, quelques éléments peuvent nous sembler nécessaires, à minima :

- *Une voie veineuse bouchée* : installée avant la naissance, elle permet d'administrer rapidement des médicaments si besoin.
- *Un monitoring* : cet appareil nous permet d'évaluer le **bien-être du bébé**. Il est utilisé de façon **discontinue** au cours du travail, quelle que soit la position ou la mobilisation de la future maman grâce à des capteurs sans fils et immersibles.
- *Une délivrance dirigée* : recommandée au niveau national, l'injection d'ocytocine (l'hormone qui stimule les contractions de l'utérus) à la sortie du bébé permet de limiter les saignements de la maman.

Dans le cas d'un travail physiologique, vous pouvez discuter de ce point avec l'équipe.

Quelles limites?

Pour que la naissance puisse avoir lieu dans la salle nature :

- vous ne devez pas présenter d'**antécédent médical** susceptible d'avoir un impact sur votre accouchement.
- votre grossesse doit être de **déroulement normal**.

Et si la « Salle Nature » n'est pas disponible ou que je ne peux pas y accoucher?

Même si ce lieu est propice à la détente et à la sérénité, il n'est **pas indispensable** pour vivre un accueil naturel et spontané de son bébé.

Comme en « Salle Nature », vous pouvez être mobile, choisir votre position d'accouchement et rester fidèle à votre ressenti dans une salle classique.

C'est l'alchimie d'un moment vécu à l'écoute de votre corps, de votre bébé et en confiance avec l'équipe qui permet une naissance **au plus proche de la physiologie et de votre nature**, quel que soit le lieu.

A chacun son tempo : parce que chaque histoire est différente

Comme une musique, différente à chaque fois, chaque naissance a son rythme, son atmosphère, sa partition propre. Il est important de s'y adapter et de composer avec ce qui est.

Ainsi nous gardons une **grande adaptabilité** en fonction de l'évolution de vos besoins et de ceux de votre bébé au cours du travail.

Il est possible de vous rediriger vers une salle de naissance ordinaire **à tout moment** de votre parcours, si vous souhaitez une **péridurale**, ou si une **raison médicale** impose un suivi plus important de votre accouchement.



Le « Projet de naissance » : mettre des mots sur ses besoins et ses envies

La naissance est une expérience unique, souvent attendue avec un mélange d'appréhension et d'impatience.

Peut-être avez-vous des attentes, des envies, des craintes autour de cet événement. Tout au long de la grossesse, vous pouvez prendre le temps de réfléchir à ce dont vous auriez **vraiment besoin** pour traverser sereinement ce moment.

N'hésitez pas à prendre rendez-vous avec une sage-femme pour **en discuter** (entretien prénatal précoce) et, si nécessaire, à le formuler par **écrit sous la forme d'un « Projet de naissance »**, qui pourra servir d'outil de dialogue avec l'équipe.

Il est important de garder à l'esprit qu'il peut y avoir un décalage entre ce que l'on a imaginé, rêvé... et ce qui arrivera réellement le jour J.

Nous sommes là pour vous accompagner dans un climat de **confiance partagée**.