

LA NAISSANCE DE VOTRE BÉBÉ PAR CÉSARIENNE

➤ PLUS D'INFORMATIONS

Pour plus de renseignements sur la césarienne et la récupération après une césarienne veuillez consulter votre Mieux vivre avec notre enfant www.inspq.qc.ca/mieux-vivre/version-pdf, votre professionnel de la santé ou Info-Santé au 8-1-1.

L'utilisation du terme accompagnateur inclut le conjoint ou la conjointe, un proche ou une accompagnante à la naissance. Néanmoins, dans le cas où l'accompagnateur n'est pas le conjoint ou la conjointe, il se peut que le déroulement soit différent. Veuillez-vous référer à votre professionnel de la santé pour les détails.



Centre intégré
de santé et de services
sociaux de l'Abitibi-
Témiscamingue

Québec



Québec



La césarienne est une opération chirurgicale qui consiste en une incision dans la paroi abdominale pour extraire le ou les bébés à naître de l'utérus de la mère.

➤ PRÉPARATION À LA MAISON

- Soyez à jeun à partir de minuit la veille sauf indications contraires;
- Retirez tous vos bijoux (y compris les piercings) ainsi que les faux ongles;
- Attachez vos cheveux avec un élastique sans métal;
- Évitez d'appliquer de la crème ou de l'huile sur votre ventre;
- Ne rasez pas votre ventre ou votre pubis à la maison. La pilosité sera vérifiée par l'infirmière à votre arrivée;
- Présentez-vous à l'endroit demandé lors de la prise du rendez-vous et arrivez à l'heure indiquée. Apportez vos cartes d'hôpital, vos bagages (vêtements, articles de toilette, etc.) ainsi que ceux du bébé.

➤ À VOTRE ARRIVÉE À L'HÔPITAL

- Une infirmière vous installera dans une chambre afin de procéder à votre préparation.
- Nous vous demanderons de revêtir une jaquette d'hôpital et d'enlever vos sous-vêtements.
- L'infirmière vérifiera le rythme cardiaque de votre bébé avec un moniteur, puis vous fera une prise de sang et vous installera une voie veineuse.
- Un rasage de la zone opératoire sera fait par l'infirmière, si nécessaire.
- Une voie veineuse avec soluté sera installée afin d'assurer votre hydratation, d'administrer certains médicaments au besoin et de pouvoir intervenir rapidement en cas d'urgence. Elle est généralement installée au même moment de votre prise de sang préparatoire à la chirurgie.
- Une sonde vésicale sera installée afin d'éviter que l'urine s'accumule dans votre vessie pendant l'intervention. Il se peut que celle-ci soit installée seulement lorsque vous serez rendu à la salle du bloc opératoire.
- Lorsque le personnel du bloc opératoire sera prêt, l'infirmière vous accompagnera, vous et votre accompagnateur, jusqu'au bloc opératoire.



➤ DÉROULEMENT DE L'INTERVENTION

- En arrivant au bloc opératoire, le personnel expliquera à votre accompagnateur son rôle et ce qui est attendu de lui. S'il n'est pas déjà vêtu pour la césarienne, le personnel lui fournira les vêtements appropriés et lui indiquera ensuite l'endroit où il devra attendre que le personnel vienne le chercher.
- Pendant ce temps, nous vous amènerons dans une salle du bloc opératoire. Vous serez placée assise sur la table d'opération où l'anesthésiste vous administrera une anesthésie par péridurale ou rachidienne. L'intervention consiste à installer un cathéter dans votre dos, entre les os de la colonne jusqu'à l'espace épidual, afin d'engourdir le bas du corps. Ainsi vous serez éveillée pendant votre césarienne, mais ne ressentirez aucune douleur.
- Vous serez ensuite couchée sur la table et nous procéderons à la désinfection de votre ventre. C'est généralement à ce moment que la sonde vésicale sera installée si elle n'a pas été installée dans votre chambre.
- Nous couvrirons votre ventre de champs stériles et un grand drap sera placé de façon à ce que ni vous ni votre accompagnateur ne puissiez apercevoir la chirurgie.
- À ce moment, un membre du personnel ira chercher votre accompagnateur et il pourra venir vous rejoindre.
- Ce n'est qu'après avoir testé l'efficacité de votre anesthésie que le gynécologue procédera à la première incision. Vous conserverez probablement la sensation du toucher, et une pression (parfois forte) peut aussi être ressentie au moment de la sortie du bébé. Ce sont des sensations normales et parfois désagréables, mais qui ne seront pas douloureuses.
- Lors de la sortie du bébé, l'infirmière amènera votre bébé sur une table chauffante où elle l'asséchera et s'assurera que ses voies respiratoires sont bien

dégagées. Votre accompagnateur pourra venir à la table. Si le bébé se porte bien, il sera amené près de vous. Nous pourrions alors déposer le bébé sur le haut de votre thorax afin que vous puissiez bénéficier, tous les deux, d'un contact peau à peau, rapidement après la naissance.

- Lorsque l'opération sera terminée, vous serez transférée en salle de réveil, nous nous assurerons de la stabilité de vos signes vitaux. Votre accompagnateur et votre bébé vous suivront à cet endroit si le personnel est disponible. Si vous désirez allaiter, une mise au sein pourra être tentée dès ce moment. Dans le cas où votre accompagnateur et le bébé ne peuvent rester avec vous à la salle de réveil, ceux-ci feront du peau à peau à la chambre en attendant votre retour.

➤ APRÈS LA CÉSARIENNE

- Après votre période de récupération en salle de réveil, nous vous amènerons en civière à votre chambre, nous vous aiderons à vous transférer à votre lit.
- L'infirmière vérifiera fréquemment votre état physique.
- Vous vous reposerez au lit pour les premières heures. Généralement, le premier lever est fait 4 à 5 heures après la césarienne. Ne tentez pas de vous lever seule la première fois, une infirmière vous aidera à le faire. Se mobiliser rapidement après l'opération est important :
 - » Cela accélère le rétablissement;
 - » Facilite la guérison;
 - » Améliore la circulation sanguine;
 - » Préviend les complications.
- Le soluté et la sonde seront retirés après le temps requis selon le médecin, généralement dans les 24 premières heures suivant la césarienne.
- La reprise de l'alimentation se fera graduellement après quelques heures selon votre tolérance.
- Comme une césarienne entraîne souvent davantage

de douleurs qu'un accouchement vaginal et que vous serez limitée dans vos mouvements, il est important qu'une personne (conjoint(e) ou autre accompagnateur) demeure avec vous pour vous aider à vous occuper du bébé, et ce, minimalement pour les 24 premières heures.

- Votre pansement sera retiré au 2^e jour environ.
- Les agrafes ou sutures qui ont été installées pour refermer votre plaie seront enlevées avant votre congé de l'hôpital ou après votre congé. Des diachylons de rapprochement seront installés. Si la plaie est belle, vous allez pouvoir les retirer après 7 jours. Si vous avez des points avec du fil résorbable, il n'y a rien à retirer. Au besoin, référez-vous au dépliant sur les agrafes et les points de suture qui vous sera remis à l'hôpital.
- Vous pourriez recevoir des injections sous la peau (héparine) pour vous protéger contre les phlébites, selon l'évaluation médicale.

➤ LA RÉCUPÉRATION APRÈS UNE CÉSARIENNE

- Il est normal de connaître des douleurs parfois importantes après une césarienne. La douleur sera plus aiguë durant les 48 premières heures. Elle sera ressentie sous forme de tiraillements et de brûlures, puis diminuera graduellement. Vous pourrez donc avoir besoin de médicaments pour la soulager. À l'hôpital, il sera important d'aviser votre infirmière de la douleur ressentie, elle pourra vous soulager et le médecin vous laissera une prescription pour le retour à la maison.
- Quelques précautions seront nécessaires pour les premières semaines :
 - » Évitez si possible d'utiliser des escaliers. Allez-y lentement si vous les utilisez;
 - » Privilégiez les douches. Pour le bain et la baignade, discutez-en avec le médecin ou un professionnel avant;

- » Pour quelques semaines, évitez de soulever des objets plus lourds que le poids de votre bébé, soit environ 10 lbs;
- » Reprenez graduellement vos activités selon votre tolérance; la marche est permise dès la sortie de l'hôpital;
- » Pour les activités plus intenses comme le vélo, le jogging, les exercices d'aérobie, l'entraînement avec des poids, reprenez-les progressivement selon votre tolérance en tenant compte des recommandations de votre médecin.
- Les saignements vaginaux peuvent durer environ 3 à 6 semaines et doivent aller en diminuant. Avisez votre médecin si ceux-ci augmentent.
- À moins d'indication contraire, la plaie de votre césarienne ne requiert aucun soin particulier. Lavez cette région simplement avec du savon lorsque vous prendrez votre douche. Portez bien attention à garder la cicatrice au sec. Évitez qu'elle demeure une zone humide, surtout lorsqu'elle se situe dans un pli cutané profond.
- Consultez un médecin s'il y a apparition de certains signaux d'alerte :
 - » Rougeur, chaleur ou enflure de la plaie;
 - » Écoulement au niveau de la plaie;
 - » Augmentation de la douleur;
 - » Décollement des lèvres de la plaie;
 - » Fièvre, malaise généralisé, difficulté respiratoire;
 - » Douleur, rougeur ou enflure au niveau d'une jambe (phlébite);
 - » Pertes vaginales abondantes ou nauséabondes;
 - » Douleur mictionnelle ;
 - » Maux de tête sévère, douleur à l'estomac ou changement de vision.
- Les usagères fumeuses devraient éviter (ou du moins, réduire) la consommation de cigarette, car cela augmente les risques d'infections et de mauvaise cicatrisation.