



Carnet de la mère

Edition 2011



Ce carnet est confidentiel

Il appartient à Madame

Rue N°

Code postal Localité

Téléphone :

En cas de perte, veuillez le renvoyer à l'adresse ci-dessus.

Le suivi de la grossesse a été réalisé par :

Pour accomplir sa mission de protection maternelle et infantile, l'ONE récolte un certain nombre d'informations sur la santé des mères et des enfants. Les données recueillies sont traitées de manière anonyme afin d'établir des statistiques de santé régionales et internationales.

Nous vous prions de bien vouloir collaborer à cette action, en aidant nos travailleurs médico-sociaux à mieux connaître les besoins de santé des mamans et enfants de notre communauté.

Nous vous remercions de bien vouloir répondre aux questions qu'ils seraient amenés à vous poser.

AVANT-PROPOS

Vous êtes enceinte... Une aventure de neuf mois commence !

Neuf mois emplis d'émotions, de questions et de transformations tant physiques que psychologiques.

Attendre un enfant, «quoi de plus naturel» et pourtant cette période est délicate. Il est important de consulter le plus tôt possible des professionnels de la santé qui suivront le déroulement de votre grossesse et la croissance de votre bébé.

Ces visites seront mensuelles pendant la majeure partie de votre grossesse et plus fréquentes pendant le dernier mois.

Le carnet de la mère est un lien entre vous et ceux qui vous accompagneront dans cette fabuleuse aventure. Il vous aidera à connaître les signes auxquels vous devez être attentive et les démarches à entreprendre, mais aussi au jour le jour, à faire connaissance avec votre bébé.

Les conseils que vous découvrirez au fil des pages, les annotations que vous y inscrirez contribueront, nous l'espérons, à faire de ce document le témoin de votre attente.

Ce document est une réalisation de l'ONE Il a été soumis à l'approbation des Professeurs d'Obstétrique des Universités Francophones et du Groupement des Gynécologues et Obstétriciens de Langue Française de Belgique.

COMMENT UTILISER CE CARNET ?

Ce carnet évolue avec votre grossesse.

Pour en faciliter l'utilisation, il est divisé en plusieurs chapitres (couleurs différentes). Vous y trouverez de nombreux conseils qui faciliteront le bon déroulement de votre grossesse et des renseignements sur le développement du bébé pendant ces neuf mois. Un rappel des démarches administratives et une liste d'adresses utiles vous sont également proposés. Enfin, un agenda vous permettra de noter divers renseignements et rendez-vous.

La rubrique médicale est plus particulièrement destinée à votre gynécologue et aux autres professionnels de la santé. Ils pourront y inscrire les résultats des différents examens et analyses réalisés à l'occasion de vos visites. Cette partie est située au milieu du carnet afin d'en faciliter l'utilisation.

Ce carnet vous appartient. Glissez-le dans votre sac. N'hésitez pas à y noter vos réflexions, vos questions, vos impressions.

Quand utiliser ce carnet ?

- lors de chaque consultation prénatale
- lors des différents examens (échographie, ...)
- lors de consultations chez votre médecin traitant
- lors d'un éventuel séjour à l'hôpital
- à la sortie de la maternité
- lors des consultations postnatales
- à votre domicile lors de la visite du TMS (*)
- et tout simplement, quand l'envie vous prend de noter quelque chose d'important pour vous, votre bébé... et son papa !

(*) Le TMS est un Travailleur Médico-Social de l'Office de la Naissance et de l'Enfance. Son rôle, complémentaire à celui du médecin de la consultation de l'ONE, est d'être à votre écoute, de fournir des réponses à vos questions et diverses informations.

TABLE DES MATIÈRES

Adresses utiles	4
------------------------------	---

Neuf mois d'échanges, neuf mois qui changent

De 0 à 3 mois	7
De 3 à 6 mois	17
De 6 à 9 mois	25
Notes des professionnels	31

Autour de la naissance

L'accouchement et la naissance	35
Le séjour à la maternité	41
Premiers jours à la maison	47

6 semaines plus tard

L'aventure continue	51
---------------------------	----

Petit manuel des démarches administratives

Bon à savoir	55
--------------------	----

Au centre du carnet,

**le dossier médical
et les rendez-vous.**