

Qu'attendre de votre consultation post-partum ?



À savoir: une consultation post-partum peut aussi être appelée «contrôle post-partum», «contrôle de six semaines» ou un «contrôle après la naissance». Ces termes signifient la même chose, alors veuillez à prendre rendez-vous. Plus d'une consultation pourrait être nécessaire.

QU'EST-CE QU'UNE CONSULTATION POST-PARTUM ?

Une consultation post-partum est un rendez-vous médical qui a lieu après l'accouchement pour s'assurer que vous guérissez bien. Cette visite est très importante, car elle vous aidera à rester en bonne santé. Lisez la suite pour savoir ce qui se passe lors de ce contrôle !

QUAND DEVRAIS-JE AVOIR CETTE CONSULTATION ?

Vous devriez voir votre professionnel de santé avant que votre bébé ait six semaines. Certains professionnels de santé souhaiteront peut-être vous voir avant pour s'assurer que vous êtes en bonne santé.

EST-IL IMPORTANT QUE J'AILLE À CETTE CONSULTATION ?

Oui ! Avoir un bébé est difficile. Vous ressentirez de nombreux changements physiques et émotionnels après l'accouchement. Votre consultation post-partum vous donnera l'aide dont vous avez besoin pour bien commencer avec votre bébé. Il est important d'aller à votre visite post-partum, même si vous allez bien, parce que les nouvelles mamans courent le risque d'avoir des problèmes de santé graves. Laissez votre équipe médicale vous aider ! Votre équipe se préoccupe de votre santé avant, pendant et après votre grossesse.

COMMENT PRENDRE RENDEZ-VOUS ?

Veuillez à demander à quelqu'un dans votre équipe de soins de programmer votre consultation post-partum avant de partir de l'hôpital, après la naissance de votre bébé. Votre équipe peut vous aider à prendre rendez-vous et à l'ajouter à votre calendrier pour ne pas l'oublier !

TOUTES LES MÈRES DOIVENT-ELLES AVOIR À UNE CONSULTATION POST-PARTUM ?

Oui ! Les consultations post-partum sont importantes pour toutes les mères, même si elles ont déjà eu des enfants. Ces consultations sont particulièrement importantes pour les mères qui ont perdu le bébé en raison de :

- Fausse-couche: lorsqu'un bébé meurt dans l'utérus avant 20 semaines
- Mortinaissance: lorsqu'un bébé meurt dans l'utérus après 20 semaines
- Décès néonatal: lorsqu'un bébé meurt dans les 28 premiers jours de sa vie

QUE SE PASSERA-T-IL LORS DE CETTE CONSULTATION ?

La consultation post-partum est prévue pour VOUS ! Le professionnel de santé est là pour vous aider et non pas pour vous juger. Vous pouvez tout à fait lui parler d'inquiétudes que vous pourriez avoir, afin d'obtenir l'aide dont vous avez besoin. Voici certains des points que votre professionnel de santé pourrait aborder avec vous lors de votre consultation post-partum :

- Si vous guérissez bien après la naissance (examen des seins et gynécologique possible)
- Tests en laboratoire, si nécessaire
- Contrôle de saignement post-partum
- Dépression post-partum et anxiété/sentiments de tristesse ou d'inquiétude
- Vos seins et l'allaitement
- Les relations sexuelles et la contraception
- Votre réseau d'aide à la maison et dans la communauté
- Ressources ou support qui pourraient vous être utiles (visites à domicile, ressources de la communauté, aide à l'allaitement, etc.)
- Suivi en cas de complications lors de la grossesse, comme la tension artérielle, le diabète et l'anémie

QUESTIONS QUE VOUS POURRIEZ SOUHAITER POSER LORS DE VOTRE CONSULTATION :

- Combien de temps dois-je attendre pour avoir des relations sexuelles après avoir accouché ?
- Combien de temps après l'accouchement puis-je de nouveau être enceinte ?
- Je me sens très stressée et anxieuse. Pourriez-vous m'aider ?
- Qui peut m'aider avec l'allaitement ?
- Avez-vous des ressources pour mon partenaire, afin qu'il m'aide à m'occuper du bébé ?
- Quand puis-je recommencer à faire de l'exercice en sécurité ?
- Une personne de mon équipe de soins pourrait-elle venir chez moi pour me voir et le bébé ?
- Les produits pour bébé sont chers ! Y-a-t-il des ressources pour m'aider ?
- Ai-je besoin de vaccins après avoir eu mon bébé ?
- Y-a-t-il des aliments que je devrais manger pour améliorer ma santé ?

**éliminer le racisme
émanciper les femmes**

ywca

Kalamazoo

