

Les Suggestions

Gestion

- Lumières tamisées
- Aromathérapie
- Musique
- Auto-Hypnose
- Bain
- Ballon
- Massage
- Points de pression (Bonapace)
- Sac magique

- L'épidurale :
 - J'aimerais ne pas l'avoir
 - Je suis ouverte
 - Je la veux absolument
 - Je veux que mon infirmière me suggère le bon moment

Accouchement

- Variez les positions (dos, côtés, 4 pattes, accroupie)
- Essayez la poussée expiratoire
- Qu'on compte lors de la poussée
- Toucher ou voir la tête de mon bébé (miroir)
- Appliquez des compresses chaudes sur mon périnée
- Venir chercher mon bébé ou que mon accompagnant termine la sortie
- Je veux découvrir le sexe de mon bébé surprise (précisez)
- Attendre un certain nombre de minutes avant le clampage du cordon
- Garder mon placenta

Césarienne

- Que la sonde urinaire soit installée après l'anesthésie
- Avoir un champs stérile transparent pour voir la naissance de mon bébé
- Que mon accompagnant coupe le cordon
- Si le peau-à-peau n'est pas possible, que mon accompagnant fasse le peau-à-peau et offre au besoin :
 - Mon colostrum
 - De la préparation pour nourrissons
 - Rien et attendre mon retour

Soins bébé

- Alimentation du bébé :
 - Allaitement
 - Tire-allaitement
 - Mixte
 - Offrir uniquement le colostrum
 - Préparation pour nourrissons
- Vitamine K durant le boire ou le peau-à-peau
- Je voudrais que l'on applique ou non l'Érythromycine