# Projet de naissance de XX. Naissance prévue le XX/XX/20

Mesdames et Messieurs de l’équipe médicale,

Je vous remercie pour le travail que vous effectuez au quotidien, dont la difficulté est augmentée en ces temps ci par les circonstances exceptionnelles liées au Coronavirus.

Mon souhait le plus cher en rapport avec cette naissance est de pouvoir donner la vie de la manière la plus physiologique, et avec le moins de médicalisation possible. Si toutefois, mon bébé ou moi-même étions en danger, je comprendrais que certains points de ce projet de naissance soient caducs.

J’ai essayé de formuler mes souhaits en accord avec les pratiques du service qui ont pu être portées à ma connaissance, et également des dernières recommandations de la HAS.

La place du père, j’aimerais :

* Qu’il soit présent pendant le travail et l’accouchement.
* Que sa décision soit écoutée et respectée, si je ne suis pas en mesure de la prendre moi-même.
* Qu’il soit présent et prenne bébé en peau à peau le temps de mon absence en cas de césarienne.

Pendant le travail :

 **Environnement, je souhaite :**

* Salle nature.
* Intimité préservée.
* Lumière tamisée.
* Marcher et déambuler librement.
* Boire et manger.**Actes médicaux :**
* Pas de monitoring si possible.
* En cas de monitoring, externe sauf si danger.
* Toucher vaginal non systématique (max toutes les 3h jusqu’à 5 cm de dilatation).**Je ne souhaite pas :**
* Perfusion (ocytocine, solution d’hydratation analgésique, …).
* Péridurale, merci de ne pas la proposer, je sais pouvoir la demander si besoin.
* Amniotomie.

Pendant l’accouchement :

 **Je souhaite :**

* Bénéficier des avantages de la pesanteur.
* Sentir le réflexe expulsif de mon bébé.
* Que l’on me parle le moins possible.
* Pouvoir me rendre compte de l’avancement de la sortie de mon bébé (en touchant sa tête ou grâce à un miroir).
* Accueillir moi-même mon bébé et le déposer sur mon ventre (à défaut, le papa).**Je ne souhaite pas :**
* Etre allongée sur le dos.
* Que mon envie de pousser soit entravée.
* Episiotomie.
* Aide des forceps ou des ventouses (sauf en cas de danger).
* D’aide à la rotation du bébé une fois la tête sortie.

L’accueil du bébé :

 **Je souhaite :**

* Garder bébé en peau à peau immédiatement après sa naissance.
* Que les soins jugés non vitaux soient reportés au moins à 1 ou 2 heures après la naissance, ou au moins après sa première tétée.
* Que le clampage du cordon soit retardé jusqu’à ce que celui-ci arrête de battre.
* Allaiter mon bébé et être soutenue dans ce choix.**Je ne souhaite pas :**
* D’aspiration naso-pharyngée sur bébé.
* De collyre antibiotique ou antiseptique.
* De vitamine K pour mon bébé.
* De médicament ou d’intrusion orale avant la première tétée de mon bébé.

La délivrance :

Je ne souhaite pas la délivrance dirigée, tant que je ne suis pas en danger.

Suite de couches, j’aimerai :

* Pouvoir bénéficier de la sortie anticipée à 24 heures.
* Que bébé ne soit pas réveillé pour les tétées et que son rythme de sommeil soit respecté.
* Attendre notre retour à la maison pour que bébé reçoive son premier bain.

**Complications :** en cas de problème, j’aimerais être présente, ou à défaut mon conjoint, pour rester au maximum avec notre bébé. Il est important que moi ou mon compagnon soyons informés des différents choix et risques avant tout acte médical sur moi ou bébé.