

L'aventure commence. Pensez à déclarer votre sage-femme référente.



Vous êtes enceinte, vous pouvez déclarer une sage-femme référente qui vous accompagnera tout au long de votre grossesse et dans les mois qui suivent votre accouchement.



POURQUOI DÉCLARER UNE SAGE-FEMME RÉFÉRENTE ?

La sage-femme référente devient votre interlocutrice privilégiée. Elle vous guide dans votre parcours et assure le bon suivi de votre santé et celle de votre enfant, jusqu'à la 14^{ème} semaine après la naissance.



COMMENT FAIRE LA DÉCLARATION ?

Parlez-en à votre sage-femme. Vous complétez ensemble un formulaire Cerfa, à renvoyer par courrier postal à votre caisse d'Assurance Maladie.



QUAND ?

Elle peut être faite à la suite de la déclaration de grossesse, avant la fin du 5^{ème} mois.



BESOIN DE PLUS D'INFORMATIONS ?

Rendez-vous sur <https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/grossesse/sage-femme-referente-suivi-grossesse> ou flashez ce QR code.



LES MISSIONS DE LA SAGE-FEMME RÉFÉRENTE



ACCOMPAGNER

Elle réalise la majorité des rendez-vous de suivi médical et/ou vérifie leur réalisation.

PENDANT LA GROSSESSE :

- **Examens prénatals**
- **Entretien prénatal** précoce
- **Bilan prénatal** de prévention
- Échographies
- Séances de **préparation à la naissance** et à la parentalité



APRÈS L'ACCOUCHEMENT :

- **Suivi post-natal** (à domicile)
- **Entretien post-natal** précoce
- **1^{er} suivi médical** du nourrisson
- **Rééducation** périnéale



PRÉVENIR

Elle vous conseille et vous aide à prévenir les risques.

PENDANT LA GROSSESSE :

- **Conseil sur l'alimentation** et l'hygiène de vie
- **Sensibilisation** sur les comportements à risque (tabac, alcool, médicaments)
- **Information sur la vaccination** et l'examen buccodentaire



APRÈS L'ACCOUCHEMENT :

- **Accompagnement** sur les soins, l'alimentation ou la vaccination du nourrisson
- **Aide** pour le bon déroulement de l'**allaitement maternel**
- **Détection** des premiers signes de **dépression post-partum**



GUIDER

Vous pouvez compter sur elle pour vous orienter dans votre parcours de soin.

- **Lien avec le médecin traitant** ou autres professionnels de santé en cas de difficultés ou pour les rendez-vous qu'elle ne réalise pas
- **Programmation du suivi à domicile** et des visites post-natales
- **Adressage vers un psychologue** en cas de souffrance psychique détectée



LE SAVIEZ-VOUS ?

LES COMPÉTENCES DES SAGES-FEMMES SONT PLUS ÉTENDUES QU'ON NE LE PENSE.

- Elles peuvent vous accompagner **avant la conception**, lors de l'entretien préconceptionnel, et en cas de **fausse couche**
- En dehors de la maternité, elles peuvent aussi assurer le **suivi gynécologique tout au long de la vie d'une femme**, des premières règles à la ménopause