

# METTRE EN PRATIQUE LA CHARTE DU NOUVEAU-NÉ HOSPITALISÉ

Outil pour les parents

 **sosPréma**  
& bébés hospitalisés



## LA CHARTE DU NOUVEAU-NÉ HOSPITALISÉ

Cette Charte a été créée par SOS Préma, avec l'aide de médecins et du ministère de la Santé. Elle fait partie du programme des 1000 premiers jours de l'enfant. C'est un engagement commun entre les parents et les soignants.

**Son but : offrir les meilleurs soins aux bébés hospitalisés.**

## LES CARTES SOS PRÉMA

Ces cartes ont été pensées pour vous aider pendant l'hospitalisation de votre bébé : elles vous expliquent la Charte du Nouveau-né Hospitalisé et vous donnent des idées concrètes pour soutenir votre enfant.

Pour chaque point de la Charte, vous verrez :

- pourquoi vous êtes important(e) pour votre bébé,
- comment avancer, étape par étape.

Chaque service fonctionne un peu différemment : parlez avec l'équipe pour voir ce qui est possible et poser vos questions.



*Consultez la Charte du Nouveau-né Hospitalisé* 



## POINT 1 : LA PRÉSENCE DES PARENTS

### Pourquoi suis-je essentiel(le) ?

Votre bébé vous connaît déjà : il reconnaît votre odeur, votre voix, les battements de votre cœur. Quand vous êtes près de lui, il retrouve ces sensations et il se sent rassuré. Très vite, vous serez ceux qui le connaissent le mieux. Vous saurez ce qui lui fait du bien, et cela vous permettra de donner des informations très utiles à l'équipe de soins.

### Avancer par étapes

- Faire les démarches administratives pour bénéficier de mes congés.
- Connaître les bienfaits de ma présence continue auprès de mon bébé.
- Exprimer mon souhait de rester à l'hôpital jour et nuit si je le veux (pour dormir, manger, me laver, recevoir quelques visites...).
- Réorganiser mon quotidien pour être le plus présent possible.
- Demander de l'aide à mes proches pour y arriver.



## POINT 1 : LA PRÉSENCE DES PARENTS

POUR ALLER  
PLUS LOIN

### Qu'est-ce qu'une personne ressource ?

C'est une personne de confiance dans votre entourage que vous choisissez avec l'autre parent. Selon l'hôpital, vous pouvez en choisir une ou deux.

Si aucun de vous deux ne peut être présent, cette personne peut rester auprès de votre bébé. Elle s'occupe de lui pendant votre absence, comme à la maison quand on confie son enfant à quelqu'un de confiance. Avec l'équipe, vous décidez ensemble quels soins cette personne peut effectuer : lui donner à manger, changer sa couche, ou même faire du peau à peau.

**La personne ressource pourra aussi vous soutenir dans cette période difficile. Pensez à la présenter à l'équipe dès le début de l'hospitalisation.**



## POINT 2 : LE LIEN PARENTS-BÉBÉ

### Pourquoi suis-je essentiel(le) ?

Votre bébé compte sur vous dès sa naissance pour vivre et grandir. Petit à petit, une relation de confiance se crée et votre bébé vous montre ce dont il a besoin par son comportement. Ce n'est pas toujours facile de le comprendre, surtout au début de sa vie et dans cet environnement médical. Mais vous allez apprendre à le connaître et vous saurez comment l'aider à bien grandir.

### Avancer par étapes

- Observer mon bébé avec un soignant pour repérer ses signes d'attachement envers moi.
- Repérer quand mon bébé est ouvert à la relation (regards, gestes, sons...).
- Échanger avec mon bébé quand il est prêt : le regarder, lui parler, chanter, faire du peau à peau, le toucher...
- Faire les soins de maternage avec un professionnel, en m'adaptant au comportement de mon bébé.
- Comprendre les signaux envoyés par mon bébé et répondre à ses besoins.



## POINT 2 : LE LIEN PARENTS-BÉBÉ

POUR ALLER  
PLUS LOIN

### Comment répondre aux signaux envoyés par votre bébé ?

Votre bébé écarte ses doigts et cherche à agripper ?	Tendez-lui votre doigt. Parfois, vous sentirez qu'il referme sa petite main dessus... Émotion garantie !
Il ouvre ses yeux ?	Approchez votre visage en lui souriant, en faisant des mimiques ou des sons.
Il fait des petits mouvements de bouche ?	Proposez-lui votre lait à téter ou installez-le au sein en différant les soins non urgents.
Il fronce les sourcils ?	Baissez le store ou la lumière.
Il sursaute, fait une pause dans sa respiration lorsqu'on parle fort ?	Baissez ou faites baisser la voix, fermez une porte si cela est possible.
Il grimace, se tortille, étend ses bras et ses jambes ?	Aidez-le à se regrouper en accompagnant son mouvement si c'est un peu difficile pour lui.

DANS LE  
GUIDE

*RDV pages 40-41*



## POINT 3 : LE PEAU À PEAU

### Pourquoi suis-je essentiel(le) ?

Le peau à peau est un soin très précieux pour votre bébé. Pendant ce moment, il retrouve les sensations qu'il avait dans le ventre de sa mère. Plus il reste en peau à peau, plus cela l'aide à bien grandir. C'est aussi un moment fort pour vous, parent, plein de douceur et de lien.

### Avancer par étapes

- ❑ Connaître les bienfaits du peau à peau pour mon bébé (respiration, digestion, sommeil, température, neurodéveloppement) et pour moi (sommeil, lien avec mon bébé).
- ❑ Apprendre à installer mon bébé en peau à peau de façon sécurisée avec l'aide d'un soignant au début.
- ❑ M'installer confortablement : avoir de quoi boire et manger, et pouvoir appeler l'équipe si besoin.
- ❑ Observer le comportement de mon bébé quand il est en peau à peau pour mieux répondre à ses besoins.



## POINT 3 : LE PEAU À PEAU

POUR ALLER  
PLUS LOIN

### Et si le peau à peau ne vous plaît pas ?

On entend souvent dire que le peau à peau, « c'est merveilleux ». C'est vrai, ce soin apporte beaucoup à votre bébé, et à vous aussi. Mais **il est possible de ne pas se sentir à l'aise, surtout au début** : vous pouvez ressentir de la gêne, de la peur ou de la pudeur. **Vous n'êtes pas seul(e) ! Parlez-en** avec l'équipe soignante, d'autres parents ou les écoutants de la Ligne SOS Préma : ils peuvent vous aider à trouver des solutions pour que cela se passe mieux la prochaine fois.

Malgré tout, **si vous ne pouvez pas faire de peau à peau, ce n'est pas grave**. Le deuxième parent ou la personne ressource peut en faire à votre place, et vous, vous pouvez passer d'autres moments précieux avec votre bébé : lui parler, le regarder, le toucher doucement...

**Il existe de nombreuses façons de montrer son amour.**

Ligne d'écoute SOS Préma

0800 96 60 60

Service & appel  
gratuits

*Marie et Mathieu racontent  
leurs premiers peau à peau*





## POINT 4 : LE DON DE COLOSTRUM

### Pourquoi suis-je essentiel(le) ?

Le lait maternel apporte beaucoup à votre bébé : des médecins le comparent même à un médicament ! Tout de suite après la naissance, la maman produit un premier lait jaune-orangé, le colostrum, très riche en éléments anti-infectieux. Les bébés l'adorent car son goût leur rappelle l'univers utérin. Lors des premiers recueils, il n'y aura que quelques millilitres : c'est normal, le bébé ne peut en absorber plus pour le moment.

### Avancer par étapes

- Connaître les bénéfices pour mon bébé à recevoir du colostrum puis du lait maternel, et pour moi à donner mon lait.
- Avoir le choix de donner ou non colostrum ou lait maternel à mon bébé, et de poursuivre ou non le don de lait, à tout moment.
- Savoir quel lait recevra mon bébé si ce n'est pas le mien.
- Apprendre à recueillir le colostrum par expression manuelle et/ou tire-lait, et être accompagné(e) par l'équipe à chaque étape.
- Savoir si mon bébé reçoit bien le colostrum ou le lait recueilli par sa maman.



## POINT 4 : LE DON DE COLOSTRUM

POUR ALLER  
PLUS LOIN

### Donner son colostrum veut-il dire allaiter longtemps ?

Juste après l'accouchement (parfois juste avant), on va vous demander si vous voulez donner votre lait à votre bébé. Il faut souvent répondre vite car le premier recueil de lait est idéal dans les heures qui suivent la naissance.

### Mais dire "oui" ne veut pas dire que vous vous engagez pour des mois !

Vous pouvez donner votre lait quelques jours, quelques semaines ou plus longtemps si vous le souhaitez. **C'est vous qui décidez.**

**Même quelques gouttes font déjà beaucoup de bien  
à votre bébé : chaque millilitre compte !**

*La technique d'expression manuelle  
du premier lait*





## POINT 5 : LA POSSIBILITÉ DE TÉTER AU SEIN OU AU BIBERON

### Pourquoi suis-je essentiel(le) ?

Même s'il ne sait pas encore bien téter, votre bébé commence très tôt à s'exercer : déjà dans votre ventre, il suçait ses doigts ou le cordon.

En peau à peau, il montre plus facilement qu'il a envie de téter. En l'aidant à trouver le sein à ce moment-là, vous l'aidez à progresser : c'est un pas de plus vers l'autonomie pour ses repas.

### Avancer par étapes

- ❑ Connaître les bienfaits du peau à peau pour apprendre à téter.
- ❑ Observer mon bébé avec un soignant pour repérer ses signes d'envie de téter.
- ❑ Savoir comment réagir quand mon bébé montre qu'il est prêt à téter.
- ❑ Faire du peau à peau avant, pendant et après les repas, même si mon bébé est nourri par une sonde.
- ❑ Apprendre à nourrir mon bébé par la sonde moi-même (poussée à la main ou avec une tulipe), avec l'aide de l'équipe.
- ❑ Connaître et comprendre les étapes d'apprentissage de la tétée pour mon bébé.



## POINT 5 : LA POSSIBILITÉ DE TÉTER AU SEIN OU AU BIBERON

POUR ALLER  
PLUS LOIN

### Le repas, moment de plaisir !

Votre bébé est en train d'apprendre. Il découvre peu à peu comment se nourrir tout seul. C'est un long chemin, parfois difficile. **Il ne faut pas aller trop vite ni le forcer.**

Le repas doit rester un moment agréable : ce qui compte le plus, c'est la relation que vous créez avec votre bébé à ce moment-là, pas la quantité de lait qu'il boit (l'équipe veillera toujours à ce qu'il reçoive suffisamment de lait en complétant sur sonde par exemple).

**Laissez-le faire à son rythme :  
c'est celui qui lui convient le mieux !**

DANS LE  
GUIDE

*RDV pages 33-34*



## POINT 6 : UN ENVIRONNEMENT CONFORTABLE

### Pourquoi suis-je essentiel(le) ?

Présent(e) auprès de votre bébé, vous êtes le (la) garant(e) d'un environnement confortable et soutenant pour lui : bruits, lumière, odeurs, toucher, goût. Vous pouvez agir à chacun de ces niveaux pour offrir à votre bébé ce qui sera le plus bénéfique pour lui. Il sera ainsi plus disponible pour entrer en relation avec vous.

### Avancer par étapes

- Observer mon bébé avec un soignant pour repérer l'environnement qui lui convient le mieux.
- Connaître les besoins sensoriels de mon bébé.
- Apprendre à reconnaître les phases de sommeil et d'éveil de mon bébé.
- Comprendre comment protéger le sommeil et soutenir l'éveil de mon bébé.
- Distinguer les signaux d'approche ou de retrait de mon bébé.
- Savoir ajuster l'environnement de mon bébé en fonction de ses réactions.



## POINT 6 : UN ENVIRONNEMENT CONFORTABLE

POUR ALLER  
PLUS LOIN

### Comprendre le comportement de votre bébé

Votre bébé vous envoie des signaux pour vous dire comment il se sent :

- quand il est confortable et cherche à entrer en relation, on parle de « comportements d'approche »,
- quand il est au contraire inconfortable, on parle de « comportements de retrait ».

Pour vous aider à identifier les comportements d'approche et de retrait de votre bébé, vous trouverez dans le guide le « décodeur » de son comportement.

N'hésitez pas à en parler avec l'équipe. C'est vous qui passez le plus de temps avec votre bébé ; grâce à vos observations, vous êtes ceux qui le comprennent le mieux. Vous êtes les experts du comportement de votre bébé !

**Par son comportement, votre bébé vous parle.**

**En découvrant son langage, vous pourrez l'accompagner au mieux !**

DANS LE  
GUIDE

*RDV pages 38-39*



## POINT 7 : LA PARTICIPATION DES PARENTS AUX SOINS

### Pourquoi suis-je essentiel(le) ?

À l'hôpital, il n'est pas toujours facile d'apprendre à prendre soin de son bébé. Vous devez devenir parents dans un univers qui n'est pas celui que vous aviez imaginé. Les soignants vont faire certains soins à votre bébé car il a besoin d'une surveillance particulière, mais ils ont besoin de vous pour l'aider et le rassurer. Vous devrez apprendre à faire certains soins que vous continuerez à la maison : le nourrir, lui donner un bain, lui faire prendre des médicaments... Tout cela est important pour le bien-être de votre bébé et vous seuls pouvez lui apporter !

### Avancer par étapes

- Connaître l'organisation des soins de mon bébé et me rendre disponible pour y assister.
- Observer les soins, en discuter avec les soignants pour comprendre ce que je pourrai faire lorsque je me sentirai prêt(e).
- Soutenir mon bébé pendant les soins en suivant les conseils des soignants et en me basant sur l'observation du comportement de mon bébé.
- Réaliser les soins avec un professionnel, puis seul(e), en m'adaptant au comportement de mon bébé.



## POINT 7 : LA PARTICIPATION DES PARENTS AUX SOINS

POUR ALLER  
PLUS LOIN

### On ne naît pas parents, on le devient !

S'occuper d'un bébé à l'hôpital peut faire peur au début. Mais vous n'êtes pas seul(e) : l'équipe est là pour vous aider.

Au départ, vous regardez comment font les soignants. Puis, petit à petit, vous apprenez à faire certains gestes pour votre bébé. Ils sont très importants pour lui et l'aident beaucoup.

Avec le temps, vous prenez confiance. Et bientôt, vous saurez les faire tout(e) seul(e).

**Votre participation aux soins est importante et doit se faire à votre rythme : rien ne se fait en un seul jour et vos compétences à prendre soin de votre bébé évoluent au fil du temps.**

DANS LE  
GUIDE

*RDV pages 42 à 44*



## POINT 8 : LE RÔLE PROTECTEUR DES PARENTS

### Pourquoi suis-je essentiel(le) ?

En néonatalogie, certains soins peuvent être désagréables ou douloureux pour votre bébé. L'équipe fait tout pour qu'il soit le plus confortable possible, sans toujours utiliser de médicaments car il existe d'autres moyens : le peau à peau, la mise au sein, lui faire téter un peu de lait maternel.

Autant de gestes que vous seuls pouvez lui offrir !

### Avancer par étapes

- ❑ Apprendre à reconnaître les signes de douleur ou d'inconfort chez mon bébé, et connaître les gestes que je peux faire pour le soulager.
- ❑ Dire à l'équipe si je souhaite être présent(e) ou non pendant un soin difficile.
- ❑ Apporter du réconfort à mon bébé pendant les soins, en suivant les conseils des soignants et en étant attentif(ve) à ses réactions.
- ❑ Prévenir l'équipe si je remarque que mon bébé semble avoir mal ou ne va pas bien.
- ❑ Échanger avec les soignants pour choisir les meilleurs moyens d'apaiser mon bébé quand il montre des signes d'inconfort.



## POINT 8 : LE RÔLE PROTECTEUR DES PARENTS

POUR ALLER  
PLUS LOIN

### Le peau à peau est-il le meilleur antalgique non médicamenteux ?

Les études scientifiques ont montré que le peau à peau aide réellement les bébés à se calmer quand ils ont mal. Cela peut les apaiser avant, pendant ou après un soin douloureux et soulage aussi bien, voire mieux, qu'un peu de "sucre" (saccharose) donné pour calmer la douleur.

**Le peau à peau est également un très bon moyen de prévenir l'agitation des bébés pendant les prises de sang !**



*RDV page 46*

*Le peau à peau, le meilleur bouclier pour protéger le bébé vulnérable*





## POINT 9 : DES INFORMATIONS ACCESSIBLES

### Pourquoi suis-je essentiel(le) ?

En tant que parents, vous êtes les représentants légaux de votre enfant. À ce titre, vous devez connaître son état de santé, savoir et comprendre ce que fait l'équipe pour le soigner. Ces éléments sont essentiels pour vous permettre de participer à l'élaboration du plan de soins de votre bébé, mais aussi pour exprimer vos interrogations et votre avis.

### Avancer par étapes

- ❑ Rencontrer un médecin dès les premiers jours d'hospitalisation, puis de façon régulière.
- ❑ Demander que l'on vous parle avec un vocabulaire accessible pour comprendre tous les termes utilisés.
- ❑ À chaque entretien, reformuler ce que l'on vous a dit avec vos propres mots pour être sûrs d'avoir bien compris les informations transmises.
- ❑ Exprimer votre avis et vos interrogations sans peur du jugement, pour qu'ils soient pris en compte par l'équipe.



## POINT 9: DES INFORMATIONS ACCESSIBLES

POUR ALLER  
PLUS LOIN

### Qu'est-ce qu'un avis "éclairé" ?

Avant de donner votre avis sur une question précise, vous devez avoir reçu toutes les informations importantes pour bien comprendre la situation, les risques et les avantages. Une fois que vous avez le même niveau d'information que l'équipe sur la situation de votre bébé et que vous avez tout compris, vous pouvez dire ce que vous pensez ou ce que vous souhaitez.

Les Parents Bénévoles SOS Préma peuvent vous aider.

**Toutes les questions que vous vous posez sont légitimes,  
n'hésitez pas à les formuler.**



*RDV pages 100-101*

*Trouvez l'antenne locale SOS Préma  
la plus proche de chez vous*





## POINT 10 : **UNE PRISE EN CHARGE INDIVIDUALISÉE**

### Pourquoi suis-je essentiel(le) ?

Chaque bébé est différent. Il a ses forces, ses fragilités et son propre rythme pour grandir. C'est pourquoi l'équipe s'adapte aux besoins de votre bébé pendant toute l'hospitalisation. Un soin qui lui convenait hier ne lui conviendra peut-être plus la semaine d'après.

En tant que parent, vous avez un rôle important pour veiller à ce que les soins soient bien adaptés à votre enfant.

### Avancer par étapes

- Connaître les signaux d'approche ou de retrait de mon bébé.
- Etre informé(e) du plan de soins de mon bébé.
- Observer le comportement de mon bébé.
- Informer l'équipe de l'état général de mon bébé et de la manière dont il réagit.
- Participer à l'élaboration du plan de soins négocié de votre bébé.



## POINT 10 : UNE PRISE EN CHARGE INDIVIDUALISÉE

POUR ALLER  
PLUS LOIN

### Qu'est-ce qu'un "plan de soins négocié" ?

Le plan de soins est un document qui organise la façon dont l'équipe va prendre soin de votre bébé, jour après jour. On parle de "plan de soins négocié" lorsqu'il est préparé avec vous pour tenir compte des besoins spécifiques de votre bébé, des contraintes d'organisation de l'unité de soins, mais aussi de vos besoins et disponibilités.

En y participant, vous pouvez partager ce qui est important pour vous, poser vos questions et ainsi mieux comprendre les soins proposés.

**Le plan de soins négocié permet à tout le monde d'avancer ensemble,  
avec le même but : le bien-être de votre bébé.**

## Vous êtes les personnes qui connaissent le mieux votre bébé.

Chaque geste compte : une parole, un regard, un moment de peau à peau...  
Même dans un environnement médical parfois impressionnant, votre présence est précieuse. Elle aide votre bébé à se sentir en sécurité et à bien grandir.

N'hésitez pas à vous appuyer sur l'équipe soignante, à poser des questions, à exprimer ce qui est important pour vous.

**Vous faites déjà beaucoup, même si vous n'en avez pas toujours conscience.**

**L'association SOS Préma est aussi là pour vous accompagner.** Grâce à nos permanents, qu'ils soient parents d'enfant(s) prématuré(s) ou professionnels de santé, nous sommes à votre écoute et nous répondons à vos questions. N'hésitez pas à nous contacter.

Ligne d'écoute familles

0800 96 60 60

Service & appel  
gratuits



Ces cartes vous ont-elles aidés pendant l'hospitalisation de votre bébé ?  
Avez-vous envie de partager votre expérience ?  
Scannez ce QR code pour nous le dire !  
Votre témoignage peut nous aider à améliorer cet outil pour d'autres parents.

Ces cartes sont également disponibles en anglais sur notre site internet.

[www.sosprema.com](http://www.sosprema.com)

