

Le Trousseau Maternité

Cette liste vous est fournie à titre indicatif, veillez à bien suivre les recommandations des sages-femmes.

Quelques recommandations avant votre départ à la maternité et dans la mesure du possible.

- Prendre une douche et se démaquiller
- Eviter de porter bijoux et vernis à ongles
- Eventuellement un suppositoire glycérine
- Etre à jeun (en cas d'anesthésie)

Le trousseau

Préparez 2 sacs, l'un pour votre séjour à la maternité et l'autre pour la salle de naissance. Pensez à laver les vêtements neufs avant de les emporter à la maternité.

Le trousseau pour la salle de naissance

Votre dossier médical et administratif :

- Deux déterminations distinctes du groupe sanguin
- Vos résultats d'analyses (prélèvements, échographies, radios...)
- Le livret de famille ou reconnaissance anticipée
- Le carnet de Maternité ou étiquettes de la Sécurité Sociale
- La carte de Sécurité Sociale
- La carte de mutuelle

Pour vous

- 1 tee-shirt ou nuisette en coton assez long
- 1 gilet et une paire de chaussettes pour les frileuses
- 1 brumisateur
- Des lingettes démaquillantes ou rafraîchissantes

A confier au papa,

Son sac à main avec téléphone portable et appareil photo.

Pour votre bébé

Pour la taille, demandez lors de votre dernière échographie l'estimation du poids et taille de votre bébé.

- 1 pyjama
- 1 sur pyjama
- 1 body en coton
- 1 brassière
- 1 bonnet
- 1 paire de chaussons
- 1 serviette de bain
- 1 doudou

Le trousseau pour votre séjour

Pour vous

- Votre trousse de toilette et de maquillage
- Serviettes de bain petits et grands modèles de couleurs foncées
- Tapis de bain
- Sèche cheveux et sa rallonge électrique (qui pourra être aussi utilisé pour sécher l'éventuelle suture périnéale)
- Un miroir, pour les soins de la suture périnéale
- Une petite veilleuse
- Un plaid en polaire, par exemple
- Vos vêtements de grossesse (pantalons, hauts et pulls, petites baskets)
- Des chemises de nuit ouvertes (en cas d'allaitement), une robe de chambre, des chaussons
- Des soutiens-gorge d'allaitement (1 taille au-dessus de votre taille en fin de grossesse)
- 1 coquille recueil de lait
- 1 coussin d'allaitement
- Si allaitement artificiel, votre soutien-gorge habituel à remettre 24 heures après l'accouchement
- Des slips en filet
- Des serviettes hygiéniques spéciales maternité
- Du gel ou des lingettes désinfectantes pour les mains

Pour votre bébé

Pour la taille, demandez lors de votre dernière échographie l'estimation du poids et taille de votre bébé.

Prévoir au minimum 1 tenue par jour.

- 6 à 8 pyjamas
- 6 à 8 bodys
- 2 à 3 brassières
- 3 à 4 paires de chaussons
- 8 à 10 bavoirs
- 8 à 10 langes en tissu pour mettre sous la tête
- 1 petite couverture polaire
- 3 à 4 serviettes de toilettes
- 1 paquet de couches 2/5 kg (si la maternité n'en fournit pas)
- 1 paquet de filet de maintien pour le cordon ombilical
- 1 tenue de sortie
- 1 thermomètre bout flexible

Pour la sortie

- 1 tenue de sortie (combinaison ou nid d'ange ou sur pyjama + bonnet + moufles)
- Un siège auto homologué "dos à la route".

Le Trousseau pour la Maison

Une petite liste, fournie à titre indicatif, sur l'équipement pour bien accueillir votre bébé.

La toilette et les soins :

- Une baignoire en plastique (sur pied, c'est très pratique)
- 1 matelas à langer
- Des serviettes petit format pour mettre sur le matelas à langer
- Des serviettes plus grand format pour le bain
- Des carrés de coton
- Des couches 2/5 kg
- De l'eau pour la toilette
- Du sérum physiologique (pour le nez, oreilles, yeux)
- De l'éosine pour désinfection du cordon
- Des compresses stériles + filets pour la protection du cordon
- Du savon liquide spécial bébé pour le bain
- De la crème pour le corps
- De la crème pour les fesses
- 1 thermomètre à bout flexible
- 1 tube de vaseline
- + la liste fourni par votre pédiatre lors du dernier examen avant la sortie

La Chambre et la promenade

La bonne température pour la chambre de bébé : entre 18° et 20°.

- Un lit bébé
- Une table à langer
- Un landau avec nacelle
- Un cale bébé pour le faire dormir sur le côté
- Un rehausseur de matelas (pour grand lit + pour landau)
- Un baby relax (attention à ne pas laisser bébé plus de 2 heures consécutives)
- Un baby call avec thermomètre
- Des draps housse petit et grand matelas
- Un siège auto homologué « dos à la route »
- Des tétines
- Une veilleuse
- Un mobile au dessus du lit
- Un porte bébé ventral
- Un sac à pour les promenades
- Des gigoteuses ou turbulettes

Les repas

Si vous n'allaites pas :

- Des biberons (plastiques ou verre)
- Des tétines (silicones ou caoutchouc)
- Un stérilisateur (à chaud ou à froid)
- Un goupillon pour nettoyer les biberons
- Du lait en poudre (selon la marque donnée par le pédiatre)
- De l'eau à faible teneur en sels minéraux