

Patient/Family Material

Information for Your Planned Cesarean Birth



We are pleased you have chosen St. Boniface Hospital to have your baby. This booklet will help you plan and prepare for your cesarean birth.

Your baby's birth (surgery) is planned for _____ at _____.

What can I eat and drink before my surgery?

You may eat your usual meal and drink fluids the evening before your surgery. For your safety, you **must not eat food after midnight** but you **may drink clear fluids until 2 hours prior to advised arrival time** on the day of surgery. **Clear fluids** include water, apple or cranberry juice (no orange juice), clear tea or black coffee (no milk, cream, powdered creamer, sugar or sweetener), clear broth (no noodles, vegetables, meat or solids of any kind), no sports or carbonated drinks. When brushing your teeth, be careful not to swallow any toothpaste. Do not chew gum or chewing tobacco after midnight before your surgery. It is important that your stomach is empty; your surgery may be cancelled and re-booked for another date if you do not follow the required fasting instructions.

If you are on medication and instructed to take it on the day of your surgery, you may take your medication with a sip of water only.

For 24 hours before surgery, avoid smoking, drinking alcohol, taking non-prescription drugs and herbal medicines.

On the day of your surgery

Please have a shower before coming to the hospital. Do not shave or remove pubic or abdominal hair for a week before your surgery as this can cause an infection; if needed, it will be clipped prior to surgery.

Do not wear

- makeup
- nail polish
- body lotions, perfume, powder or deodorant
- jewellery
- wigs, hairpieces, combs, and barrettes
- body piercing (tongue, eyebrow, ear, nose, genitalia and belly rings)

Be sure to follow any other instructions your doctor may give you. If you have a cold or illness within 7 days of your planned cesarean birth, call your doctor's office. If you have signs of labour, please call your doctor's office or the Obstetrical Triage Unit (237-2770).

What do I bring to the hospital?

Bring items like lip moisturizer, toothpaste, toothbrush, shampoo, etc. We have a denture cup if you need one. We will give you a hospital gown and slippers but bring your own housecoat. If you wear eye glasses or contact lenses, please bring a case for them. You will have to wear your own panties the day after your surgery.

You may want to bring a camera but please do not bring jewellery, credit cards, money or other valuables with you. The hospital is not responsible for loss of personal items. If you cannot take off your rings, they will be taped to your fingers.

Please bring any drugs that you take or your doctor has prescribed during your pregnancy. This will help us to know what medicines you are taking and to keep to a schedule.

Where do I go?

When you arrive at the hospital you can park in:

- Public Parking lots
- Hospital Parkade across from the hospital
- South Parking lot by the emergency entrance
- 400 Taché Ave (behind building)

Please go to Obstetrical Triage Unit on the 3rd floor **at least 2 hours** before your planned surgery unless told otherwise. If you need to arrive before 6:00 am, come through the Emergency entrance. Please bring your Manitoba Health Registration Card and all other health insurance cards like Blue Cross, Great West Life, etc. Your admission form will be checked and an I.D. bracelet will be placed on your wrist. Leave your suitcase in the car until after the baby is born and you are settled in your room.

Once you have changed, a nurse will check your temperature, pulse, blood pressure and baby's heart rate. If you have any allergies, a special band will be put on your wrist. Your support person will be shown where to change; all clothes will be put in a secure locker. Have your support person bring a quarter for the locker. You will see your doctor and the anaesthetist before going into the operating room.

For your support person

Your support person can be with you before, during and after your baby's birth. While you get your anaesthetic, and the delivery room is prepared, your support person will wait in the pre-op waiting room. He (she) will join you before the surgery has started. If you have a general anaesthetic, your support person will wait in the Obstetrical Triage Unit waiting room.

A camera (with flash) may be used in the operating room to take pictures of yourselves and the baby. A video camera may be used to video mom and baby after birth. If you want to video tape staff, you must ask them first.

**Your time of surgery may be changed due to an emergency situation
on the labour and delivery unit.**

Visiting hours

Labour and Delivery - 24 hours - Father/Coach Only

Maternal Child Unit (A3 and B3)

To allow mothers to rest and parents time to learn about the care of their new baby, we ask that visitors respect the following:

- Your partner or support person is welcome to be with you at all times.
- Visitors are limited to two per patient; visiting ends at 8:30 p.m.
- Children under the age of 14 cannot visit unless they are siblings of the new baby.

After your baby is born

You will be in the Recovery Room for about 2 to 3 hours. You will have an intravenous (IV) in your arm for fluids and a small tube in your bladder to drain urine. The IV and small tube will be removed in 12 to 24 hours after surgery if there are no problems. Sometimes the drugs from the surgery may make you itchy or sick to your stomach. Your nurse can give you other drugs to help with these problems.

While in the Recovery Room, the nurse will check you often, provide pain drugs and check to see how well you are moving your legs. You will be asked to:

- hold your baby skin-to-skin as soon as you can
- breast feed if you and your baby are well
- take deep breaths and cough
- move your legs. Some women need special stockings to prevent complications. We will supply these
- drink and eat when you are ready

How will I manage my pain?

If you do not have allergies to acetaminophen (Tylenol™) and naproxen (Aleve™), you will be given these pain drugs every six hours for the first 48 hours. After this time, these same drugs can be left at your bedside and you can take them yourself when needed. Let your nurse know if you still have pain after taking these drugs and she will help you. All the drugs we use for pain are safe for breast feeding mothers. Before you go home, talk to your doctor or nurse about how to manage your pain at home.

When can I breast feed my baby?

You can start breast feeding as soon as you are able. Ask your nurse to help. You can use a pillow to protect your incision when feeding; you can also hold the baby like a football or lie on your side.

When can I get out of bed?

You should get out of bed and move around as soon as you are able (often the same day of your surgery). Make sure you have feeling in your legs before trying to get out of bed. Have someone there to help you. Begin by walking slowly in your room and then down the hallway.

When can I begin to eat and drink?

Unless your doctor has given special instructions, you can drink and eat when you feel ready. Everyone is different so drink and eat what you like.

How do I care for my incision?

Your nurse will remove your wound dressing the day after your surgery and then you can shower. If you can't see your stitches, they are under the skin and will dissolve on their own. If you can see them or you have staples, they will need to be removed in about 5 to 7 days. Contact your doctor's office when you get home to make an appointment for the stitches or staples to be removed.

When you shower let the water run over your incision. Gently pat the incision dry using a clean towel. Wear loose clothing to avoid pressure or rubbing on your incision.

Wash your hands before and after touching your incision.

Do not take a tub bath, go in a hot tub or swim until the incision has healed and vaginal discharge has stopped.

Will I be bleeding from my vagina?

Yes. For the first 3 to 5 days your vaginal bleeding will be bright red and may have small clots. The colour changes slowly to pink then light brown and to white over the next 3 to 6 weeks. Clean your perineum (area between your vagina and anal opening) each time you use the toilet using a squirt bottle filled with warm tap water. Change your pad every time you go to the bathroom or every 3 to 4 hours.

What can I do to help get some rest?

Have your partner or support person stay in the room with you as much as possible to help care for your baby.

Limit your visitors. Suggest friends visit when you get home.

How long will I be in the hospital?

Most mothers and babies are ready to go home on the second or third day after birth. If you want to go home earlier, please discuss this with your nurse. If there are any concerns about your health or the health of your baby, you or your baby may have to stay longer.

Questions

If you have any questions before your surgery, call your doctor's office or the Obstetrical Triage at 237- 2770 and ask to speak with a nurse.

My cesarean birth checklist:

- My surgery is on _____ at _____.
- Report to the Obstetrical Triage Unit of the 3rd Floor at _____.
- Bring health insurance cards.
- Have a shower before coming to the hospital; do not shave hair.
- Remove make-up, nail polish, jewellery, and body piercing(s).
- Leave valuables at home.
- Do not eat food after midnight before my surgery.
- Clear fluids are allowed until 6 hours before my planned surgery.
- Bring items like housecoat, lip moisturizer, toothbrush, etc.
- Bring a case for my eye glasses or contact lenses.

Information pour le patient et sa famille

Renseignements concernant la césarienne planifiée



Nous sommes heureux que vous ayez choisi d'avoir votre bébé à l'Hôpital Saint-Boniface. La présente brochure vous aidera à vous préparer en vue de la naissance de votre bébé par césarienne.

La date prévue pour votre césarienne est le _____, à _____.

Que puis-je manger et boire avant la chirurgie?

Vous pouvez manger de façon habituelle et boire le soir précédant la chirurgie. Pour votre sécurité, vous ne devez rien manger après minuit, mais vous pouvez boire des liquides clairs jusqu'à 2 heures avant l'heure d'arrivée prévue pour la chirurgie. Les liquides clairs comprennent l'eau, le jus de pomme ou de canneberge (pas le jus d'orange), le thé nature ou le café noir (sans lait, crème, crème en poudre, sucre, ni édulcorant), un bouillon clair (sans nouilles, légumes, viande, ni tout autre aliment solide), aucune boisson pour sportifs, ni boisson gazeuse. Lorsque vous vous brossez les dents, prenez garde de ne pas avaler de dentifrice. Ne mâchez ni gomme ni tabac à mâcher après minuit la veille de la chirurgie. Il est important que votre estomac soit vide. Si vous ne suivez pas les consignes de jeûne, votre chirurgie pourrait être annulée et reportée à une autre date.

Si vous devez prendre des médicaments sur ordonnance le jour de la chirurgie, vous pourrez les prendre avec seulement une petite gorgée d'eau.

Pendant les 24 heures précédant la chirurgie, évitez de fumer, de boire de l'alcool et de prendre des médicaments vendus sans ordonnance ou des produits de phytothérapie.

Le jour de la chirurgie

Veillez prendre une douche avant de vous rendre à l'hôpital. Vous ne devez pas raser ni épiler les poils du pubis ou du ventre pendant une semaine avant la césarienne, car vous pourriez ainsi provoquer une infection. Si nécessaire, ces poils seront coupés avant l'intervention.

À ne pas porter :

- maquillage
- vernis à ongles
- lotion pour le corps, parfum, poudre ou désodorisant
- bijoux
- perruque, postiche, peignes et barrettes
- bijoux de perçage (langue, sourcil, oreille, nez, organes génitaux et nombril)

Assurez-vous de suivre toutes les directives de votre médecin. Si vous avez un rhume ou êtes malade moins de 7 jours avant la date prévue de votre césarienne, communiquez avec votre médecin. Si vous présentez des signes de travail, communiquez avec votre médecin ou appelez l'Unité de triage obstétrique (237-2770).

Ce qu'il faut apporter à l'hôpital

Apportez des articles personnels comme du baume à lèvres, du dentifrice, une brosse à dents, du shampoing, etc. Nous pouvons vous fournir un contenant pour vos prothèses dentaires, au besoin. Nous vous remettons une chemise d'hôpital et des pantoufles, mais vous devez apporter votre robe de chambre. Si vous portez des lunettes ou des verres de contact, vous devez apporter votre étui. Vous devrez porter vos propres sous-vêtements le lendemain de la césarienne.

Vous pouvez apporter un appareil photo, mais n'apportez pas de bijoux, de cartes de crédit, d'argent ou d'autres objets de valeur. L'hôpital n'est pas responsable de la perte des objets personnels. Si vous êtes incapable d'enlever vos bagues, elles seront fixées à vos doigts à l'aide de ruban adhésif.

Veuillez apporter les médicaments que vous devez prendre ou que votre médecin a prescrits durant votre grossesse. Nous pourrions ainsi savoir quels sont les médicaments que vous prenez et respecter les prescriptions.

À votre arrivée à l'hôpital

À votre arrivée à l'hôpital, vous pouvez stationner aux endroits suivants :

- Les stationnements publics
- Le garage aérien en face de l'hôpital
- Stationnement sud, près de l'Urgence
- 400, av. Taché (derrière l'édifice)

Veuillez vous présenter à l'Unité de triage obstétrique au 3^e étage, **au moins 2 heures** avant l'heure prévue pour votre césarienne, sauf indication contraire. Si vous arrivez avant 6 h, empruntez l'entrée de l'Urgence. Veuillez apporter votre carte d'assurance-maladie du Manitoba et toute autre carte d'assurance-maladie, comme celle de la Croix Bleue, la Great-West, etc. Votre formulaire d'admission sera vérifié et un bracelet d'identification sera mis à votre poignet. Laissez votre valise dans votre voiture en attendant la naissance de votre bébé et tant que vous ne serez pas installée dans votre chambre.

Une fois que vous vous serez changée, une infirmière vérifiera votre température, votre pouls, votre pression artérielle et la fréquence cardiaque du bébé. Si vous avez des allergies, un bracelet spécial sera mis à votre poignet. On indiquera à la personne qui vous accompagne à quel endroit elle peut se changer. Tous les vêtements seront placés dans un casier verrouillé. La personne qui vous accompagne devra apporter une pièce de 25 cents pour le casier. Vous rencontrerez votre médecin et votre anesthésiste avant de vous rendre au bloc opératoire.

Accompagnateur ou accompagnatrice

La personne qui vous accompagne peut rester avec vous avant, pendant et après la naissance du bébé. Durant l'anesthésie et la préparation de la salle d'opération, votre accompagnateur ou accompagnatrice restera dans la salle d'attente du bloc opératoire. Cette personne vous rejoindra avant le début de l'intervention. Si vous avez une anesthésie générale, la personne qui vous accompagne ira dans la salle d'attente de l'Unité de triage obstétrique.

Vous pouvez utiliser un appareil photo (avec flash) pour prendre des photos de votre bébé et vous. Vous pouvez utiliser une caméra vidéo pour filmer la mère et le bébé après la naissance. Avant de filmer les membres du personnel, vous devez leur demander la permission.

L'heure prévue pour la césarienne peut changer si une situation d'urgence se présente à l'Unité de travail et d'accouchement.

Heures de visite

Travail et accouchement – 24 heures – Père/accompagnateur(trice) seulement

Maternal Child Unit (A3 and B3)

Afin de permettre à la mère de se reposer et aux parents d'apprendre à prendre soin de leur nouveau-né, nous demandons aux visiteurs de respecter les consignes de visite suivantes :

- Votre partenaire ou personne accompagnatrice peut rester avec vous en tout temps.
- Le nombre de visiteurs est limité à deux personnes par patiente; les heures de visite prennent fin à 20 h 30.
- Les enfants âgés de moins de 14 ans ne peuvent pas venir à moins d'être le frère ou la sœur du nouveau-né.

Après la naissance de votre bébé

Vous serez dans la salle de récupération pendant environ 2 ou 3 heures. Vous aurez une ligne intraveineuse dans le bras pour avoir des liquides et un cathéter dans votre vessie pour vider celle-ci. S'il n'y a pas de problème, la ligne intraveineuse et le cathéter seront enlevés dans un délai de 12 à 24 heures après la chirurgie. Parfois les médicaments donnés pour la chirurgie peuvent causer des démangeaisons ou des nausées. L'infirmière vous donnera des médicaments pour vous soulager.

Une infirmière viendra vous voir souvent dans la salle de récupération, vous donnera des analgésiques et évaluera votre capacité de bouger vos jambes. Elle vous encouragera à :

- tenir votre bébé peau à peau le plus tôt possible
- allaiter, si vous et votre bébé allez bien
- prendre des respirations profondes et tousser
- bouger vos jambes; si vous avez besoin de bas spéciaux pour prévenir les complications, nous vous en fournirons
- boire et manger quand vous serez prête à le faire

Comment pourrai-je contrôler la douleur?

Si vous n'êtes pas allergique à l'acétaminophène (TylenolMD) et au naproxène (AleveMD), nous vous administrerons ces médicaments à toutes les 6 heures au cours des 48 premières heures. Ensuite, nous laisserons ces mêmes médicaments à votre chevet et vous pourrez en prendre au besoin. Si vous avez encore de la douleur après avoir pris ces médicaments, avertissez l'infirmière. Les médicaments que nous prescrivons sont tous sécuritaires pour les mères qui allaitent. Avant de quitter l'hôpital, discutez des façons de contrôler votre douleur avec votre médecin ou infirmière.

Quand pourrai-je allaiter mon bébé?

Nous vous encourageons à allaiter le plus tôt possible. Demandez de l'aide à votre infirmière. Si vous le désirez, protégez l'incision à l'aide d'un oreiller pendant l'allaitement. Essayez la position du ballon de football ou couchez-vous sur le côté pour allaiter votre bébé.

Quand pourrai-je me lever?

Nous vous encourageons à sortir du lit et bouger aussitôt que vous vous en sentez capable (le plus souvent, le même jour que la chirurgie). Assurez-vous que vous sentez vos jambes avant d'essayer de sortir du lit; demandez à quelqu'un de vous aider. Commencez par marcher lentement dans la chambre, puis dans le couloir.

Quand pourrai-je manger et boire?

À moins que votre médecin vous ait donné des directives particulières, vous pourrez boire et manger aussitôt que vous en aurez envie. Tout le monde est différent, alors buvez et mangez ce qu'il vous plaît.

Comment dois-je prendre soin de l'incision?

Votre infirmière enlèvera les pansements le lendemain de la chirurgie ce qui vous permettra de prendre une douche. Si vous ne voyez pas les points de suture, c'est qu'ils se trouvent sous la peau et se dissoudront naturellement. Si vous les voyez ou si vous avez des agrafes, on les enlèvera dans un délai d'environ 5 à 7 jours. Une fois à la maison, fixez un rendez-vous avec votre médecin pour faire enlever les points de suture ou les agrafes.

Sous la douche, laissez l'eau couler sur votre incision. Tapotez doucement l'incision avec une serviette propre pour la sécher. Portez des vêtements amples afin d'éviter de mettre de la pression contre l'incision ou de la froter.

Lavez-vous les mains avant de toucher l'incision et après l'avoir touchée.

Évitez de prendre un bain, d'utiliser un bain à remous et de nager jusqu'à ce que l'incision soit guérie et que vous n'ayez plus de pertes vaginales.

Est-ce que j'aurai des saignements vaginaux?

Oui. Au cours des 3 à 5 premiers jours, les saignements vaginaux seront rouge vif et pourraient contenir de petits caillots. Au cours des 3 à 6 semaines suivantes, la couleur changera lentement pour devenir rose, ensuite brun clair et puis blanc. Chaque fois que vous allez aux toilettes, nettoyez le périnée (la région entre le vagin et l'ouverture anale) à l'aide d'une bouteille compressible remplie d'eau tiède. Changez votre serviette hygiénique chaque fois que vous allez aux toilettes ou à toutes les trois ou quatre heures.

Que puis-je faire pour avoir un peu de repos?

Demandez à votre partenaire ou personne accompagnatrice de rester dans la chambre avec vous dans la mesure du possible afin de vous aider à prendre soin du bébé.

Limitez le nombre de visiteurs. Proposez à vos amis de vous rendre visite à la maison au lieu.

Quelle sera la durée de mon séjour à l'hôpital?

La plupart des mères et bébés sont prêts à quitter l'hôpital le troisième jour suivant la naissance. Si vous voulez rentrer plus tôt, discutez-en avec votre infirmière. S'il y a des préoccupations concernant votre santé ou celle du bébé, il se peut que votre séjour soit prolongé.

Questions

Si vous avez des questions avant la césarienne, communiquez avec votre médecin ou appelez l'Unité de triage obstétrique au 237-2770 pour parler à une infirmière.

Liste de vérification en vue d'une césarienne :

- Ma césarienne est prévue pour le _____, à _____.
- Je dois me présenter à l'Unité de triage obstétrique au 3^e étage à _____.
- Je dois apporter mes cartes d'assurance-maladie.
- Je dois prendre une douche avant de me rendre à l'hôpital; je ne dois pas me raser.
- Je ne dois pas porter de maquillage, de vernis à ongles, de bijoux, ni de bijoux de perçage.
- Je dois laisser mes objets de valeur à la maison.
- Je ne dois rien manger après minuit la veille de ma césarienne.
- Je peux boire des liquides clairs jusqu'à six heures avant l'heure prévue pour ma césarienne.
- Je dois apporter mes articles personnels, comme une robe de chambre, du baume à lèvres, une brosse à dents, etc.
- Je dois apporter un étui pour mes lunettes ou mes verres de contact.