



# Aide-mémoire au congé de l'hôpital Maman

Nous vous avons remis les prescriptions de départ

Une infirmière du CLSC vous appellera dans les jours suivants votre congé

- Si vous voyez « numéro privé » sur votre afficheur, veuillez répondre au téléphone.
- Il est possible que vous ayez la visite du CLSC dans 2 à 3 jours ouvrables après votre sortie de l'hôpital

Date de la visite: \_\_\_\_\_

**Retrait des agrafes**, dans le cas où vous avez eu une césarienne

Dites à l'infirmière du CLSC, lorsqu'elle vous appellera, que vous aurez ce besoin

Le retrait devrait se faire 5 à 10 jours après la césarienne ou selon votre prescription médicale

## Dans la semaine suivant votre congé, vous devez appeler pour prendre ces rendez-vous :

**Suivi médical** avec le médecin qui vous a été attribué en début de grossesse, à moins d'indication contraire. Le rendez-vous sera donné dans 6-8 semaines.

↳ Communiquez avec le centre de rendez-vous de votre médecin

Date du rendez-vous: \_\_\_\_\_

Heure: \_\_\_\_\_

(Médecin requérant de l'échographie du 1<sup>er</sup> trimestre)

\*Médecin: \_\_\_\_\_

\*Inscrit par l'infirmière responsable du congé

**Ou**

**Rendez-vous en clinique de grossesse à risque élevé (GARE)**  
selon la prescription médicale

↳ Téléphonnez à la centrale de rendez-vous au 514 252-3578

Date du rendez-vous: \_\_\_\_\_

Heure: \_\_\_\_\_

**Hyperglycémie provoquée**

Pour les femmes diabétiques et pour celles ayant eu un diabète gestationnel

↳ Prenez rendez-vous directement sur la plateforme Clic Santé entre 2 et 6 mois suivant la date de votre accouchement. Clic Santé: <https://portal3.clicsante.ca>

↳ Votre test d'hyperglycémie provoquée aura lieu au Pavillon Rosemont, rez-de-chaussée, aile C, 5689 boul. Rosemont. **IMPORTANT : Apportez votre requête bleue et lisez bien la feuille de consignes.**

↳ Le Centre de jour de diabète vous contactera pour un suivi une fois que votre test aura été effectué.

Date du rendez-vous: \_\_\_\_\_

Heure: \_\_\_\_\_



Si vous avez besoin d'assistance pour prendre un rendez-vous dans Clic Santé, contactez Services Québec au numéro sans frais: 1 877 644-4545 (option 1, puis à nouveau option 1).

## Quand consulter: Signaux d'alarme pour maman

Consultez rapidement un médecin si **vous** présentez l'un des signes suivants:

- Signes d'hémorragie
  - ◆ Vous remplissez une serviette hygiénique régulière par heure pendant deux heures consécutives
  - ◆ Vous perdez de gros caillots de sang (ex.: plus gros que la grosseur d'un œuf)
  - ◆ Vos saignements augmentent au lieu de diminuer
- Fièvre (température de 38 °C ou plus)
- Crevasses ou rougeur au sein qui grossit rapidement
- Douleur abdominale intense non soulagée par les analgésiques
- Difficultés respiratoires
- Douleur nouvelle à une jambe avec de l'enflure
- Signes de choc (agitation, faiblesse, pâleur, peau moite et froide, chaleurs et palpitations)
- Symptômes de dépression
  - ◆ Les changements dans le comportement et l'humeur sont présents presque tous les jours, pendant au moins deux semaines
  - ◆ Diminution ou augmentation de l'appétit ou du poids
  - ◆ Troubles du sommeil (ex.: vous dormez trop ou avez de la difficulté à dormir)
  - ◆ Agitation ou ralentissement psychomoteur (ex.: débit de parole plus lent)
  - ◆ Fatigue ou perte d'énergie
  - ◆ Sentiment de dévalorisation ou de culpabilité excessive (ex.: vous avez l'impression de ne pas être un parent adéquat ou de ne pas être capable de créer un lien affectif avec votre bébé)
  - ◆ Difficulté de concentration ou indécision
  - ◆ Des pensées de mort, des idées suicidaires
- Signes d'infection de plaie (périnée ou césarienne)
  - ◆ Rougeur, chaleur, œdème, écoulements purulents ou nauséabonds

*Mieux vivre, Section Accouchement -  
Les stades du travail & Les premiers jours*

## Si votre état de santé vous inquiète

**Dans les sept jours suivant votre accouchement ou votre césarienne**, vous pouvez communiquer avec une infirmière de l'unité des naissances en **appelant au 514 252-3400, poste 6780**. Elle répondra à vos questions et vous dirigera vers les ressources appropriées, s'il y a lieu.

Après cette période ou dès que le suivi avec une infirmière de votre CLSC est débuté, vous devez communiquer avec elle avant de contacter l'unité des naissances.

**En tout temps, vous pouvez contacter Info-Santé (811), votre médecin, une clinique sans rendez-vous de votre quartier ou les services d'urgence (911).**

**Si l'état de votre enfant vous inquiète, consultez l'aide-mémoire de bébé**

## CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

### Hôpital Maisonneuve-Rosemont

5415, boul. de l'Assomption  
Montréal (Québec) H1T 2M4

☎ 514 252-3400 🌐 [ciuss-estmtl.gouv.qc.ca](https://ciuss-estmtl.gouv.qc.ca)

D'autres publications et ressources d'intérêt sur la santé sont disponibles sur le site Internet du Centre d'information pour l'utilisateur et ses proches (CIUP).

🌐 <https://biblio-hmr.ca/in/fr/ciup>  
✉ [ciup.cemtl@ssss.gouv.qc.ca](mailto:ciup.cemtl@ssss.gouv.qc.ca)

Tous droits réservés

© CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, 2024

CP-SFE-123

**Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de l'Est-de-  
l'Île-de-Montréal**

**Québec** 