



DÉROULÉ DE

LA RÉCUPÉRATION RAPIDE

APRÈS UNE CÉSARIENNE

PROGRAMMÉE >>



Responsable de l'unité d'anesthésie en chirurgie ambulatoire pédiatrique et en obstétrique : Pr Hawa KEITA-MEYER

Chef du service d'obstétrique - maternité, chirurgie médecine et imagerie fœtales : Pr Yves VILLE

2026

Vous allez être prise en charge pour une césarienne programmée par l'équipe pluridisciplinaire périnatale de la maternité Necker-Enfants malades. Vous allez bénéficier du programme de « Récupération RAPide Après votre Césarienne » (RAAC).

Fruit de notre expertise et des données scientifiques les plus récentes, ce programme vise à vous faire récupérer une autonomie quelques heures après la naissance de votre ou de vos enfants et vous permettre de vous en occuper pleinement.

Il comporte le retrait rapide des dispositifs médicaux (cathéters veineux et péridural, sonde vésicale...), la reprise précoce des boissons et de l'alimentation ainsi que l'administration orale précoce des traitements antalgiques.

Ce programme nécessite votre pleine adhésion et participation.

N'hésitez pas à poser toutes vos questions à l'obstétricien ou l'obstétricienne, l'anesthésiste, la ou le sage-femme, l'infirmier ou l'infirmière.

## LA VEILLE DE VOTRE CÉSARIENNE

La veille de votre césarienne, votre alimentation solide doit être stoppée **6h** avant votre convocation à l'hôpital. Vous pouvez néanmoins boire des **liquides clairs** (eau, thé ou café sans lait, jus de fruit sans pulpe) en **petites quantités** (l'équivalent d'un verre par heure) jusqu'à **2h** avant votre admission à l'hôpital.

## LE JOUR DE VOTRE CÉSARIENNE

### À L'ACCUEIL DES URGENCES

➤ 5<sup>ème</sup> étage du bâtiment Laennec

Le jour de votre intervention, l'équipe obstétricale vous accueillera (avec le co-parent ou la personne accompagnante) à l'heure qui vous aura été communiquée la veille soit à la Consultation d'Urgence Programmée (CUP) aux urgences soit par téléphone aux urgences de la maternité.

Le jour de votre césarienne, vous serez invitée à prendre une douche à la maison avant de venir à l'hôpital. Si celle-ci a été réalisée plus de 3h avant la chirurgie, la ou le sage-femme pourra vous demander de la reprendre dans le service.

**Avant d'entrer au bloc opératoire**, une prémédication orale visant à réduire l'acidité de l'estomac vous sera donnée sous la forme d'un comprimé effervescent dilué dans une petite quantité d'eau.

## AU BLOC OPÉRATOIRE

### • Avant la naissance

**À l'arrivée au bloc opératoire**, l'anesthésiste-réanimateur s'assurera qu'aucun événement de santé notable n'est intervenu depuis la consultation pré-anesthésique et contrôlera, si besoin, les derniers résultats des bilans réalisés.

➤ Les dispositifs de surveillance (brassard de mesure tensionnelle, électrode thoracique de mesure de la fréquence cardiaque, et saturomètre digital) sont branchés.

➤ S'il n'a pas été mis en place à votre arrivée aux urgences, un cathéter veineux sera positionné sur votre avant-bras.

➤ Vous serez ensuite installée en position assise, le dos bien arrondi, pour que l'anesthésiste procède à l'anesthésie locorégionale (rachianesthésie ± cathéter péridural) en ponctionnant le bas de votre dos.

Parmi les produits injectés, de la morphine et un de ses dérivés auront pour objectif de contrôler la douleur pendant et jusqu'à 24h après votre césarienne.

Une fois l'injection réalisée, vous ressentirez de la chaleur, des fourmillements puis une impression d'anesthésie sur votre corps pouvant faire penser à « du coton ».

Cette impression dure environ deux heures et s'étend généralement jusqu'au niveau des seins.

Pour vérifier la bonne adéquation de l'anesthésie, il vous sera demandé de différencier les sensations de froid et de toucher sur certaines parties de votre corps. Une sonde vésicale sera placée sans que vous ne ressentiez de douleur.

➤ Des antibiotiques vous seront administrés par la perfusion. Des champs opératoires (grands draps bleus) seront disposés sur votre corps. **Vous pourrez être accompagnée par le co-parent ou la personne accompagnante durant toute la césarienne selon votre souhait.**

➤ **Après vérification de l'anesthésie**, l'obstétricien procédera à la naissance de votre enfant. Vous ressentirez des sensations de mouvements dans votre corps puis de pression à l'instant de la naissance que vous pouvez aider en soufflant doucement comme pour éteindre une bougie.

## • Après la naissance

➤ La ou le sage-femme accueillera votre enfant dans un linge doux et prendra le temps de vous le présenter. Il ne pleure pas toujours immédiatement à la naissance. Dès que possible, il sera installé sur votre peau puis la ou le sage-femme ira s'occuper de votre enfant avec le co-parent ou la personne accompagnante dans une salle dédiée attenante au bloc opératoire afin de réaliser son premier examen médical.

Le co-parent ou la personne accompagnante pourra effectuer dans un second temps, s'il le souhaite, du peau à peau avec votre enfant le temps que votre intervention se termine.

➤ La délivrance (sortie du placenta) a lieu très rapidement après la naissance.

Après le clampage du cordon ombilical, vous recevrez des médicaments pour faire contracter l'utérus, des médicaments contre les nausées et des antalgiques.

**La durée habituelle d'une césarienne varie entre 30 mins et 1h.**

➤ Une surveillance (absence de douleur, saignement, nausées, tonicité utérine) de 2h<sup>1</sup> au minimum est ensuite réalisée en Salle de Surveillance Post Interventionnelle (SSPI) où tout est fait (en fonction de la charge de travail des équipes) pour que vous puissiez être à nouveau avec votre enfant et initier la mise au sein si vous le souhaitez ou simplement faire du peau à peau.

La perfusion sera retirée avant votre retour en chambre et le cathéter simplement obturé et conservé pour quelques heures par sécurité. La sonde vésicale sera retirée avant votre sortie de salle de réveil.

## DE RETOUR EN CHAMBRE

Dès lors, vous serez autorisée à boire de petites quantités d'eau puis à **manger après 1h à 2h**, et pourrez prendre un traitement contre la douleur comme vous le feriez à la maison.

Ce traitement vous sera donné par l'infirmier, l'infirmière, la ou le sage-femme et comprend notamment du paracétamol (1g toutes les 6h) et un anti-inflammatoire (1 comprimé de Kétoprofène toutes les 12h) en l'absence de contre-indication.

Pour un contrôle optimal de la douleur, il vous est recommandé de prendre les antalgiques de façon systématique pendant les premières 48h qui sont classiquement les plus douloureuses. Votre douleur sera régulièrement évaluée par l'infirmier, l'infirmière, la ou le sage-femme à l'aide d'une échelle numérique ou visuelle analogique.

Ne laissez pas la douleur s'accroître : si vous n'êtes pas assez soulagée, des traitements de recours vous seront proposés tels que des comprimés de nefopam (Acupan®) jusqu'à 4 fois par jour et/ou des comprimés de tramadol. Une gélule rouge supplémentaire de morphine (Actiskenan®) pourra vous être proposée si les autres traitements ne suffisent pas. Une feuille explicative vous sera remise pour vous aider à bien suivre votre traitement antalgique.

**Tous ces traitements sont compatibles avec l'allaitement.**

Vous pourrez vous habiller et vous lever environ **6h** après l'anesthésie avec l'accord de l'infirmier, l'infirmière, la ou le sage-femme.

À tout moment, l'infirmier, l'infirmière, la ou le sage-femme pourra intervenir pour vous aider et vous guider afin de favoriser la récupération précoce. L'équipe d'anesthésie présente 24h sur 24h dans le service de maternité pourra intervenir à tout moment en cas de difficulté.

Les auxiliaires de puéricultures vous accompagneront dans les soins de votre nouveau-né.



### ET APRÈS

Dans le cadre de la surveillance de votre cicatrice de la césarienne et de notre suivi des Infections du Site Opératoire (ISO), vous recevrez un SMS à 7, 10, 20 et 31 jours après votre intervention afin de vérifier l'état de votre cicatrice (rougeur, douleur, saignements, écoulement).

Vous serez invitée à répondre aux messages et en cas d'urgence à appeler les urgences maternité ☎ 01 44 38 10 05.

Un rappel vous sera fait le jour de votre césarienne par l'infirmier ou l'infirmière de bloc opératoire.

<sup>1</sup> Ce temps est soumis à la disponibilité des chambres de la maternité et peut dans certains cas être plus long.



© Direction de la communication de l'hôpital Necker-Enfants malades AP-HP - 2026

Vous avez des questions ou des remarques sur les soins ou l'accueil ? Parlez-en au cadre ou au médecin du service.

Des interlocuteurs sont également à votre écoute :

adressez un message à [✉ droitsdespatients.nck@aphp.fr](mailto:droitsdespatients.nck@aphp.fr). Il sera lu par les représentants des usagers et le responsable des relations avec les usagers.