

## Être accompagnée les mois suivant l'accouchement - Fiche conseil

---

### Dans les mois suivant l'accouchement :

- il est possible de bénéficier de l'accompagnement d'une sage-femme au domicile jusqu'au 12<sup>e</sup> jour du post-partum, prise en charge à 100 % par la Sécurité Sociale,
- il est possible de bénéficier de 2 séances de suivi postnatal avec une sage-femme entre le 8<sup>e</sup> jour suivant la naissance et la visite obligatoire du post-partum,
- ne pas hésiter à demander de l'aide à votre médecin si vous en ressentez le besoin, et notamment si les pleurs de votre enfant deviennent difficiles à supporter,
- la reprise de l'activité physique ne pourra être envisagée que 6 semaines après l'accouchement et après accord de votre médecin,
- il est recommandé d'attendre au minimum 12 mois entre l'accouchement et le début de la grossesse suivante afin de réduire le risque de complications à la fois pour la mère et pour le second enfant.

Pour en savoir plus sur les suites de l'accouchement et les ressources à votre disposition pour vous accompagner, **scannez le QR code**.



**Parentalité : accouchement et nouveau-né**

*Assurance Maladie*

**Site internet**