Dr Olivier Kadoch
Gynécologie-obstétrique · Chirurgie gynécologique

À L'ÉCOUTE · RETOUR À LA MAISON

Organiser le retour à la maison

Les premiers jours à la maison avec un nouveau-né sont intenses. Un peu d'organisation en amont vous laissera plus de temps pour récupérer.

Pendant la grossesse

- Cuisiner quelques plats d'avance et les congeler
- Remplir les placards de produits de base
- Prévoir qui pourra vous relayer (famille, amis)
- Organiser la garde des aînés
- Repérer une sage-femme libérale près de chez vous

Les aides possibles

- **PRADO** : un conseiller de l'Assurance maladie peut vous proposer, à la maternité, le suivi à domicile par la sage-femme de votre choix. Frais médicaux pris en charge à 100 % jusqu'au 12e jour après la naissance
- **Aide à domicile** : la CAF peut participer au financement d'une intervenante (TISF) pendant la grossesse ou après une naissance, selon votre situation. Renseignez-vous auprès de votre CAF

Récupérer

Profitez des siestes de bébé pour dormir et acceptez les coups de main qu'on vous offre.

Les visites

Réservées aux proches en bonne santé ; lavage des mains avant et après avoir touché bébé ; masque pour toute personne enrhumée.

CONGÉS

Depuis le 1er juillet 2026, un congé supplémentaire de naissance (1 à 2 mois par parent) s'ajoute aux congés de maternité et de paternité. Détails dans la fiche 26.

Mes rendez-vous à noter (voir la fiche 10)

Examen médical de bébé dans les 8 jours suivant la naissance · date : ____

Entretien postnatal précoce entre la 4e et la 8e semaine · date : ____

Consultation postnatale entre la 6e et la 8e semaine · date : ____

Ma sage-femme : _____

Tél. : _____

Sources · Assurance maladie, dépliant PRADO maternité · Santé.fr, Le suivi médical après l'accouchement · CAF, motifs d'intervention de l'aide à domicile · Santé publique France/DGS, prévention de la bronchiolite, 2022 · service-public.fr, congé supplémentaire de naissance, 2026 · justice.fr, examens obligatoires de l'enfant.

107 avenue Victor Hugo, 75116 Paris · Centre Geoffroy Saint-Hilaire, 75005 Paris
docteurkadoch.com · Docteur Kadoch Olivier, Paris, France

Document d'information · nov. 2026.
Il ne remplace pas la consultation.