

GAIARDO Sylvie
Sage- femme DE
67a rue de Deux Ponts
57200 SARREGUEMINES

❖ En fin de grossesse (pas avant 37SA) :

-**ACTEA RACEMOSA 9CH** .3 granules /jr jusqu' à l'accouchement.

❖ Pour le jour de l'accouchement :

➤ Quand le travail a débuté :

GELSENIUM 15CH : détente en début de travail (1 dose pour la maman et pour l'autre parent si nécessaire) et/ou une dose pendant le travail si anxiété ; permet à l'utérus un meilleur relâchement entre les contractions.

➤ Dès le début du travail : prendre 3 granules selon le besoin :

- **CAULOPHYLLUM 5CH** toutes les 1/2 heure voire tous les 1/4heure à associer à **ACTEA 9 CH** pour conserver des C.U. de bonne qualité.

❖ Après l'accouchement :

-**ARNICA 15CH** 1 DOSE juste après l'accouchement

1 DOSE le jour de la sortie

Compléter avec **ARNICA 9 CH granules** si douleurs de périnée ou utérine (3 granules 3 à 6X/jr)

-**SEPIA** 1 dose contre baby blues à prendre au 3^{ème} jour

-**CHINA RUBRA** 3 granules 2/jr (contre la fatigue) à débiter après acct

-**RICINUS COMMUNIS 4 CH** à partir du 2ème jour : 3granules 3X/jr (bonne montée de lait)

-**BRYONIA 9CH, PHYTOLACCA ET APIS 9CH** à partir du 3ème jour ou 4^{ème} jour : 3granules 3 à 6 X/jr contre douleurs liées à la tétée.

-**SUPPO EDUCTYL** avant le départ à la maternité