

Une doula culturelle vous accompagne lorsque vous êtes sur le point d'accoucher. Elle vous accompagne avant, pendant et après l'accouchement et parle la même langue que vous. Elle vous aide à vous sentir en sécurité et à comprendre plus facilement le personnel de l'hôpital. La doula sait comment fonctionnent le milieu hospitalier et peut vous l'expliquer. La doula est une personne de soutien et ne peut pas vous donner de conseils médicaux, mais elle peut vous aider à obtenir l'aide appropriée du corps médical, si vous en avez besoin.

AVANT: La doula vous rencontre, vous et votre partenaire, pendant la grossesse afin que vous puissiez faire connaissance et planifier ensemble comment vous souhaitez que se déroule l'accouchement. Il est important que le futur papa rencontre également la doula afin que la collaboration soit la meilleure possible.

ACCOUCHEMENT: La doula peut vous aider à appeler le centre d'accouchement lorsqu'il est temps d'aller à l'hôpital. Il est important d'appeler la doula bien à l'avance lorsque le travail commence afin qu'elle ait le temps de se préparer.



La doula vient à l'hôpital lorsque la sage-femme détermine qu'il est temps, afin que vous receviez du soutien lorsque vous en avez le plus besoin. La doula vous accompagne pendant le travail afin que vous vous sentiez en sécurité et vous aide à comprendre ce qui se passe et ce que disent les professionnels de la santé.

La doula est tenue au secret professionnel. Elle ne dira rien de ce que vous dites (tu dis) ou faites (fais) à personne d'autre.

APRES: La doula vous rencontre également après l'accouchement, à l'hôpital ou à domicile. Elle pourra ensuite vous aider à obtenir des réponses aux questions sur le bébé et la période après la naissance.

Obtenir l'aide d'une doula ne coûte rien, mais si vous souhaitez annuler l'accompagnement d'une doula, vous devez le faire le plus tôt possible, afin que la doula puisse aider quelqu'un d'autre à la place. De nombreuses femmes souhaitent avoir une doula. Vous pouvez le dire vous-même à votre sage-femme ou à la doula.

