

# Rendez-vous réguliers pendant la grossesse



## Contribuer à réduire le risque de mortinaissance

Assister régulièrement aux rendez-vous de suivi de grossesse contribue à vous protéger, vous et votre bébé. Ces consultations permettent de suivre la santé et la croissance de votre bébé. Vous pouvez aussi parler de ce qui vous préoccupe et apprendre comment réduire le risque de mortinaissance.

### Comment réduire le risque de mortinaissance

Évitez de fumer, ainsi que l'exposition à la fumée de cigarette.

Soyez consciente des mouvements de votre bébé et consultez s'ils changent.

À partir de 28 semaines, dormez sur le côté.

Discutez avec votre professionnel de santé de la date de naissance prévue de votre bébé.

## Vos rendez-vous de suivi de grossesse

À chaque rendez-vous, votre professionnel de santé peut :



Mesurer  
votre  
tension  
artérielle



Faire le  
point sur  
votre santé  
et votre  
bien-être



Mesurer la  
croissance  
de votre  
bébé



Vérifier les  
battements  
du cœur de  
votre bébé



Parler des  
mouvements  
de votre bébé

Contactez votre service de santé ou votre médecin généraliste (GP) pour prendre votre premier rendez-vous.

### À 10 semaines de grossesse

Ce rendez-vous sera plus long. Ce qui sera abordé :

- Parler de votre grossesse et estimer la date prévue pour votre accouchement.
- Parler de vos antécédents de santé, y compris votre bien-être mental et émotionnel.
- Discuter de compléments et de médicaments.
- Mesurer votre taille, votre poids et votre tension artérielle.
- Recevoir une ordonnance pour des analyses de sang et d'urine.
- Discuter des options de dépistage génétique (biologique).
- Recevoir une ordonnance pour votre première échographie (*ultrasound*).
- Parler du tabac, de l'exposition à la fumée de cigarette et des endroits où trouver du soutien.

#### VACCIN :

Vous pouvez vous faire vacciner contre la grippe (*influenza*) à n'importe quel stade de la grossesse.

### Semaines 16-19

- Discuter des premiers résultats concernant votre grossesse et de la nécessité éventuelle de compléments.
- Organiser votre échographie morphologique (*morphology scan*) de 18 – 20 semaines.

### Semaines 18-20

- Passer une échographie morphologique (*morphology scan*). C'est une échographie plus longue et détaillée pour vérifier les organes, la croissance et le développement de votre bébé.

#### VACCIN :

À tout moment entre 20 et 32 semaines, vous pouvez vous faire vacciner contre la coqueluche (*whooping cough*).

### Semaines 24-28

- Dépistage du diabète gestationnel (taux de sucre élevé dans le sang).
- Faire les autres analyses de sang de routine (si nécessaire).
- À partir de 28 semaines, dormez sur le côté.

#### INJECTION :

Vers 28 semaines, selon les résultats de votre analyse de sang précédente, vous aurez peut-être besoin d'une injection d'anti-D.

### Semaines 29-34

- Discuter de vos résultats d'analyses.
- **Note** : Si vous avez déjà reçu une injection d'anti-D, vous recevrez une autre injection à ce moment-là.
- Discuter de votre projet de naissance et des options pour soulager la douleur.

#### VACCIN :

À tout moment entre 28 et 36 semaines, vous pouvez vous faire vacciner contre le RSV.

### Semaines 35-37

- Vérifier la position de votre bébé et jusqu'où il est descendu dans votre bassin.
- Parler de la naissance, du soutien au bien-être mental, des soins à apporter à votre nouveau-né ainsi que ce qu'il faut savoir sur les tests de dépistage du nouveau-né, et la vitamine K pour votre bébé.
- **Test** : Un test de dépistage du streptocoque du groupe B (GBS) peut vous être proposé. Votre professionnel de santé peut effectuer un prélèvement (*swab*) au niveau du bas du vagin et du rectum. Si le test est positif, on vous proposera généralement des antibiotiques pendant l'accouchement pour protéger votre bébé.

### Semaines 38-40

- Vérifier la position de votre bébé et jusqu'où il est descendu dans votre bassin.
- Discuter du moment le plus sûr pour la naissance de votre bébé.

### 41 semaines

- Discuter des options pour aider à déclencher l'accouchement si vous n'avez pas encore accouché.

En plus de ces rendez-vous réguliers, votre professionnel de santé peut vous en suggérer d'autres si nécessaire.



Si vous avez des questions entre les rendez-vous, vous pouvez contacter votre service de santé ou appeler la **Pregnancy, Birth and Baby Hotline** au **1800 882 436**.

Si vous avez besoin d'un-e interprète, informez votre professionnel de santé lorsque vous prenez vos rendez-vous.

