

C'EST BON D'EN PARLER

Il importe que vous et l'équipe qui assure vos soins pendant la grossesse soyez sur la même longueur d'onde.

- *Parlez-leur du père du bébé et de la place qu'il occupe dans votre grossesse.*
- *Dites-leur si vous vous sentez aimée et protégée.*
- *Expliquez-leur comment parents et amis réagissent à votre grossesse.*
- *Assurez-vous que vous pourrez suivre les cours prénatals.*
- *Abordez le sujet de l'allaitement.*



N'oubliez pas d'apporter ce guide lorsque vous vous rendez chez le médecin.

À quelle fréquence dois-je consulter mon fournisseur de soins de santé?

Au début de la grossesse, des visites médicales à toutes les quatre à six semaines suffiront. Après 30 semaines de grossesse, vous devez revenir à des intervalles de deux à trois semaines. Après la 36^e semaine, il faut voir votre fournisseur de soins de santé chaque semaine ou au moins aux deux semaines et ce, jusqu'au début du travail.

La première consultation prénatale

Le premier examen est habituellement plus approfondi et plus long que ceux qui suivront. Il peut comprendre un diagnostic biologique (test de grossesse) pour confirmer la grossesse, un examen du bassin et des organes de reproduction, de même qu'un examen physique complet. Le fournisseur de soins de santé sondera votre cœur et vérifiera votre tension artérielle. On notera votre taille et votre poids.

Vous aurez aussi une bonne conversation avec votre fournisseur de soins de santé. Il discutera avec vous de vos antécédents médicaux et obstétricaux. Si vous avez déjà rencontré votre fournisseur de soins de santé au moment où vous planifiez la grossesse, vous voudrez sans doute passer en revue les questions que vous avez abordées à ce moment-là. Au cours de cette visite, votre fournisseur de soins de santé calculera aussi votre date d'accouchement. Ce calcul est habituellement effectué à partir du 1^{er} jour de votre dernière période menstruelle. Ainsi, assurez-vous d'avoir en main cette date pour votre première consultation.

Votre fournisseur de soins de santé sait que vous devez être bien renseignée au sujet de votre grossesse et du développement de votre bébé. Malheureusement, les consultations prénatales chez votre fournisseur de soins de santé, y compris la première consultation, ne sont jamais assez longues pour vous permettre d'aborder tous les sujets. C'est pourquoi aussi on vous invite à vous renseigner en lisant des ouvrages sur le sujet, comme le présent guide, et en suivant des cours prénatals.

À quoi servent toutes ces analyses?

Lors de votre première consultation prénatale, on recommande systématiquement une série d'analyses de laboratoire. Ces analyses permettent de prévoir les risques auxquels vous ou votre bébé êtes exposés. On recommandera probablement les analyses suivantes :

Hémoglobine – Cette analyse vérifie la capacité de votre sang à absorber suffisamment de fer et d'oxygène. (Référez-vous à la page 11 Qu'est-ce que l'anémie?)

Groupe sanguin et dépistage des anticorps – Ces analyses sanguines déterminent votre groupe sanguin et votre facteur Rh tout en décelant les anticorps irréguliers (voir Le groupe sanguin et le facteur Rh à la page suivante).

Titre d'anticorps rubéoleux – Cette analyse sanguine vérifie votre immunité à la rubéole. (Voir page 18 La rubéole)

Varicelle – Si vous avez déjà eu cette maladie, votre organisme est déjà immunisé et le dépistage ne sera pas nécessaire. Dans la négative, vous devrez subir un test pour vérifier les anticorps à ce virus.

Antigène de surface de l'hépatite B – Cette analyse sanguine révèle tout contact que vous pouvez avoir eu avec le virus de l'hépatite B (apprenez-en plus sur l'hépatite B en page 29).

VDRL – Cette analyse révèle s'il y a eu contact avec la syphilis, une infection transmissible sexuellement.

QU'EST CE QUE L'ÉRYTHÈME INFECTIEUX AIGU (CINQUIÈME MALADIE) ET DEVRAIS-JE M'EN INQUIÉTER?

L'érythème infectieux aigu (cinquième maladie) est une infection virale courante causée par le parvovirus B19. Parce que les jeunes enfants peuvent la contracter, les femmes enceintes peuvent souvent être en contact avec cette maladie. Le virus cause une innocuité de la maladie chez les enfants, souvent une éruption rouge sur le visage, le tronc et les membres. Si une femme enceinte y est exposée, habituellement aucune complication sérieuse n'en résulte. Plus de la moitié des femmes ont déjà été infectées et présentent donc une immunité contre cette maladie. La fièvre, une éruption et l'arthralgie sont les symptômes de cette maladie, mais la plupart des femmes n'en présente aucun. Dans de très rares occasions, cette maladie peut infecter le fœtus et provoquer la maladie ou le décès.

Si une femme enceinte est exposée à l'infection au parvovirus ou en manifeste les symptômes, elle devrait subir des tests sanguins déterminant la présence d'anticorps pour savoir si elle est immunisée contre l'infection. Certaines femmes courent plus de risques de contracter l'infection, notamment les monitrices de garderie, les enseignantes et les mères de jeunes enfants. Se laver les mains souvent peut réduire le risque d'infection, mais aucune indication ne permet de penser que l'éloignement de la zone de travail réduise le risque d'infection. Si vous êtes enceinte et croyez avoir été exposée à ce virus, consultez votre fournisseur de soins de santé.

SUIS-JE À RISQUE DE CONTRACTER L'HÉPATITE B?

- J'ai reçu une transfusion sanguine ou un produit sanguin pour traiter un trouble de coagulation.*
- J'ai eu plus d'un partenaire sexuel.*
- Je me suis injecté des drogues.*
- J'ai partagé les aiguilles d'autres personnes à cette occasion.*
- Je manipule du sang ou des produits sanguins dans l'exercice de mon travail.*
- Je suis née en Asie.*

Si vous avez coché une de ces affirmations, vous êtes à risque de contracter l'hépatite B.



Si vous avez l'hépatite B, votre bébé peut être protégé par un vaccin.

Analyse d'urine - Elle sert à vérifier le taux de sucre et de protéines présents dans votre urine, et à déceler toute infection urinaire (les infections chroniques du méat urinaire sont liées à un risque accru de travail prématuré).

Test de Papanicolaou (cytologie ou test « Pap ») - Ce test est effectué pour dépister le cancer du col de l'utérus ou signaler un état qui pourrait y mener.

VIH - Cette analyse sanguine vérifie s'il y a contamination au VIH, le virus responsable du sida.

Le groupe sanguin et le facteur Rh

Vous appartenez à un des groupes sanguins suivants : A, B, AB ou O. Votre appartenance au groupe sanguin est déterminée par le type d'« antigène » agglutiné aux cellules de votre sang. L'antigène est une protéine qui déclenche une réaction de votre système immunitaire (celui-là même qui vous protège des infections). Les cellules du sang de type A n'ont que des antigènes A. Les cellules du groupe sanguin B possèdent uniquement des antigènes B, tandis que les cellules du groupe AB possèdent des antigènes A et B. Les cellules du groupe O n'ont pas d'antigènes.

Qu'est-ce que la maladie du facteur Rh?

Un autre antigène s'agglutine parfois aux cellules sanguines, l'antigène du facteur Rh. Si votre sang contient cet antigène, il est de type Rh positif; s'il n'en contient pas, il est de type Rh négatif. Seulement 15 pour cent de la population a le type Rh négatif. Cependant, si vous êtes Rh négatif et votre conjoint Rh positif, il se peut que le bébé hérite le type Rh de son père plutôt que le vôtre et qu'il soit ainsi Rh positif. Toutefois, si un bébé Rh positif se développe dans l'utérus d'une mère Rh négatif, les deux groupes sanguins sont incompatibles. S'il arrivait qu'une petite quantité du sang de la mère se mélange avec un peu du sang du bébé, par exemple à la naissance ou à l'occasion d'un saignement pendant la grossesse, le corps de la mère pourrait réagir comme s'il était allergique au bébé. Il se mettrait à produire des anticorps pour combattre les antigènes de type positif du sang de son bébé. C'est ce qu'on appelle la maladie du facteur Rh.