

Soins prénataux



Notes pour l'animatrice :

REMARQUE : Veuillez vous reporter au sommaire du module où vous trouverez le but, les objectifs et le déroulement du module, le matériel particulier à utiliser, la documentation à distribuer et la bibliographie.

S'il s'agit du premier cours :

- Souhaitez la bienvenue aux personnes participantes.
- Régie interne : toilettes, pauses, longueur de la séance, règles de base, respect.
- Demandez aux couples (ou individus) de se joindre à un autre couple (ou individu) et de se présenter mutuellement (nom, date d'accouchement prévue, nom du prestataire de soins de santé, ce qu'elles aimeraient mentionner au sujet de la grossesse). Ensuite, demandez aux couples (ou individus) de présenter l'autre couple (ou individu) au groupe.
- Donnez un sommaire des sujets qui seront abordés.
- Distribuez le document *Partir du bon pied* ou *Un départ en santé pour mon bébé et moi* à chacune des femmes enceintes .
- Fournissez une liste des ressources locales.
- Lors de la première session, il est préférable d'aviser les participants que vous avez l'obligation de signaler toute inquiétude que vous pourriez avoir concernant la sécurité ou le bien-être d'un enfant (incluant être témoin d'un mauvais traitement à la mère) au service de protection de l'enfance. (Ceci s'applique seulement s'il y a déjà des enfants dans la famille.)

Activité proposée/brise-glace :

Demandez aux personnes participantes de dresser la liste des sujets et des questions qu'elles voudraient voir abordées au chapitre des soins prénataux; écrivez-les sur un tableau à feuilles (*flipchart*) et veillez à couvrir tous les points avant la fin de la séance. Vous pourriez diviser la classe en sous-groupes, ce qui permettra aux personnes participantes de mieux se connaître et de faire émerger plus de sujets.

Importance des soins prénataux périodiques

- Aide à vivre une grossesse en santé.
- Permet de prévenir et de déceler les problèmes de santé.
- Donne l'occasion de poser des questions et de prendre des décisions pour vos soins.
- Donne accès à des services offerts dans la collectivité.



best start
meilleur départ
Néonatal Centre/ Centre de néonatalité
by/par health nexis santé

Notes pour l'animatrice :

- Il est important de commencer à recevoir des soins prénataux le plus tôt possible durant la grossesse. Cela peut permettre d'atténuer le risque d'un accouchement prématuré.
- Un bilan de santé avant d'essayer de tomber enceinte permet de mieux se préparer à la grossesse. Des soins prénataux réguliers et précoces aideront à avoir une grossesse saine et un bébé en santé.
- Par soins prénataux, on entend les visites périodiques chez votre prestataire de soins de santé et même les tests et examens visant à contrôler la santé et le bien-être de la femme enceinte et du fœtus.
- Les prestataires de soins de santé se préoccupent du bien-être et de la santé physique et affective tant de la femme enceinte que de la ou du partenaire.
- Il y a des avantages à faire participer le ou la partenaire ou une personne de confiance aux soins prénataux. (Remarque pour les éducatrices et les éducateurs en soins prénataux : ce commentaire n'est peut-être pas approprié en situation de violence; prenez soin de choisir vos mots.)
- Les futurs parents ont l'occasion de parler de leurs inquiétudes et des changements vécus avec leur prestataire de soins de santé. Ils peuvent poser des questions, partager ce qui est important pour eux et être impliqués dans la prise de décision à propos de leurs soins.
- Votre prestataire de soins de santé vous renseignera sur les services où il est possible d'obtenir du soutien dans votre localité, par exemple : l'hôpital ou la maison des naissances, les cours prénataux, le bureau de santé publique, les services sociaux et autres.

Qui sont les prestataires de soins de santé?

- Médecins de famille
- Obstétriciennes ou obstétriciens
- Sages-femmes agréées
- Infirmières praticiennes ou infirmiers praticiens



Notes pour l'animatrice :

- La femme a le choix parmi les prestataires de soins de santé.
- Un prestataire de soins de santé est une personne qui donne des services de santé. Il peut s'agir d'une obstétricienne ou d'un obstétricien, du médecin de famille, d'une sage-femme agréée, d'une infirmière praticienne ou d'un infirmier praticien.
- Les soins prénataux réguliers dispensés par l'un de ces prestataires de soins de santé sont couverts par l'Assurance-santé de l'Ontario. Leur disponibilité dépend du lieu de résidence de la mère, de son état de santé et de celui de l'enfant.
- Les médecins de famille fournissent des soins aux femmes enceintes, aux bébés et aux familles et pratiquent parfois des accouchements.
- Les obstétriciennes et les obstétriciens fournissent des soins aux femmes enceintes et pratiquent les accouchements, mais ne soignent pas les bébés.
- Les sages-femmes agréées fournissent des soins aux femmes présentant une grossesse et un accouchement à faible risque. Vous avez le choix d'accoucher soit à l'hôpital, soit à la maison des naissances, soit à la maison. Les sages-femmes agréées soignent les mères et les nourrissons pendant les six premières semaines suivant la naissance.
- Les infirmières praticiennes ou les infirmiers praticiens offrent des soins aux femmes présentant une grossesse et un accouchement à faible risque, aux nourrissons et aux familles.
- Normalement, les infirmières praticiennes ou les infirmiers praticiens ne pratiquent pas d'accouchement quoiqu'elles ou ils le font parfois en région éloignée.
- Dans certains cas, le médecin de famille s'occupera des soins prénataux au début de la grossesse puis transférera le dossier à une obstétricienne ou à un obstétricien vers la 32^e semaine de grossesse (surtout dans les grandes régions urbaines comme le Grand Toronto).

Conseils pour choisir votre prestataire de soins de santé

- Accès Soins (www.ontario.ca/accessoins)
- Options de soins de santé à proximité (www.ontario.ca/optionsdesoinsdesante)
- Ontario Midwives (www.ontariomidwives.ca) (en anglais)



best start
meilleur départ
Meilleur Centre/Center de l'Ontario
by/par health nexis santé

Notes pour l'animatrice :

- Demandez si toutes les personnes participantes ont un prestataire de soins de santé. Sinon, mentionnez les ressources sur la diapo.
- Les prestataires de soins de santé différents suivent différents modèles de soins :
 - Le modèle médical a tendance à voir la grossesse comme une condition médicale avec des risques inhérents qui nécessitent une intervention. La femme peut être une participante plus passive dans ses soins.
 - Le modèle de sage-femme a tendance à voir la grossesse comme une étape de la vie normale, qui nécessite une intervention uniquement en cas de complications. La femme est une participante active dans ses soins.
- La recherche montre que l'effet du prestataire (c.-à-d., le modèle de soins du prestataire) est l'un des plus grands indicateurs de la prise en charge que la femme recevra, indépendamment de sa volonté.
- Si, pendant votre grossesse, vous trouvez que votre prestataire de soins de santé n'est pas bien apparié pour vous, ceci peut être parce que son modèle de soins ne correspond pas à vos besoins. Vous pouvez, ou non, avoir la possibilité de changer de prestataire de soins de santé (selon la disponibilité des prestataires de votre région), mais vous avez le droit d'essayer. Ceci dépendra aussi de votre santé et la santé de votre bébé à naître.
- Lors du choix d'un prestataire de soins de santé, il est important de choisir quelqu'un qui partage vos croyances sur la grossesse, le travail, la naissance et l'allaitement. Vous pouvez en savoir plus sur les croyances et le modèle de soins d'un prestataire de soins de santé en posant des questions spécifiques, telles que:
 - Combien de temps avez-vous pour moi pendant les visites prénatales? Qu'est-ce qui se passe lors de ces visites?
 - Quelles sont mes options sur l'endroit où je donne naissance?
 - Qu'est-ce qui se passe quand un de vos clients typique commence le travail? Pourriez-vous me guider dans le processus? (Vous voulez avoir une idée des pratiques typiques.)
 - Qui d'autre sera impliqué dans mes soins?
- Voici d'autres considérations :
 - La personne est-elle facile à aborder et à comprendre?
 - Est-elle à votre écoute et répond-elle à vos questions?
 - Pouvez-vous vous rendre à ses bureaux facilement?
 - Pouvez-vous lui parler par téléphone?
 - Votre bébé sera-t-il ensuite soigné par cette même personne?
 - Préférez-vous que le prestataire de soins de santé soit un homme ou une femme? Soulignez le fait que dans biens des communautés, le choix ne sera peut-être pas possible.
 - Que disent les autres mères au sujet de cette personne?

À quelle fréquence devrais-je voir mon prestataire de soins de santé?

Après la première visite, vous devriez voir votre prestataire de soins de santé :

- Une fois par mois jusqu'à la 28^e semaine de grossesse.
- Toutes les deux semaines jusqu'à la 36^e semaine de grossesse.
- Puis toutes les semaines jusqu'à l'accouchement.

best start
meilleur départ
Recherche Centre/Center de Recherche
by/par health nexis santé

Notes pour l'animatrice :

- Les examens de santé prénatale périodiques permettent d'assurer un suivi et les meilleurs soins possibles à la femme enceinte et au fœtus tout au long de la grossesse.
- On fixe le premier rendez-vous avec le prestataire de soins de santé une fois la grossesse confirmée (d'habitude à l'aide d'un test de grossesse effectué à la maison).
- Encouragez votre partenaire ou une personne de confiance à vous accompagner aux examens médicaux prénataux afin que vous puissiez tous les deux vous familiariser avec votre prestataire de soins de santé et discuter du rôle de votre partenaire durant la grossesse, le travail et l'accouchement.
- Les prestataires de soins de santé sont en mesure de répondre aux questions, de discuter des inquiétudes et d'aiguiller les femmes enceintes vers des services pertinents dans la collectivité.

Conseils pour votre visite chez votre prestataire de soins de santé

- Écrivez toutes vos questions avant votre visite.
- Invitez votre partenaire ou une personne de confiance à vous accompagner.
- Demandez toujours des éclaircissements si vous ne comprenez pas.
- Prenez des décisions éclairées.
- Commencez à penser à votre plan d'accouchement.



best start
meilleur départ
Resource Centres/ Centres de ressources
Support health **nexus** santé

Notes pour l'animatrice :

- Il aide d'être préparée avant vos visites prénatales en écrivant des questions à l'avance et en les amenant avec vous.
- Votre partenaire ou une personne de soutien peut vous aider à noter ce qui a été dit et / ou fait lors de la visite.
- **Expliquez le concept du choix éclairé** : Les femmes prennent une part active à la prise de décision au chapitre des soins qu'elle reçoivent. Les prestataires de soins de santé donnent tous les renseignements nécessaires pour aider les femmes à faire des choix éclairés.
- Comprendre pourquoi les évaluations et les interventions peuvent être nécessaires pendant votre grossesse peut vous aider à prendre de meilleures décisions pour vous et votre bébé. Vous trouverez peut-être utile de discuter de ce qui suit avec votre prestataire de soins de santé:
 - Pourquoi recommande-t-on ce test ou ce traitement? Quels sont les bénéfices pour moi ou pour mon bébé?
 - Quels sont les risques? Comment ceci peut affecter mon bébé ou m'affecter?
 - Y a-t-il des alternatives?
 - Que me dit mon intuition?
 - Que va-t-il se passer si je dis non, ou, pas tout de suite? Vous avez peut-être besoin de temps pour décider.
- Plus d'informations sur prendre des décisions éclairées peuvent être trouvées à www.aboutkidshealth.ca/Fr/ResourceCentres/PregnancyBabies/Pregnancy/Pages/Informed-Choice-and-Informed-Consent.aspx.
- Un plan de naissance est un outil qui peut être utilisé pour communiquer vos préférences pendant la grossesse, le travail et l'accouchement. Certains prestataires de soins de santé peuvent fournir un plan de naissance standardisé qui peut être personnalisé. Vous pouvez choisir de créer le vôtre, selon ce qui est important pour vous. Informez-vous des pratiques de routine de votre lieu de naissance. Discutez-en avec votre prestataire de soins de santé quand vous partagez vos préférences.

Soins de santé au début de la grossesse

Votre prestataire de soins de santé...

- Vous posera des questions sur votre santé avant la grossesse.
- Prendra des notes sur vos antécédents médicaux et familiaux.
- Discutera de l'utilisation des médicaments.
- Calculera votre date d'accouchement approximative.
- Procédera à un examen physique.
- Vous interrogera sur votre style de vie et sur celui de votre partenaire (nutrition, cigarette, alcool, etc.).
- Se renseignera au sujet de votre santé affective.



best start
meilleur départ
Réseau Centres/Centres de Préventive
by/par health nexis santé

Notes pour l'animatrice :

- Le prestataire de soins de santé recueille tous les détails pouvant l'aider à donner des soins prénataux personnalisés.
- Il posera des questions, entre autres, sur les antécédents médicaux et génétiques, les grossesses précédentes, l'immunisation, le style de vie.
- Il est important que la femme enceinte soit directe et honnête en ce qui a trait à ses antécédents médicaux et à son style de vie.
- Les premières visites peuvent prendre plus de temps que les suivantes.
- La date d'accouchement prévue se calcule en comptant neuf mois sur le calendrier plus sept jours depuis le premier jour des dernières menstruations.
- Environ 85 pour cent des bébés naissent une semaine avant ou une semaine après la date prévue (généralement après), et seulement 4 pour cent naissent à la date précise prévue pour l'accouchement.
- L'examen médical peut comprendre, entre autres, un autre test de grossesse, un examen interne et un test Pap, un examen des seins, un contrôle de la pression artérielle, une mesure du poids, une analyse d'urine et des prélèvements sanguins.
- Il importe de faire une évaluation de votre santé affective, puisque la grossesse fait vivre bien des changements et bien des sentiments.
- Les changements hormonaux influencent l'humeur tout au long de la grossesse, mais perturbent davantage entre la 6^e et la 10^e semaine, puis durant le troisième trimestre quand la femme se prépare à l'accouchement.
- Une femme sur dix souffre de dépression durant la grossesse.
- Il est important pour la femme enceinte de discuter de ses sentiments lors de ses visites médicales prénatales.

Soins de santé au début de la grossesse

En plus, votre prestataire de soins de santé...

- Vous suggérera certains tests et examens.
- Discutera de ce que vous pouvez faire pour accoucher d'un bébé en santé.
- Vous posera des questions au sujet de votre situation familiale et de votre cadre de vie.
- Répondra à toutes vos questions.
- Vous fournira des renseignements sur les services disponibles dans la communauté.



best start
meilleur départ
Recommandé par le Centre de l'Enfant et de la Famille
by/par health nexis santé

Notes pour l'animatrice :

- Les diapositives suivantes donnent plus de détail au chapitre des tests et des examens prénataux de routine.
- En ayant de l'information sur le milieu et les traditions culturelles et ethniques, le prestataire de soins de santé est plus en mesure de fournir des soins prénataux personnalisés.
- Certains groupes ethniques présentent davantage de risques en ce qui concerne certaines maladies génétiques (p. ex., anémie falciforme pour les personnes de descendance africaine ou thalassémie pour les personnes de descendance méditerranéenne).
- Les nouveaux arrivants peuvent avoir été exposés à certains risques particuliers qui sont endémiques dans leur pays d'origine (p. ex., hépatite B chez les femmes enceintes nées en Asie).

Remarque : n'abordez pas la question de la violence faite aux femmes dans les groupes mixtes où les partenaires participent à la séance.

- Dans environ 40 pour cent des cas, la violence faite aux femmes commence pendant la première grossesse.
- La violence peut être physique, affective, sexuelle, financière ou autre et fait du tort à la femme enceinte et, dans une certaine mesure, au fœtus.
- La violence physique peut avoir pour conséquence de donner naissance prématurément ou d'accoucher d'un bébé trop petit.
- Les femmes peuvent se confier à leur prestataire de soins de santé et avoir ainsi accès à du soutien et à des services.

À quoi vous attendre lors de chaque rendez-vous prénatal?

- Analyse d'urine
- Contrôle de la pression artérielle
- Contrôle du gain pondéral
- Mesure de la hauteur utérine
- Contrôle de la fréquence cardiaque du fœtus
- Position du bébé

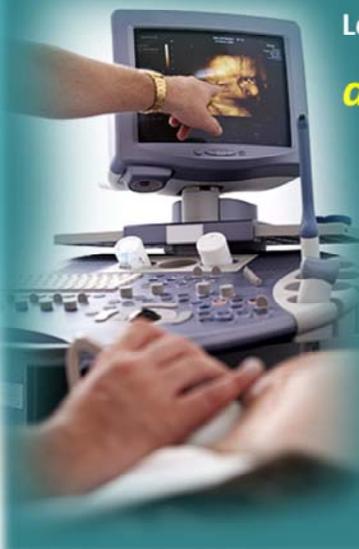


best start
meilleur départ
Réseau Centres/Centres de Prévention
by/par health nexis santé

Notes pour l'animatrice :

- L'analyse d'urine sert à dépister le taux de glycémie (sucre) et la teneur en protéines. À l'heure actuelle, on remet en question la validité de ce test pour déceler la glycémie, mais une bonne partie des prestataires de soins de santé préfèrent y avoir recours. Discutez de ceci avec votre prestataire de soins de santé afin de pouvoir faire une décision éclairée à propos de ceci et d'autres tests de routine.
- Le taux de glycémie peut montrer un risque de diabète gestationnel.
- La teneur en protéines peut montrer un risque d'hypertension gestationnelle (toxémie pré-éclampsique) ou un risque d'infection.
- L'analyse d'urine permet de déterminer s'il y a infection urinaire, ce qui peut augmenter le risque d'accoucher prématurément.
- La pression artérielle est contrôlée à chaque visite médicale afin de déceler toute hypertension artérielle, ce qui pourrait présenter un risque d'hypertension gestationnelle.
- Le poids est habituellement mesuré à toutes les visites afin de surveiller le gain pondéral et de discuter de l'apport nutritionnel.
- La hauteur utérine est mesurée à chaque visite afin d'évaluer la croissance du bébé et l'âge fœtal en prenant une mesure du haut de l'os pubien au haut de l'utérus (fundus).
- Cette distance devrait augmenter tout au long de la grossesse.
- Entre la 18^e et la 30^e semaine, la hauteur utérine en centimètres s'apparente à l'âge du fœtus en semaines.
- La fréquence cardiaque du fœtus peut être détectée à partir de la 10^e à la 12^e semaine de grossesse. Celle-ci donne une indication du bien-être du bébé.
- Lorsque le fœtus est suffisamment gros, le prestataire de soins de santé palpera l'utérus pour déterminer la position du bébé.
- L'examen vaginal ne se fait pas à chaque visite.

Tests normalement offerts durant la grossesse



Le dépistage anténatal peut se faire à des fins de **dépistage** ou de **diagnostique**

Tests habituels :

- Analyse sanguine
- Analyse d'urine
- Échographie
- Dépistage génétique
- Décompte des mouvements du bébé
- Test de tolérance au glucose
- Cultures vaginales ou prélèvements

best start
meilleur départ
Réseau Centre/Est de l'Ontario
by your health **nexis** santé

Notes pour l'animatrice :

- Les **tests de dépistage** servent à déterminer si la femme enceinte et le fœtus présentent un risque plus élevé que la population générale d'être atteints de troubles quelconques (p. ex., dépistage par le sérum maternel). Si un test de dépistage est positif, la femme enceinte peut choisir de subir un test diagnostique.
- Les **tests diagnostiques** servent à confirmer les problèmes de santé potentiels soit chez la femme enceinte soit chez le bébé (p. ex., amniocentèse). Les tests normalement effectués au début de la grossesse comprennent l'analyse sanguine, l'analyse d'urine et l'échographie. Il arrive aussi qu'on procède au dépistage du VIH.
- Les tests normalement effectués plus tard durant la grossesse comprennent le test de tolérance au glucose (afin de déceler le diabète gestationnel), le décompte des mouvements du bébé (afin de confirmer l'activité fœtale) et le dépistage d'une infection à streptocoques du groupe B.
- Le décompte des mouvements du bébé ne se fait pas automatiquement. Le prestataire de soins de santé y a recours seulement s'il décèle un problème potentiel. L'examen de réactivité fœtale pourrait être proposé plus tard durant la grossesse.
- **Même si votre prestataire de soins de santé vous recommande certains tests, c'est à vous, la femme enceinte, de décider si vous voulez aller de l'avant ou non avec ces tests.**
- Aucun test de dépistage n'est précis à 100%.
- Aucun test ne permet de déceler tous les troubles potentiels.
- Les familles doivent s'assurer d'avoir assez d'information au sujet des tests pour prendre une décision éclairée. Que doit-on savoir pour faire un choix éclairé? (P. ex., avantages, limites, risques pour la femme enceinte et le fœtus, solutions de rechange au test.)
- Le prestataire de soins de santé prend en compte le résultat de tous les tests lorsqu'il évalue la santé globale de la femme enceinte et du bébé.

Que peut m'apprendre une analyse sanguine?

- Groupe sanguin et facteur Rh
- Formule sanguine



best start
meilleur départ
Réseau Centres/Centres de périnatalité
by your health nexis santé

Notes pour l'animatrice :

- L'analyse sanguine permet au prestataire de soins de santé de déterminer ou d'évaluer les risques par rapport à la santé de la femme enceinte et à celle du bébé.
- Le nombre de prélèvements sanguins dépend des antécédents médicaux de la femme enceinte.

Groupe sanguin et facteur Rhésus (Rh)

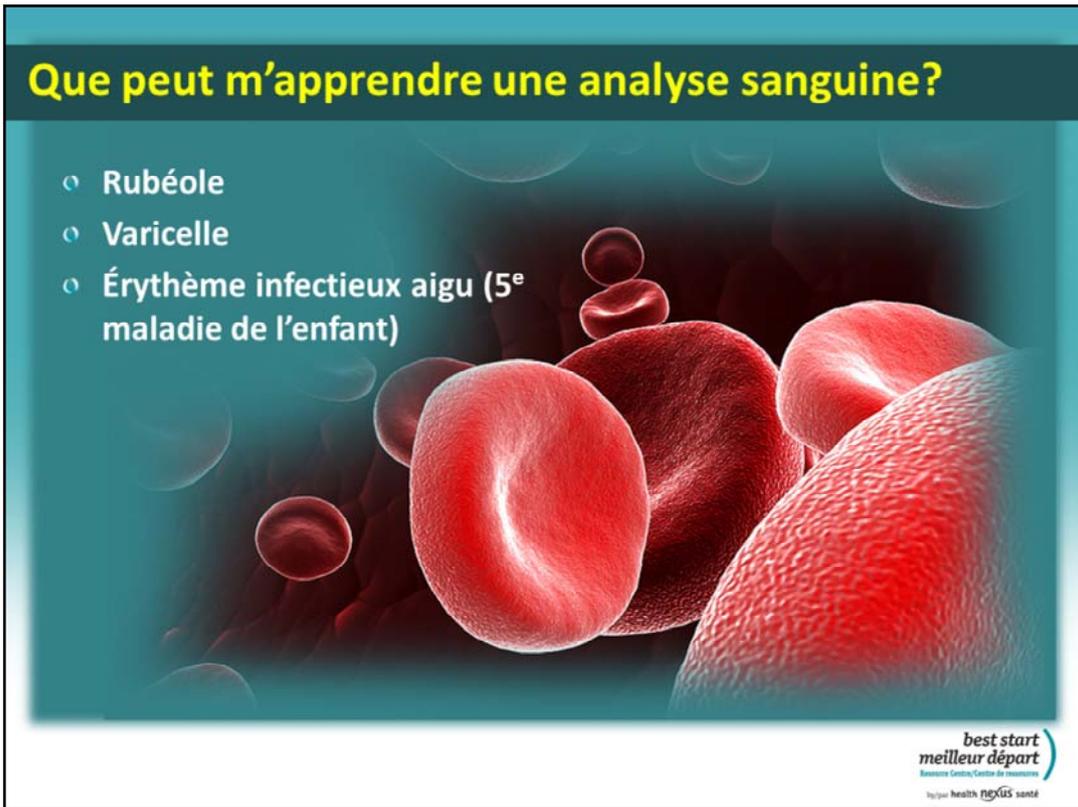
- Il est important de connaître le groupe sanguin de la femme enceinte au cas où il serait nécessaire de faire une transfusion sanguine, mais aussi afin de déterminer tout risque d'incompatibilité avec le sang du bébé.
- Il existe quatre groupes sanguins : O, A, B et AB (O est le groupe le plus répandu et les sujets sont des « donneurs universels »).
- L'analyse du groupe sanguin permet également de déterminer si la femme enceinte est « Rh positive » ou « Rh négative ».
- Si la femme enceinte est Rh négative et que le bébé est Rh positif, leurs groupes sanguins sont incompatibles, ce qui pourrait donner lieu à des complications.
- Seulement 15 pour cent des femmes enceintes sont Rh négatives, ce qui veut dire que le sang de la femme ne contient pas le facteur Rh.
- Si la femme enceinte est Rh négative, on suggère de lui donner une injection de RhoGAM (une immunoglobuline qui protège le bébé des immunoglobulines de la mère) entre la 28^e et la 32^e semaine de grossesse.
- L'injection de RhoGAM à la mère peut se faire après la naissance, dépendamment du groupe sanguin du bébé.

Formule sanguine

- Elle permet de déterminer la concentration de globules rouges, de globules blancs et de plaquettes.
- Une femme enceinte ayant une faible concentration d'hémoglobine souffre d'anémie ou présente un risque d'anémie (selon la faiblesse). Ceci peut mener à un travail prématuré et un faible poids à la naissance.

Que peut m'apprendre une analyse sanguine?

- Rubéole
- Varicelle
- Érythème infectieux aigu (5^e maladie de l'enfant)



Notes pour l'animatrice :

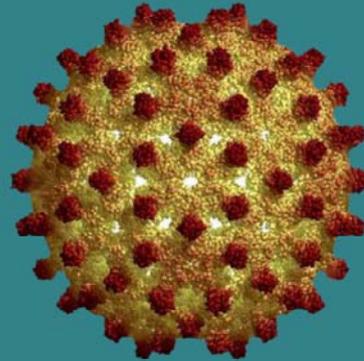
Rubéole, varicelle et érythème infectieux aigu (5^e maladie de l'enfant)

- La rubéole et la varicelle peuvent provoquer des malformations graves du fœtus si elles surviennent chez la femme durant la grossesse.
- L'érythème infectieux aigu peut causer de l'anémie ou une fausse couche.
- La plupart des femmes ont été vaccinées contre la rubéole ou sont peut-être immunisées parce qu'elles ont été exposées à la varicelle ou à l'érythème infectieux aigu plus tôt dans leur vie.
- L'analyse sanguine permet d'établir la validité de l'immunisation.
- Il n'y a aucune inquiétude à avoir si vous avez été immunisée avant votre grossesse.
- Demandez quels sont vos risques à votre prestataire de soins de santé, si vous n'avez reçu aucun vaccin contre la rubéole ou la varicelle. Il n'existe pas encore de vaccin pour l'érythème infectieux aigu.
- Envisagez la vaccination de la mère après la naissance du bébé.

Que peut m'apprendre une analyse sanguine?

Elle permet aussi de déceler :

- la présence ou non de l'hépatite B



Hépatite B

Notes pour l'animatrice :

Hépatite B

- L'hépatite B est une infection virale causant l'inflammation du foie; une personne sur 250 est porteuse de l'hépatite B.
- Un bon nombre de personnes infectées sont des porteuses chroniques et ne savent pas qu'elles sont infectées.
- Les vecteurs de transmission les plus courants sont :
 - recevoir une transfusion de sang ou de produits sanguins
 - avoir de multiples partenaires sexuels
 - être née en Asie
 - faire usage de drogues prises par voie intraveineuse et partager les aiguilles
 - être en contact avec du sang et des produits sanguins
- Les femmes enceintes infectées ne présentent pas nécessairement de symptômes visibles. L'hépatite B peut causer un avortement spontané (fausse couche) ou un accouchement prématuré.
- Si l'infection n'est pas décelée chez la femme enceinte, le bébé a un risque sur deux d'être infecté et de devenir un porteur chronique.
- « La bonne nouvelle est que l'on peut maintenant traiter les bébés nés de mères porteuses de l'hépatite B, tôt après leur naissance. On administre aux bébés de l'immunoglobuline anti-hépatite B ainsi qu'un vaccin contre l'hépatite B. On évite ainsi, dans une proportion de 95 pour cent, que ces bébés soient atteints et deviennent à leur tour porteurs de l'hépatite B. » (*Partir du bon pied*, 4^e édition , page 29).

Que peut m'apprendre une analyse sanguine?

Elle permet aussi de déceler :

- le VIH/sida
- le VDRL (syphilis)



VIH/sida

best start
meilleur départ
Réseau Centres/Unités de Pédiatrie
by/par health nexis santé

Notes pour l'animatrice :

VIH/sida

- Le VIH (virus de l'immunodéficience humaine) se trouve dans le sang, dans les sécrétions vaginales, dans le lait maternel et dans le sperme d'une personne infectée.
- Le virus affecte le système immunitaire de la femme enceinte et celui du bébé et peut mener au sida.
- L'apparition des symptômes peut prendre plus de cinq ans, c'est pourquoi bien des femmes enceintes ignorent qu'elles ont contracté le virus.
- La femme enceinte peut transmettre le virus in utero, lors de l'accouchement ou lors de l'allaitement.
- Si une femme enceinte est séropositive, elle peut prendre certains médicaments et subir certains traitements qui aideront à réduire le risque de transmission au bébé.
- Un nourrisson né d'une femme séropositive peut lui aussi subir un traitement pendant les six semaines suivant la naissance, ce qui devrait réduire substantiellement le risque de transmission.
- Pour une femme enceinte séropositive qui ne reçoit aucun traitement, le risque de contamination du bébé est de l'ordre de un sur quatre. Cela dit, le risque de transmission peut se limiter à environ un pour cent si la femme enceinte prend un antirétroviral pendant la grossesse et l'accouchement et si le nourrisson reçoit un traitement après sa naissance. **C'est pourquoi il est capital de faire un test de dépistage du VIH pendant la grossesse.**
- Le dépistage du VIH n'est pas effectué automatiquement. La femme enceinte a le choix. Notons que l'on offre à toutes les femmes enceintes de faire le test de dépistage du VIH au Canada.
- Le bureau de santé de votre localité peut vous donner tous les renseignements utiles sur le dépistage anonyme ainsi que des conseils en matière de VIH (ligne d'info sida : 1-800-267-7432 pour le service en français)

VDRL

- Le test VDRL permet d'établir si la femme enceinte a été exposée à une infection transmissible sexuellement – syphilis.
- Sans traitement, cette infection peut entraîner un accouchement prématuré ou des complications pour la santé du bébé.

Qu'est-ce qu'une échographie?

- Un examen à l'aide d'un appareil qui transforme les ondes sonores en une image de votre bébé sur un écran d'ordinateur.
- Il existe deux types d'échographie :
 - abdominale
 - vaginale



best start
meilleur départ
Réseau Centres/Unités de périnatalité
by/par health nexis santé

Notes pour l'animatrice :

- Des ondes sonores à fréquence élevée sont orientées à l'aide d'un transducteur sur le ventre ou dans le vagin.
- Une échographie ne fait aucun mal. Vous pouvez néanmoins sentir une certaine pression sur votre ventre pendant que le technologue déplace la sonde.
- Les ondes se réfléchissent sur les contours du fœtus, du placenta et des organes internes de la femme enceinte, et se traduisent en image sur un écran.
- Le prestataire de soins de santé recommande l'échographie afin de confirmer la date prévue de l'accouchement, de prendre des mesures du bébé et d'examiner tout signe d'anomalie.
- Les futurs parents aiment bien voir, par exemple, les battements de cœur, les doigts, les orteils et les mouvements du bébé.
- On recommande normalement une échographie ou deux durant la grossesse, ce qui ne présente qu'un danger minime pour le fœtus. Cela dit, on ne connaît pas les risques pour ce qui est des échographies multiples.
- Le cas échéant, votre prestataire de soins de santé devrait vous expliquer pourquoi il vous recommande de subir un plus grand nombre d'échographies.
- **Il n'est pas recommandé de prolonger l'échographie à des fins non médicales, par exemple, pour connaître le sexe du bébé ou avoir un souvenir sur vidéo.**

Pourquoi votre prestataire de soins de santé pourrait vous recommander une échographie?

- Aide à confirmer la date d'accouchement.
- Permet de constater la croissance et la position du bébé.
- Permet de déterminer la position et l'état du placenta.
- Aide à déceler les anomalies.
- Aide à déterminer si vous portez plus d'un bébé.



best start
meilleur départ
Nouveau Centre/Center de Prématernité
by/par health nexis santé

Notes pour l'animatrice :

- Une échographie au premier trimestre doit être proposée à toutes les femmes, idéalement entre la 8^e et la 14^e semaine, car l'évaluation de l'âge gestationnel à cette étape est plus précise qu'à partir des dernières règles. (Butt, Lim, 2014)
- L'échographie permet d'établir l'âge du bébé en prenant certaines mesures, par exemple, du crâne, du fémur et de la distance vertex-coccyx. Entre la 18^e et la 20^e semaine, il reste une marge d'erreur de 10 à 14 jours d'un côté ou de l'autre, ce qui explique pourquoi une échographie faite plus tôt est plus précise.
- La SOGC recommande qu'une échographie soit faite autour de la 18^e à 22^e semaine (2^e trimestre) pour aider à dépister les anomalies congénitales. (Wilson, 2014)
- L'échographie peut se faire à n'importe quel moment durant la grossesse.
- Certaines femmes devront subir plus d'une échographie durant leur grossesse.
- Le moment approprié pour l'examen dépend de la raison pour laquelle votre prestataire de soins de santé vous demande de subir une échographie.
- L'échographie permet de vérifier le développement des organes du bébé.
- L'examen permet aussi d'évaluer le niveau de liquide amniotique.
- Les résultats sont immédiats et visuels.
- Notons que c'est normalement le prestataire de soins de santé qui explique les résultats lors d'une visite subséquente et non pas le technologue au moment de l'examen.

Comment se préparer pour une échographie?

- Très peu à faire avant l'examen.
- On demande parfois une « vessie pleine ».
- N'oubliez pas de poser des questions au moment de fixer votre rendez-vous.



L'échographie dure habituellement une trentaine de minutes.

Notes pour l'animatrice :

- Les directives à suivre dépendent du type d'échographie que vous devez subir.
- Le fait d'avoir une vessie pleine permet aux ondes sonores de mieux voyager à travers la peau et les tissus et d'avoir une meilleure image du bébé. La vessie pleine fait pression sur l'utérus et le ramène plus haut sur l'abdomen, ce qui permet de mieux voir. Soulignons que, grâce aux avancées technologiques, ce sera à l'avenir de moins en moins nécessaire d'avoir la vessie pleine.
- On vous expliquera comment vous préparer à l'examen au moment où vous prendrez votre rendez-vous.
- Discutez des services d'échographie de la région et des divers choix possibles.

Exemples de tests de dépistage génétique

- *Le dépistage génétique prénatal permet d'établir s'il y a un risque élevé pour ce qui est :*
 - du syndrome de Down
 - de la trisomie 18
 - des anomalies du tube neural
- *Exemple - le dépistage prénatal intégré :*
 - premier échantillon de sang entre la 11^e et la 14^e semaine
 - échographie entre la 11^e et la 14^e semaine
 - second échantillon de sang entre la 15^e et la 20^e semaine
 - résultats transmis entre la 16^e et la 21^e semaine

C'est à vous de choisir si vous voulez subir des tests de dépistage ou non.

Notes pour l'animatrice :

- « Quatre-vingt-dix pour cent des femmes enceintes au Canada donnent naissance à un bébé en santé ». (*Partir du bon pied 4^e édition*, page 54)
- Le dépistage prénatal permet d'établir le risque que vous courez d'avoir un bébé atteint du syndrome de Down, de trisomie 18 ou d'une anomalie du tube neural (p. ex., spina bifida).
- Le risque d'avoir un bébé atteint d'une affection chromosomique augmente avec l'âge de la femme enceinte.
- Toutes les femmes, quel que soit leur âge, courent un risque établi entre 2 et 3 pour cent de donner naissance à un bébé présentant une forme ou une autre d'anomalie congénitale (p. ex., maladies du cœur, un plus grand nombre d'orteils).
- Il est important de se rappeler qu'il s'agit d'un dépistage et non d'un diagnostic.
- Les tests de dépistage prénatal ne permettent pas de déceler toutes les anomalies possibles.
- Un résultat positif veut dire que votre bébé présente un risque supérieur à la normale (par rapport à la population en général) de naître avec une affection quelconque, non que votre bébé a cette affection. Pour en être certaine, vous aurez le choix de subir des tests diagnostiques comme l'amniocentèse et le prélèvement de villosités choriales (PVC). (Remarque : voici une bonne occasion d'expliquer de nouveau la différence entre le test de dépistage et le test diagnostique.)
- Votre prestataire de soins de santé vous conseillera quant au suivi approprié si vous avez obtenu un résultat positif lors de vos tests de dépistage.
- On offre maintenant à toutes les femmes, quel que soit leur âge, la possibilité de subir des tests de dépistage prénatal. Ce n'est pas obligatoire, et la femme enceinte devrait discuter de ses options avec son prestataire de soins de santé ou sa conseillère ou son conseiller en génétique.
- Donnez de l'information sur les services offerts dans la région.

Examen de réactivité foetale

- Permet de contrôler le bien-être du fœtus.
- Permet d'évaluer les changements de la fréquence cardiaque avec les mouvements du bébé.
- Le rythme cardiaque devrait s'accélérer à chaque fois que bouge le bébé.
- Normalement pratiqué après la 30^e semaine de grossesse.
- Examen d'une durée d'environ 30 minutes.

L'examen n'est pas recommandé pour toutes les femmes enceintes.

best start
meilleur départ
Réseau Centre/Est de l'Université
by/par health nexis santé

Notes pour l'animatrice :

- Il n'est pas courant de faire subir un examen de réactivité foetale. On y a parfois recours quand la date prévue d'accouchement est passée ou en cas de maladie chronique, comme le diabète ou l'hypertension artérielle, ou si d'autres sources d'inquiétude surviennent, par exemple, un accident de voiture ou une diminution des mouvements du fœtus.
- On installe deux courroies élastiques autour de l'utérus de la femme enceinte. Ces courroies sont rattachées au moniteur foetal.
- L'une des courroies a un capteur destiné à détecter les mouvements du bébé, tandis que l'autre courroie a un capteur destiné à enregistrer la fréquence cardiaque foetale.
- Tout comme chez l'enfant ou chez l'adulte, le rythme cardiaque devrait s'accélérer à chaque fois que bouge le bébé.
- L'information est enregistrée sur un tracé de monitoring foetal et permet de constater le bien-être du bébé.
- On peut répéter l'examen au besoin tout au long de la grossesse. Cela dit, on y a rarement recours avant la 34^e semaine.

Calcul des mouvements du fœtus à la fin de la grossesse (4 dernières semaines)

- L'activité du bébé varie durant la journée.
- Il vaut mieux effectuer l'examen après un repas.
- Placez une horloge tout près, puis inclinez-vous dans une position confortable (pas complètement sur le dos); calculez combien de temps il faut pour compter six mouvements du bébé.
- Vous devriez sentir votre bébé bouger tout au long de la journée, tous les jours.
- Communiquez avec votre prestataire de soins de santé si vous ne pouvez pas compter au moins six mouvements sur une période de deux heures .



best start
meilleur départ
Néonatal Centre/ Centre de néonatalité
by/par health nexis santé

Notes pour l'animatrice :

- Le bébé bouge plusieurs fois par jour, mais il a aussi ses moments de calme, de repos et de sommeil.
- Soulignez qu'il s'agit simplement d'une suggestion si la femme enceinte a des inquiétudes. Il n'est pas nécessaire d'effectuer cet examen périodiquement.
- Incitez les femmes à être capable de reconnaître ce qui rend leur bébé plus ou moins actif.

Test de tolérance au glucose

- Un prélèvement sanguin effectué entre la 24^e et la 28^e semaine de grossesse permet de déterminer le taux de sucre dans le sang.
- Si la glycémie est élevée, on recommandera peut-être un test plus long en prélevant plusieurs échantillons sanguins (c.-à-d., test de tolérance au glucose).



best start
meilleur départ
Nourishment Centre / Centre de nutrition
by/par health nexis santé

Notes pour l'animatrice :

- Le **diabète gestationnel** apparaît durant la grossesse en raison d'un changement dans la façon de métaboliser le glucose (sucre).
- Les hormones de grossesse influent sur la façon dont le corps de la femme enceinte utilise l'insuline.
- Il faut alors contrôler de près la glycémie afin d'éviter toute complication, par exemple, un bébé trop gros (4,5 kg ou 10 lb voire plus), une hypoglycémie chez le nourrisson, la jaunisse ou autre.
- On provoque parfois l'accouchement si le diabète nuit au passage transplacentaire.

Test de tolérance au glucose

- Ce test permet de déterminer votre tolérance à de grandes quantités de sucre ou de glucose.
- On effectue un prélèvement sanguin avant de donner un liquide glucosé à boire, puis un autre une heure ou deux après.

Streptocoques du groupe B (SGB)

- Bactéries souvent présentes (environ 45 % des femmes) dans le vagin et le rectum et peuvent causer une infection.
- Dépistage avec un coton-tige inséré dans le vagin et dans le rectum de la femme autour de la 36^e semaine de grossesse.
- Test positif → traitement par antibiotiques une fois le travail commencé (pas avant).
- L'infection n'est pas grave pour la mère, mais le bébé risque de présenter des complications.

Informations complémentaires sur
www.sogc.org/health/pregnancy-groupb_f.asp

Notes pour l'animatrice :

- Il importe de faire la distinction entre les infections à SGB et celles à streptocoques β hémolytique du groupe A (SGA), qui sont les bactéries responsables de la pharyngite.
- Environ 45 pour cent des femmes présentent une colonisation à SGB, ce qui veut dire qu'elles n'ont aucun symptôme.
- Parmi les complications pour la femme enceinte, notons les infections de l'utérus, du liquide amniotique ou d'une plaie opératoire ainsi qu'un risque plus élevé d'une perte des eaux avant terme, d'un accouchement prématuré et d'un accouchement par césarienne.
- Parmi les complications pour le nourrisson, mentionnons la septicémie néonatale (infection du sang), la méningite (infection du liquide entourant le cerveau et la moelle épinière), la pneumonie et la mort.
- Même si la femme enceinte n'a pas subi de traitement, il est possible de traiter le nourrisson.
- Le risque d'une infection à SGB est beaucoup moindre pour le fœtus aussi longtemps que le sac amniotique reste intact.

N'oubliez pas...

- Notez toute information importante, y compris les tests ou les examens de suivi.
- Sachez qui appeler si vous avez des questions ou des inquiétudes.
- Fixez votre prochain rendez-vous avant de quitter le bureau de votre prestataire de soins de santé.



best start
meilleur départ
Prenatal Centre/ Centre de grossesse
by/par health nexis santé

Activité suggérée : Mme. ConnaîtTout vs Future maman

Durée : 10-15 minutes

But : Faire un remue-méninge pour savoir comment gérer les conseils des autres.

Matériel : Tableau à feuilles mobiles et marqueurs, si disponibles, sinon, papier et stylos.

Instructions :

- Divisez le groupe en deux.
- Un groupe réfléchit aux conseils typiques de «Mme ConnaîtTout ». L'autre moitié réfléchit à des stratégies sur la manière de traiter des conseils erronés, non sollicités et agaçants. Si un tableau à feuilles mobiles est disponible, prenez des notes, sinon, écrivez sur du papier.
- Faites un jeu de rôle avec les volontaires des groupes.

Note :

L'éducatrice prénatale doit être prête à contrer les informations erronées avec des informations précises. Parmi les exemples de conseils erronés donnés par les participantes, on peut citer: «Vous devez arrêter de faire de l'exercice ou vous allez perdre le bébé.», «Vous ne devriez pas sortir par temps froid.», «Vous ne devriez pas manger de cacahuètes durant votre grossesse ou votre bébé sera allergique aux cacahuètes.», « Ne prenez pas de bain, sinon vous risquez une fausse couche. »

Utilisez les messages clés sur l'éducation prénatale pour l'Ontario (www.educationprenataleontario.ca) pour vérifier les informations.

Source : Adapté de Teri Shilling Idea Box for the Creative and Interactive Childbirth Educator.

N'oubliez pas...

- Assurez-vous d'obtenir vos renseignements de sources fiables.



best start
meilleur départ
Réseau Centin/Center de l'Estuaire
by/par health nexis santé

Activité suggérée : Veille médiatique

Durée : 5 minutes pour assigner, 5-15 minutes pour discuter lors du prochain cours.

But : Encourager les participants à regarder les médias pour les études scientifiques en cours et à développer leur capacité à analyser les informations.

Matériel : Exemples de magazines, si disponibles.

Instructions :

- Demandez aux participants où ils trouvent leurs informations prénatales dans les médias (magazines, sites Web, télévision, etc.).
- Fournissez des exemples d'informations susceptibles d'être trompeuses ou incomplètes (études individuelles, opinions, sources commerciales, etc.).
- Encouragez les participants à regarder d'un œil critique les magazines et les flux d'actualités liés à la grossesse ou à la naissance et à apporter des échantillons à la classe suivante.
- Lors du prochain cours, discutez des sources, du contenu et des implications.

Source : Adapté de Teri Shilling Idea Box for the Creative and Interactive Childbirth Educator.

Pour en savoir plus

- Prestataire de soins de santé
- Service de santé publique de votre localité
- Pharmacienne ou pharmacien
- Hôpital ou maison des naissances
- Ressources en éducation prénatale
- Doula agréée
- Bibliothèque publique
- SOGC - Société des obstétriciens et gynécologues du Canada – www.grossesse.sogc.org
- Motherisk (en anglais seulement) - www.motherisk.org



best start
meilleur départ
Réseau Québec/Center de ressources
by/par health **nexus** santé

Notes pour l'animatrice :

- Votre pharmacienne ou pharmacien peut répondre à vos questions au sujet des médicaments en vente libre et sur ordonnance.
- Les parents peuvent obtenir de l'information à jour (nausées, consommation d'alcool et d'autres substances, VIH et autres) soit sur le site Web, soit en téléphonant à la ligne secours de Motherisk .

Au moment de sa publication, la présente information suit les lignes directrices des pratiques exemplaires. Le gouvernement de l'Ontario ne reconnaît pas officiellement le contenu. Consultez votre prestataire de soins de santé pour obtenir de l'information spécifique à votre grossesse.



L'élaboration du présent document a été rendue possible grâce à des fonds du gouvernement de l'Ontario.

www.meilleurdepart.org

best start
meilleur départ
Resource Centre/Centre de ressources

by/par health **nexus** santé

© 2018