

Signes précurseurs à signaler lorsque vous êtes enceinte

(Warning Signs to Report when You're Pregnant)

Des signes précurseurs peuvent signifier que quelque chose ne va pas. Appelez **immédiatement** votre médecin, sage-femme ou Health Link ou obtenez immédiatement des soins médicaux si l'un des cas suivants s'applique à votre situation :

- votre bébé cesse de bouger ou bouge moins souvent
- vous êtes enceinte depuis moins de 37 semaines et ressentez des douleurs abdominales ou dans le dos qui apparaissent et disparaissent
- vous perdez vos eaux, qu'il s'agisse d'un épanchement soudain ou de liquide qui fuit de votre vagin
- vous avez une température de 38 °C pour quelque raison que ce soit
- vous vous blessez (p. ex., vous êtes tombée)
- vous ressentez une sensation de brûlure lorsque vous urinez
- une odeur désagréable se dégage de votre vagin
- vous vomissez souvent
- vous vous sentez étourdie ou vous êtes évanouie
- votre visage, vos mains et/ou vos pieds deviennent soudainement enflés ou bouffis
- vous présentez un mal de tête très intense qui ne disparaît pas
- vous prenez soudainement beaucoup de poids en moins d'une semaine
- votre vision est floue ou vous voyez des taches devant vos yeux
- vous avez un mauvais pressentiment par rapport à votre grossesse qui ne disparaît pas
- vous vous sentez inquiète ou anxieuse

Appelez le 911 **maintenant** si l'un des cas suivants s'applique à votre situation :

- vous avez d'importants saignements vaginaux rouge vif
- vous ressentez une douleur subite et forte au niveau de votre abdomen qui ne disparaît pas
- vous voyez ou sentez le cordon ombilical dans le vagin

Personne ne connaît mieux que vous votre corps et votre bébé. Des conseils de santé sont offerts 24 h sur 24, 7 jours sur 7 en appelant Health Link.



Health Link
Health Advice 24/7



Travail prématuré

(Preterm Labour)

De quoi s'agit-il?

(What is it?)

Le travail prématuré est un travail qui commence avant 37 semaines, ce qui signifie que votre bébé pourrait naître trop tôt. Les bébés qui naissent trop tôt ou qui sont très petits peuvent avoir de la difficulté à respirer et à s'alimenter. Ils demeurent souvent plus longtemps à l'hôpital. Un bébé qui est né trop tôt peut avoir besoin de soins spéciaux à l'unité néonatale de soins intensifs (UNSI).

Quels sont les signes d'un travail prématuré?

(What are the signs of preterm labour?)

Vous pourriez avoir le sentiment que quelque chose ne va pas.

Vous pourriez avoir un ou plusieurs signes physiques :

- crampes semblables à celles que vous ressentez lorsque vous avez vos règles ou semblables aux douleurs qui accompagnent les flatulences
- contractions (pas nécessairement douloureuses)
- fuite de liquide ou un épanchement provenant du vagin
- saignement provenant du vagin
- changement ou augmentation de l'écoulement provenant du vagin
- une douleur sourde dans le bas du dos qui apparaît et disparaît
- une pression comme si le bébé poussait vers le bas sur le pelvis (la pression peut apparaître et disparaître)

Comment puis-je réduire mon risque?

(How do I reduce my risk?)

Le travail prématuré peut se produire durant toute grossesse. Plusieurs femmes sans aucun facteur de risque connu ont eu un bébé prématuré. Voici quelques conseils à suivre pour réduire votre risque :

- cesser de fumer et/ou éviter la fumée secondaire
- ne pas consommer d'alcool, de cannabis et de drogues
- essayer d'éviter les blessures (p. ex., toujours porter une ceinture de sécurité en voiture)
- obtenir de l'aide en cas de violence familiale
- utiliser des stratégies d'adaptation pour réduire le stress
- obtenir des soins prénatals au tout début de votre grossesse, y compris des soins dentaires



renseignements liés à la santé
(health information)

Que devrais-je faire?
(What should I do?)

Si vous présentez des symptômes quelconques de travail prématuré, appelez immédiatement votre médecin, sage-femme ou Health Link ou demandez à quelqu'un de vous amener à l'hôpital. Cela pourrait faire une énorme différence sur la santé de votre bébé.



Le présent document n'est diffusé qu'à titre informatif. Il ne doit pas être utilisé à la place de conseils, de consignes et/ou de traitements médicaux. Si vous avez des questions, consultez votre médecin ou un professionnel de la santé approprié. Mis à jour en février 2021.