

Soins prénatals

Prenatal Care

Prenatal care is the health care you get while pregnant. Schedule a prenatal visit as soon as you think that you are pregnant. These visits help you have a healthy pregnancy and can help find problems before they become serious for you or your baby. Your doctor will want to see you about every 4 weeks for the first 6 months of pregnancy. You will need to see your doctor more often during the last three months of pregnancy.

This is a guide. If you have problems, the doctor may want to see you more often or do more tests.

What to Expect at Your Prenatal Visits

Your First Visit

Your first visit will be your longest visit. During this visit:

- Your height, weight and blood pressure are checked.
- Your blood is drawn to check for diseases and low iron levels.
- You will need to give a urine sample to check for infection, sugar and protein.
- You will be given a due date, an estimate of the day your baby will be born.
- You will be asked questions about you, your partner, family members, and medicines and herbs you are taking.

Les soins prénatals sont les soins que vous recevez lorsque vous êtes enceinte. Prenez rendez-vous pour une visite prénatale dès que vous pensez être enceinte. Ces visites vous aident à avoir une grossesse saine et peuvent aider à détecter des problèmes avant qu'ils deviennent graves pour vous ou votre bébé. Votre médecin voudra vous voir environ toutes les 4 semaines au cours des 6 premiers mois de grossesse. Vous devrez voir votre médecin plus souvent au cours de trois derniers mois de grossesse.

Ceci est un guide. Si vous avez des problèmes, le médecin voudra probablement vous voir plus souvent ou effectuer plus de tests.

À quoi vous attendre lors de vos visites prénatales

Votre première visite

Votre première visite sera la plus longue. Pendant cette visite :

- Votre taille, poids et pression artérielle sont vérifiés.
- Un échantillon sanguin sera prélevé afin de vérifier la présence de maladies et de faibles taux de fer.
- Vous devrez fournir un échantillon d'urine pour vérifier la présence d'une infection ainsi que vos taux de sucre et de protéines.
- On vous donnera la date prévue de l'accouchement, une estimation du jour de naissance de votre bébé.
- On vous posera des questions sur vous, votre partenaire, les membres de votre famille, ainsi que les médicaments et herbes que vous prenez.

- Your doctor will do a physical exam including a pelvic exam with pap smear.
- The doctor will tell you to start taking a prenatal vitamin with folic acid.
- Make an appointment for your next visit.

At All Prenatal Visits

- Your blood pressure, weight, urine and general health are checked.
- Your baby's heart rate and growth are checked.
- Other tests such as a blood test or an ultrasound may be done.
- Ask questions and share any concerns about yourself and your baby.

Tests

There are routine tests that are suggested for all women to monitor the health of you and your baby. Talk to your healthcare provider if you have any questions or concerns. Common tests include:

- **Blood tests check for:**
 - Blood type
 - A protein called Rh factor. This blood test checks to see if you are Rh positive or negative.
 - Iron level
 - Hepatitis B
 - Antibodies to show you are immune to German measles (rubella)
 - Antibodies to show you are immune to chickenpox (varicella)

- Votre médecin procédera à un examen physique, y compris un examen pelvien et un test de Papanicolaou.
- Votre médecin vous dira de commencer à prendre une vitamine prénatale contenant de l'acide folique.
- Prenez rendez-vous pour votre prochaine visite.

Pendant toutes les visites prénatales

- Votre pression artérielle, poids, urine et condition de santé générale sont vérifiés.
- Le rythme cardiaque et la croissance de votre bébé sont vérifiés.
- D'autres tests, comme une analyse sanguine ou une échographie, pourront être administrés.
- Posez des questions et parlez de vos préoccupations vous concernant ainsi que votre bébé.

Tests

Des tests de routine sont suggérés pour toutes les femmes afin de surveiller leur santé et celle de leur bébé. Parlez à votre professionnel de soins de santé si vous avez des questions ou préoccupations. Les tests courants comprennent :

- **Les analyses de sang recherchent :**
 - Le groupe sanguin
 - Une protéine appelée facteur Rhésus (facteur Rh). Cette analyse de sang permet de déterminer si votre Rhésus est positif ou négatif.
 - Le taux de fer
 - L'hépatite B
 - Des anticorps montrant que vous êtes immunisée contre la rubéole
 - Des anticorps montrant que vous êtes immunisée contre la varicelle

- Cystic fibrosis
- Sickle cell anemia
- Syphilis
- HIV. Mothers can pass this infection to their babies during pregnancy, labor and breastfeeding. All pregnant women are encouraged to get this blood test. You may be asked to sign a consent form before the test. Test results are confidential.
- Some types of birth defects in your baby. This test is called a quad screen and is a group of blood tests that check for increased risk of some types of birth defects in your baby. This test includes an alpha fetoprotein (AFP) test. The quad screen is done between 15 and 20 weeks of pregnancy.
- **One-Hour Glucose Challenge or Glucose Screening** This test measures your body's response to glucose (sugar) to check for gestational diabetes. It is done for all pregnant women between 24 to 28 weeks of pregnancy. However, if you have certain risk factors your doctor may have you take the test earlier. To complete the test, you must drink a special soda that has a large amount of sugar. Then you will have your blood drawn in exactly one hour. If your test results are not normal, you may need a second test, a 3-hour glucose tolerance test (GTT).
- La mucoviscidose
- La drépanocytose
- La syphilis
- Le VIH. Les mères peuvent transmettre cette infection à leurs enfants pendant la grossesse, le travail et l'allaitement. Nous encourageons toutes les femmes enceintes à effectuer cette analyse de sang. Il est possible qu'on vous demande de signer un formulaire de consentement avant l'analyse. Les résultats de l'analyse sont confidentiels.
- Certains types d'anomalies congénitales chez votre bébé. Ce test est appelé test de dépistage de la trisomie 21 et regroupe des analyses sanguines qui contrôlent les risques de certains types d'anomalies congénitales chez votre bébé. Ce test comprend un test d'alpha-fœtoprotéine (AFP). Le test de dépistage de la trisomie 21 est réalisé entre la 15^e et la 20^e semaine de grossesse.
- **Dépistage du diabète** Ce test mesure la réaction de votre corps au glucose (sucre) pour contrôler le diabète gestationnel. Il est administré à toutes les femmes enceintes entre la 24^e et la 28^e semaine de grossesse. Cependant, si vous présentez certains risques, il est possible que votre médecin vous l'administre plus tôt. Pour réaliser le test, vous devez boire un soda spécial qui contient une grande quantité de sucre. Un échantillon de sang sera ensuite prélevé exactement une heure après. Si les résultats de votre test ne sont pas normaux, il est possible que vous ayez besoin d'un deuxième test, un test de tolérance au glucose (TTG) de 3 heures.

- **Amniocentesis** - This test checks for genetic diseases and is often done between 15 and 20 weeks of pregnancy. The doctor puts a needle through the woman's abdomen to remove a small amount of amniotic fluid. The fluid is sent to a lab for testing.
- **Chorionic Villus Sampling (CVS)** - This test is an alternative to the amniocentesis test. A sample of cells is removed from the placenta to check for genetic diseases. This test can be done earlier in pregnancy (at 10 to 12 weeks), but the risks of this test are higher.
- **Group B Streptococcus (GBS)** - GBS is a common bacteria found in the vaginas of women. It can cause infection in the baby. This test involves swabbing the vagina and rectum, usually between 35 and 37 weeks of pregnancy.
- **Tests to monitor fetal health:**
 - Fetal Movement Count – This test is done at home. You lie on your side and count how long it takes your baby to have 10 movements.
 - Ultrasound – You will have at least 1 ultrasound during your pregnancy, often at 18 to 20 weeks of pregnancy. Your doctor may want to do more ultrasounds to check your baby's growth or condition.
 - Doppler Ultrasound – This test is done to check blood flow to the baby.
- **Amniocentèse** – Ce test recherche des maladies génétiques et est souvent administré entre la 15^e et 20^e semaine de grossesse. Le médecin insère une aiguille dans l'abdomen de la femme pour prélever une petite quantité de liquide amniotique. Le liquide est ensuite envoyé au laboratoire pour analyse.
- **Prélèvement de villosités choriales (PVC)** – Ce test est une alternative au test de l'amniocentèse. Un échantillon de cellules est prélevé du placenta pour détecter des maladies génétiques. Ce test peut être administré à un stade plus précoce de la grossesse (entre la 10^e et 12^e semaine), mais les risques de ce test sont plus élevés.
- **Streptocoque du groupe B (SGB)** – Le SGB est une bactérie courante trouvée dans le vagin des femmes. Elle peut provoquer une infection chez le bébé. Ce test est un prélèvement par écouvillon du vagin et du rectum, réalisé habituellement entre la 35^e et la 37^e semaine de grossesse.
- **Tests de vérification de la santé du fœtus :**
 - Comptage des mouvements du fœtus – Ce test est réalisé à la maison. Vous vous couchez sur le côté et comptez en combien de temps votre bébé effectue 10 mouvements.
 - Échographie – Vous aurez au moins 1 échographie pendant votre grossesse, souvent entre la 18^e et 20^e semaine de grossesse. Il est possible que votre médecin veuille administrer un plus grand nombre d'échographies pour vérifier la croissance ou la condition de votre bébé.
 - Échographie Doppler – Ce test est administré pour vérifier le flux sanguin vers le bébé.

- Non-Stress Test – This test measures the baby’s heart rate in response to his or her movements. This test is painless and involves putting patches on the mother’s abdomen.
- Biophysical Profile – This test involves monitoring the baby’s heart rate as well as doing an ultrasound.
- Modified Biophysical Profile – This test involves monitoring the baby’s heart rate as well as doing an ultrasound. Amniotic fluid is also checked.
- Contraction Stress Test – This test measures the baby’s heart rate when the uterus contracts.
- Examen de réactivité fœtale – Ce test mesure le rythme cardiaque du bébé en réponse à ses mouvements. Ce test est sans douleur et nécessite d’appliquer des timbres sur l’abdomen de la mère.
- Profil biophysique – Ce test comporte un contrôle du rythme cardiaque du bébé et une échographie.
- Profil biophysique modifié – Ce test comporte un contrôle du rythme cardiaque du bébé et une échographie. Le liquide amniotique est également contrôlé.
- Épreuve à l’ocytocine – Ce test mesure le rythme cardiaque du bébé lorsque l’utérus se contracte.

At anytime during your pregnancy, call your doctor right away if:

- Your membranes or bag of water break or leak.
- You have any vaginal bleeding.
- You have cramping or contractions that occur more than 4 to 6 times in an hour.
- You notice a decrease in your baby’s movement
- You have a headache that won’t go away.
- You have vision changes, such as blurred, tunnel or double vision.

À tout moment lors de votre grossesse, appelez immédiatement votre médecin si :

- Vos membranes ou la poche des eaux se rompent ou fuient.
- Vous avez des saignements vaginaux.
- Vous avez des crampes ou contractions qui se produisent plus de 4 à 6 fois par heure.
- Vous remarquez une diminution des mouvements de votre bébé.
- Vous avez un mal de tête persistant.
- Vous éprouvez des changements visuels, comme une vision trouble, en tunnel ou double.