

Vous connaissez mieux votre corps que quiconque

Si vous ressentez quelque chose d'inhabituel ou qui vous inquiète, ne l'ignorez pas.



Apprenez à reconnaître les signes avertisseurs urgents et comment vous adresser à votre prestataire de soins de santé.

Au cours de la grossesse

Si vous êtes enceinte, il est important que vous accordiez une attention particulière à votre corps et que vous parliez à votre prestataire de soins de santé de tout ce qui vous inquiète. Si vous ressentez l'un des signes avertisseurs d'urgence maternelle, allez tout de suite voir un médecin.

Conseils :

- Présentez cette introduction et toute question additionnelle que vous voulez poser à votre prestataire de soins de santé.
- N'oubliez pas de spécifier que vous êtes enceinte ou que vous l'avez été au cours de la dernière année.
- Dites au médecin ou à l'infirmière quels médicaments vous prenez actuellement ou ceux que vous avez pris récemment.
- Prenez des notes et posez d'autres questions à propos de tout ce que vous n'avez pas compris.

En savoir plus sur la campagne Écoutez-la de CDC en visitant la page www.cdc.gov/HearHer

Après la grossesse

Bien que votre bébé ait besoin de beaucoup d'attention et de soins, il est important d'accorder une attention particulière à votre propre corps. Il est normal de se sentir fatiguée et d'avoir quelques douleurs, en particulier dans les premières semaines qui suivent la naissance d'un bébé, mais certains symptômes peuvent être le signe de problèmes plus graves.

Signes avertisseurs d'urgence maternelle

Si vous ressentez l'un des signes avertisseurs suivants, allez tout de suite voir un médecin.

- Graves maux de tête qui persistent ou empirent avec le temps
- Vertiges ou évanouissements
- Envie de faire du mal à vous-même ou à votre bébé
- Altérations de la vision
- Fièvre à 38 °C (100,4 °F) ou plus
- Gonflement extrême des mains ou du visage
- Difficultés à respirer
- Douleur thoracique ou palpitations cardiaques
- Fortes nausées et vomissements (différents des nausées du matin)
- Fortes douleurs abdominales qui persistent
- Disparition/ralentissement des mouvements du bébé pendant la grossesse
- Saignements ou pertes vaginales en cours de grossesse
- Saignements vaginaux abondants ou pertes de liquide dégageant une mauvaise odeur après la grossesse
- Gonflement, rougeur ou douleur aux jambes
- Fatigue excessive

Cette liste n'est pas destinée à couvrir tous les symptômes que vous pouvez présenter. Si vous avez l'impression que quelque chose ne va pas, parlez-en à votre prestataire de soins de santé.

Utilisez ce guide pour vous aider à lancer la conversation :

- Merci de bien vouloir me visiter.
Je suis/j'ai été récemment enceinte. La date de mes dernières règles/de mon accouchement était le _____ ; je suis sérieusement inquiète à propos de ma santé et j'aimerais vous en parler.
- J'ai eu _____ (symptômes) ; je ressentais _____ (décrire en détail) et cela a duré _____ (nombre d'heures/jours).
- Je connais mon corps et cela ne semble pas normal.

Exemples de questions à poser :

- Qu'est-ce que ces symptômes pourraient indiquer ?
- Est-ce que je dois faire un test pour exclure un problème grave ?
- À ce point, est-ce que je dois envisager de me rendre aux urgences ou d'appeler les urgences ?

Remarques :



----- Arrachez ce panneau et utilisez ce guide pour vous aider à entamer la conversation : -----