

Conduite à tenir en cas de désir de grossesse

- 1) Vérifier que ses vaccins sont à jour, notamment coqueluche et rubéole.
- 2) Prendre de l'acide folique un mois avant le désir de grossesse et les trois premiers mois de la grossesse.

L'acide folique (0,4 mg) protège contre le risque d'anomalies de la colonne vertébrale chez le bébé.

Conduite à tenir en cas de grossesse

Dès que le test urinaire est positif :

- 1) Faire le bilan sanguin prescrit ou aller voir le médecin traitant pour le prescrire le cas échéant.
- 2) Prendre l'acide folique si ce n'est déjà fait, si vous n'avez pas l'ordonnance prendre rdv pour la prescription.
- 3) Prendre un rdv pour l'échographie de datation à 15 jours /3 semaines de retard de règles.
- 4) Prendre des rdv de suivi de grossesse mensuels sur les trois prochains mois.
- 5) Se poser la question de la maternité d'accouchement, car pour certaines il faut s'inscrire tôt.
- 6) Si problèmes médicaux lourds, prendre rdv a la maternité en parallèle .
- 7) Suivre le régime alimentaire de la grossesse, en particulier si vous ne savez pas si vous êtes immunisée contre la toxoplasmose.
- 8) Prendre les mesures d'hygiène préventives contre le CMV, en particulier si vous êtes maman d'un enfant de moins de 3 ans ou si vous travaillez avec des enfants de moins de 3 ans.

Liens utiles

- Pour calculer les dates importantes de votre grossesse :
<https://sage-fem.me/e-roulette/>
- Pour plus d'information sur le déroulement et le suivi de votre grossesse :
<http://www.cngof.fr/grossesse>
- Documents d'information pour les femmes enceintes :
<https://lechapiteau.org/wp-content/uploads/Informations-pour-les-femmes-enceintes.pdf>