

c. Le grand départ

MODULE 7

Votre fournisseur de services de santé vous donnera des conseils au sujet du moment propice où vous devrez vous rendre à l'hôpital.



De façon générale, vous devez vous rendre à l'hôpital si vous êtes dans une des situations suivantes :

- Vous avez perdu les eaux (rupture des membranes).
- Vous avez des saignements vaginaux.
- Vos contractions sont espacées de cinq minutes (et l'hôpital est situé à moins de 30 minutes de distance).
- Vos contractions sont espacées de 10 minutes (et l'hôpital est situé à plus de 30 minutes de distance).
- Vous avez une douleur sévère qui persiste.

En cas de doute, téléphonez au service de maternité de votre hôpital.

Voici comment chronométrer une contraction :

- Utilisez une montre munie d'une trotteuse ou comptez les secondes à voix haute.
- Notez le temps au début de la contraction. D'habitude, vous pouvez sentir le haut de votre ventre se resserrer (durcir). Notez le temps à la fin de la contraction. Le ventre se relâche. C'est la **longueur** de la contraction.
- Notez le temps au début de la contraction suivante. Le temps qui s'écoule entre le début d'une contraction et le début de la suivante indique la **fréquence**, c'est-à-dire l'intervalle entre les contractions.

L'image qui suit vous aidera à chronométrer une contraction.

A New Life - New-Brunswick - Copyright 2015

