

c. Les précautions à prendre après une césarienne

MODULE 6

Si vous avez eu une césarienne, vous pouvez et vous devriez commencer vos exercices postnatals pendant que vous êtes encore à l'hôpital. De retour à la maison, vous pouvez suivre les mêmes exercices postnatals que les autres mères à l'exception des exercices abdominaux (relèvements droits, relèvements en diagonale et redressements du dos) que vous pourrez reprendre trois à six semaines après l'accouchement.