

Quand partir pour la Maternité?

Tous les futurs parents se posent cette question. Comment y répondre quand chaque situation et chaque accouchement peut se présenter différemment.

La réponse dépend tout d'abord du terme de votre grossesse et de son déroulement. Les signes qui doivent vous alerter ne seront pas les mêmes si vous avez atteint ou non le dernier mois. Vous sentez qu'il se passe quelque chose de différent, vous avez une incroyable intuition « qu'il vaudrait mieux y aller » alors même qu'aucun signe évident ne vous y invite. Il est parfois bon de se faire confiance, n'ayez pas peur de déranger, l'équipe médicale a un rôle essentiel de prévention.

Après 37 semaines d'aménorrhée, les 2 grands signes qu'ils soient associés ou non sont : les contractions et la perte de liquide.

1) La perte des eaux.

La rupture de la poche des eaux est caractérisée par un écoulement transparent comme de l'eau, tiède car à la température de votre corps et surtout incontrôlable. On redoute la grande inondation dans un lieu public mais bien souvent ce n'est qu'un écoulement discret et discontinu. On parle de fissuration de la poche des eaux. Cette perte d'eau peut d'ailleurs paraître difficile à différencier des fuites urinaires plus fréquentes en fin de grossesse ou des pertes vaginales abondantes. Ceci dit, même le doute doit vous amener à consulter. **Quelque soit la quantité de liquide perdu et la date prévue de l'accouchement, une consultation d'urgence dans votre maternité s'impose.**

Le liquide amniotique se renouvelle rapidement autour de votre bébé, il est donc impossible que votre bébé soit au sec.

En l'absence de contractions, la perte des eaux ne signifie pas forcément que le travail a commencé mais la poche des eaux étant la dernière enveloppe qui protège votre bébé des germes du vagin, votre bébé n'est probablement plus en milieu stérile. Afin d'écartier tout risque infectieux, la sage-femme peut faire un prélèvement vaginal en fin de grossesse ou dès votre admission. Si le prélèvement est positif à certains germes et que l'écoulement de liquide est confirmé, cela peut être une indication pour une antibiothérapie préventive et un déclenchement de l'accouchement.

Cas particulier : Il arrive parfois que le liquide amniotique se colore en vert car bébé a, tout simplement, évacué ses premières selles (le méconium). Pour la sage femme c'est un signe de maturité de bébé, il sera décidé un déclenchement de l'accouchement.

2) Les contractions.

Vous ne savez peut-être pas ce qu'est une contraction mais vous avez déjà senti votre ventre se durcir en totalité, pendant quelques secondes et sans pour autant que cela soit douloureux, ce sont les contractions de la grossesse. Les identifiées vous permettra de sentir qu'il vaut mieux s'accorder un peu de repos. Tout reste acceptable jusqu'à une dizaine de contractions par jour avant le neuvième mois.

Les 37 semaines d'aménorrhées sont passées, un accouchement à ce stade n'est plus considéré comme prématuré, il n'est donc pas inquiétant d'avoir des contractions plus fréquentes et mieux perçues. La sensation de douleur est subjective, mais le ventre se serre quelques dizaines de secondes puis se relâche. Parfois c'est une tension dans le bas ventre ou dans les reins qui revient régulièrement. C'est le moment de mettre en pratique les exercices de respiration appris lors des séances de préparation à la naissance.

La fin de grossesse peut être émaillée de fausses alertes. Les contractions semblent se rapprocher mais cela ne durent pas. Vous pouvez prendre un bain mais pas trop chaud (37°) pour vous détendre et si c'est un faux travail, les contractions vont souvent s'arrêter d'elles mêmes.

Vos contractions sont régulières toutes les 5 à 8 minutes depuis 1 à 2 heures, c'est certainement le moment de partir. Ceci ne reste qu'une moyenne, c'est à vous de décider en fonction de l'intensité de la douleur et des conditions de circulation. De plus, cela est différent si c'est votre premier enfant ou non.

Faites le plein d'énergie en respectant votre appétit, rien ne sert de trop manger si vous n'avez pas faim.

Buvez ! Un chocolat chaud bien sucré ou un sirop de grenadine seront bienvenus et manger des sucres lents comme des pâtes ou des biscottes selon l'heure.

3) Les autres signes qui doivent vous amener à consulter.

Une nette diminution des mouvements de bébé. En sachant qu'en fin de grossesse la perception peut être différente. De plus, bébé bouge souvent moins les jours où vous êtes très active. Reposez-vous sur le coté gauche, les mains sur le ventre et respirez tranquillement.

La fièvre doit vous amener à consulter à la maternité. N'oubliez pas de vérifier votre température, à partir de 38°5 les sages femmes feront un bilan.

Les saignements, un choc sur le ventre, une chute dans les escaliers nécessitent une consultation dite « d'urgence » car vous ne prendrez pas rendez-vous.

Il existe un signe peu fréquent et peu connu que l'on appelle **le prurit**. Ce sont des

démangeaisons sur le ventre, parfois les bras et les cuisses. Mais rassurez vous, beaucoup de futures mamans se grattent gentiment le ventre et cela est tout à fait normal. Ces démangeaisons sont insupportables, et peuvent même empêcher de dormir. Il faut en parler rapidement à une sage femme.

4) La perte du bouchon muqueux et de petits saignements : pas de panique!

La perte de glaire rosée ou un peu foncée **n'est pas le signe d'un accouchement imminent.** Votre col de l'utérus commence à se modifier, se ramollir voire même s'ouvrir mais cela peut arriver bien avant le jour J. La perte du bouchon muqueux peut aussi s'accompagner de petits saignements. Le col de l'utérus, très vascularisé, peut saigner soit après un examen ou après un rapport mais cela ne doit pas durer ou doit rester de l'ordre de trace.

5) En conclusion

Si vous êtes inquiète, vous pouvez toujours téléphoner aux urgences maternité ou en salle de naissance de votre lieu d'accouchement. Toutefois, si vous avez comme un pressentiment qu'il vaudrait mieux consulter, mieux vaut ne pas téléphoner car nous risquerions de vous rassurer peut-être à tort.

Et si, malheureusement aujourd'hui, personne autour de vous ne peut vous emmener à la maternité et qu'il y a urgence, en appelant le 15, plus de problème ! Un régulateur des urgences organisera tout pour vous.

B Allouchery, sage femme libérale, le 20.11. 2011