

Signes du travail



Apprenez à reconnaître les signes du travail pour savoir quand appeler votre médecin et aller à l'hôpital pour accoucher. Si vous présentez des signes de travail avant 36 semaines ou 9 mois de grossesse, **appelez immédiatement votre médecin**. Les signes du travail sont les contractions et la rupture des membranes.

Contractions

Les contractions surviennent lorsque les muscles de l'utérus se tendent et se détendent, au moment où l'utérus se prépare pour l'accouchement.

Contractions de faux travail

Elles surviennent fréquemment pendant le dernier mois de grossesse. Elles:

- Sont irrégulières.
- Ne sont pas assez rapprochées et peuvent s'arrêter au bout d'une heure environ.
- Ne sont pas souvent ressenties dans le dos.
- S'arrêtent avec la marche.
- Ne deviennent pas plus douloureuses avec le temps.
- Ne provoquent aucune modification du col de l'utérus.



Contractions de vrai travail



- Surviennent de manière régulière et durent au moins 30 à 60 secondes.
- Sont rapprochées et sont de plus en plus douloureuses avec le temps.
- Peuvent être ressenties dans le bas du dos et le bas du ventre.

- Ne s'arrêtent pas ou augmentent avec la marche.
- Aident le col de l'utérus à devenir mou, à s'amincir et à s'ouvrir pour l'accouchement.

Si vous pensez que le travail a commencé :

- Allongez-vous, si possible, sur le côté gauche.
- Ne mangez et ne buvez que des aliments légers.
- Mesurez l'espacement entre vos contractions avec une montre. Si une contraction débute à 9h10 et que la suivante débute à 9h16, elles sont espacées de 6 minutes.
- Appelez votre médecin, clinique ou hôpital lorsque les contractions sont:
 - . espacées de 5 minutes pendant 2 heures pour la première grossesse
 - . espacées de 5 minutes pendant 1 heure pour les autres grossesses
 - . correspondent au schéma des recommandations de votre médecin ou clinique

Rupture des membranes

La rupture des membranes, appelée perte des eaux, est l'écoulement ou le jaillissement de fluide vaginal une fois que la poche de liquide entourant le bébé est rompue. Le liquide est souvent transparent, mais il peut être blanc ou vert. La poche d'eau peut se rompre à tout moment. Elle peut se rompre avant que vous ne ressentiez des contractions et peut fuir pendant une contraction.



- Si vous pensez que vous avez perdu les eaux, appelez votre médecin et allez à l'hôpital.
- Ne prenez pas de bain et ne mettez rien dans votre vagin.
- Vous pouvez porter une serviette hygiénique

Parlez à votre médecin ou à votre infirmière si vous avez des questions ou des inquiétudes.

Text adapted from materials produced by Health Information Translations (www.healthinfotranslations.com). This work is licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs License <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/us>

A **Healthy Roads Media** project

www.healthyroadsmedia.org

French - Signs of Labor

Last reviewed 2012