

Grossesse et naissance de jumeaux

En Belgique, 2% des grossesses donnent naissance à deux bébés, ou plus rarement à davantage encore!

On constate une augmentation des **grossesses multiples** lors de ces vingt dernières années.



Lire le [résumé](#).

Deux raisons principales expliquent cette hausse.

D'une part, les femmes sont enceintes à un âge plus avancé, ce qui accroît le risque de concevoir des jumeaux.

D'autre part, les traitements contre la stérilité, avec les stimulations ovariennes, ainsi que les grossesses médicalement assistées, sont un facteur plus important encore. D'ailleurs, afin de limiter les grossesses multiples lors d'une procréation médicalement assistée, les praticiens belges réduisent le nombre d'embryons transplantés.

L'annonce d'une **grossesse gémellaire** (ou multiple) est souvent à la source d'angoisses ou de stress accru pour les futurs parents. Mais aussi d'un (double) bonheur...

Le médecin généraliste ou le gynécologue peut conseiller les femmes quant à leur alimentation et le suivi d'une hygiène de

vie adaptée à ces grossesses, plus fatigantes que les autres. Ainsi, les futures mères doivent veiller à **se reposer suffisamment**. Un arrêt de travail précoce est souvent prescrit.

Elles bénéficient aussi d'un **suivi médical spécifique**. En effet, les grossesses multiples présentent davantage un risque de complications pour la mère et pour les enfants à naître.

Bon à savoir : en Belgique, on compte 1 grossesse gémellaire pour $\pm$ 85 naissances. L'hérédité joue un rôle : on compte davantage de jumeaux dans certaines familles.

Bon à savoir : pour les grossesses multiples, la loi prévoit un congé de maternité augmenté (il peut aller de 17 à 19 semaines, au lieu de 15).

Des grossesses sous suivi

Une fois détectées, les grossesses multiples font l'objet d'un suivi et d'une surveillance plus importante que les autres, pour tenter d'éviter la prématurité et pour veiller à la santé de la mère et des foetus.

L'échographie permet de savoir s'il s'agit de « vrais » jumeaux, identiques (monozygotes, conçus à partir d'un ovule et partageant le même patrimoine génétique) ou – ce qui est plus fréquent –, de « faux jumeaux » (dizygotes, issus de la fécondation de 2 ovules par 2 spermatozoïdes, avec 2 grossesses qui évoluent en même temps).

Les échographies permettent aussi de déterminer si les foetus évoluent dans une ou dans deux poches et s'ils partagent un même placenta, des données importantes pour le suivi des complications de ces grossesses.

Durant la grossesse, un contrôle de l'hypertension artérielle, d'éventuels oedèmes et la recherche d'albumine dans les urines vise à détecter rapidement une toxémie gravidique (ou pré-éclampsie), source de complications pour la mère et les

enfants.

Bon à savoir : au premier trimestre, l'échographie fournit des informations importantes au dépistage des maladies congénitales dont peuvent être porteurs ces foetus.

Des risques maîtrisés

Un grande majorité de ces grossesses évoluent favorablement.

Néanmoins, le suivi spécifique se justifie car les foetus sont statistiquement davantage exposés à un risque de mortalité néonatale et à des troubles du développement.

De plus, les grossesses multiples s'achèvent plus souvent que les autres par des **accouchements prématurés**, avec des bébés plus petits, confrontés à des risques de problèmes respiratoires, à une immaturité du système nerveux ou à un risque de décès.

Parmi des grossesses gémellaires, certaines présentent davantage de risques que d'autres. C'est le cas lorsque les jumeaux partagent un même placenta.

Attention : pour la mère, une grossesse gémellaire implique davantage de risque de surcharge pondérale, de diabète gestationnel, d'anémie, d'hypertension.

Des accouchements sous contrôle

La durée de la grossesse est généralement plus courte, avec un terme à 37 ou 38 semaines. Les foetus sont généralement prêts à naître à ce moment, car ils évoluent plus rapidement dans l'utérus que dans le cas d'une grossesse simple.

Mais de nombreux jumeaux naissent prématurément, avant 37 semaines, et avec un poids inférieur à 2,5 kilos. Ces bébés doivent bénéficier d'une surveillance médicale plus attentive et de soins adaptés.

Souvent déclenchées, les naissances requièrent plus souvent une césarienne. Celle-ci est indiquée lorsque le premier enfant à naître est mal positionné ou pour éviter une souffrance foetale.

En soi, l'accouchement n'est souvent pas plus compliqué (l'expulsion est souvent facilitée grâce au plus petit poids des bébés), mais il est suivi d'une deuxième délivrance.

Vous pouvez lire sur ce site les articles « [Prématurité: un accouchement trop précoce](#) » , « [Grossesse: avant, pendant](#) » , « [L'accouchement: entre nature et médecine](#) » .

Bon à savoir :

- Le recours à une association de parents de jumeaux s'avère souvent d'un grand soutien avant et après les naissances.
- Il est recommandé aux femmes concernées par ce type de grossesse de choisir une maternité disposant d'un service de néonatalogie capable, si besoin est, de prendre en charge les bébés.
- Il est parfaitement possible d'allaiter des jumeaux.

Pour en savoir plus, vous pouvez lire la brochure éditée par l'ONE « [2 bébés bientôt](#) » .

♦ Lorsqu'on attend deux (ou plus) bébés, on parle de grossesse multiple.

◆ Dans la majorité des cas, une grossesse multiple se déroule normalement. Mais elle nécessite plus de repos et un suivi médical spécifique, qui permet de prévenir certaines complications possibles.

◆ La grossesse est souvent plus courte et le risque de prématurité est plus important.

Photo © katrinaelena – Fotolia.com

Mis à jour le 02/09/2021

Références

– Exposé du Dr Frédéric Chantraine, Groupement des Gynécologues Obstétriciens de Langue Française, 2012

