

Les maux de la grossesse

Rédaction : Dr Lise-Laure Fouarge – Société Scientifique de Médecine Générale – Juin 2022



Les symptômes survenant pendant une grossesse peuvent être différents d'une personne à l'autre, et différents chez une même personne d'une grossesse à l'autre. Cette fiche parle des symptômes fréquents qui peuvent arriver lors d'une grossesse normale, des symptômes qui devraient vous amener à consulter, ainsi que comment prévenir les infections. Enceinte, demandez toujours conseil avant de prendre un médicament : certains sont dangereux pour le bébé. L'alcool est aussi nocif pour le développement de votre enfant et doit être évité tout au long de la grossesse.

Symptômes fréquents normaux

1. Début de grossesse

- ◆ Nausées et vomissements
- ◆ Seins qui augmentent de volume et peuvent être douloureux
- ◆ Fatigue
- ◆ Crampes modérées dans le bas-ventre
- ◆ Urines plus fréquentes

2. Plus tardivement dans la grossesse

- ◆ Reflux ou indigestion
- ◆ Constipation et hémorroïdes
- ◆ Nez bouché, saignements de nez, saignements des gencives
- ◆ Être court d'haleine
- ◆ Douleurs dans le bas du dos et crampes modérées dans le bas-ventre
- ◆ Crampes dans les jambes et gonflement modéré au niveau des chevilles et du mollet, varices
- ◆ Fatigue, insomnies et maux de tête
- ◆ Urines plus fréquentes
- ◆ Sensation d'endormissement et de picotements au niveau du visage, des mains et des pieds
- ◆ Les cheveux s'épaississent, il y a des modifications au niveau de la peau (endroits où la peau est plus pigmentée ou plus rosée, vergetures, ...)



Symptômes qui doivent vous amener à consulter

- ◆ Pertes vaginales de fluides ou de sang
- ◆ Diminution des mouvements fœtaux
- ◆ Douleur au niveau du bas du dos et du bas-ventre qui ne s'améliorent pas au repos ou en changeant de position
- ◆ Vertiges, vision floue ou avec des tâches noires
- ◆ Reflux qui ne diminue pas avec la prise d'antiacides
- ◆ Céphalées qui persistent malgré le repos dans une chambre sombre
- ◆ Fièvre
- ◆ Douleurs en urinant ou sang dans les urines
- ◆ Contractions qui s'amplifient
- ◆ Douleurs en respirant
- ◆ Un autre changement au niveau de votre santé qui vous inquiète

Les infections

Lors d'une grossesse, il est important d'éviter d'attraper des infections, car certaines d'entre elles peuvent être plus graves chez une femme enceinte, se transmettre au fœtus ou avoir des conséquences pour votre bébé après la naissance. L'origine des infections est le plus souvent des contacts avec des personnes infectées ou la nourriture. Il est donc conseillé de se laver fréquemment les mains et de se faire vacciner contre la grippe, le COVID19 et la coqueluche. Il est également recommandé d'éviter certains aliments, comme le lait cru, les fromages à base de lait cru, les charcuteries, les viandes mal cuites et les crudités. Enfin, il est préférable de ne pas changer la litière de votre chat vous-même.

Sources:

UP TO DATE, Patient education: Avoiding infections in pregnancy (the basics), mai 2022.

UP TO DATE, Patient education: Pregnancy symptoms (the basics), 3 mai 2022.

E.R.: Quentin Mary + SSMG asbl rue de Suisse 8 – 1060 Bruxelles – 0410.639.602 – © Tous Droits réservés