

# Écouter et agir rapidement pourrait lui sauver la vie



## Comment pouvez-vous aider ?

Si une femme enceinte ou ayant récemment accouché exprime des inquiétudes sur les symptômes qu'elle présente, prenez le temps de l'écouter. Écouter et agir rapidement pourrait contribuer à lui sauver la vie.

- Apprenez à reconnaître les signes avertisseurs d'urgence maternelle.
- Écoutez ses préoccupations.
- Encouragez-la à demander une aide médicale. Si quelque chose ne va pas, elle doit en parler à son prestataire de soins de santé. Si elle présente un signe avertisseur d'urgence maternelle, elle doit obtenir des soins médicaux immédiatement. Assurez-vous qu'elle dise être enceinte ou l'avoir été au cours de l'année dernière.
- Proposez-lui de l'accompagner pour obtenir des soins médicaux et aidez-la à poser des questions.
- Prenez des notes et aidez-la à s'adresser à un prestataire de soins pour obtenir l'assistance dont elle a besoin.
- Assistez-la dans le cadre du suivi des soins.

## Signes avertisseurs d'urgence maternelle

Si une femme enceinte ou qui l'a été au cours de l'année écoulée présente l'un de ces symptômes, elle doit immédiatement consulter un médecin.

- Graves maux de tête qui persistent ou empirent avec le temps
- Vertiges ou évanouissements
- Envie de faire du mal à elle-même ou à son bébé
- Altérations de la vision
- Fièvre à 38 °C (100,4 °F) ou plus
- Gonflement extrême des mains ou du visage
- Difficultés à respirer
- Douleur thoracique ou palpitations cardiaques
- Fortes nausées et vomissements (*différents des nausées du matin*)
- Fortes douleurs abdominales qui persistent
- Disparition/ralentissement des mouvements du bébé pendant la grossesse
- Saignements ou pertes vaginales en cours de grossesse
- Saignements vaginaux abondants ou pertes de liquide dégageant une mauvaise odeur après la grossesse
- Gonflement, rougeur ou douleur aux jambes
- Fatigue excessive

*Cette liste n'est pas destinée à couvrir tous les symptômes qu'une femme peut ressentir pendant ou après la grossesse. Pour en savoir plus sur les signes avertisseurs d'urgence maternelle, consultez le site [cdc.gov/HearHer](http://cdc.gov/HearHer)*

## Écoutez-la

Les complications de la grossesse peuvent survenir jusqu'à un an après la naissance. Si votre proche vous dit que quelque chose ne va pas, aidez-le à obtenir les soins et les réponses dont elle a besoin. Apprenez à reconnaître les signes avertisseurs urgents qui nécessitent une attention médicale immédiate. Voici quelques points à aborder pour faciliter la conversation :

### Au cours de la grossesse

- Il est difficile de dire ce qui est normal avec tout ce qui change en ce moment. Il vaut mieux vérifier si quoi que ce soit vous préoccupe.
- Il est important que nous partagions ces informations avec votre médecin et que vous vous assuriez que tout va bien.
- Je suis ici pour vous. Parlons à un prestataire de soins de santé pour obtenir les soins dont vous avez besoin.

### Après la grossesse

- Il est normal de se sentir fatiguée et d'avoir des douleurs après avoir accouché, mais vous connaissez votre corps mieux que quiconque. Si quelque chose vous inquiète, vous devriez en parler à votre médecin.
- Bien que votre bébé ait besoin de beaucoup d'attention et de soins, il est important de prendre soin de vous-même aussi.
- Vous n'êtes pas seule. Je vous écoute. Parlons à un prestataire de soins de santé pour obtenir les soins dont vous avez besoin.

***Si vous avez besoin d'une assistance supplémentaire,  
n'ayez pas peur de demander de l'aide également.***

En savoir plus sur la campagne Écoutez-la de CDC en visitant la page  
[www.cdc.gov/HearHer](http://www.cdc.gov/HearHer)

