



Protocole du décompte des mouvements fœtaux

Chère maman,

Durant la grossesse, le meilleur moyen de vérifier la qualité de vie de votre bébé l'intérieur de votre utérus est le décompte des mouvements fœtaux. Ce test est simple et il est facile de le faire à votre domicile.

Si durant la journée, votre bébé bouge beaucoup, cela signifie qu'il est en bonne santé.

Par contre, si vous sentez moins bouger votre bébé ou vous ne le sentez pas bouger du tout, nous vous suggérons fortement de procéder au décompte des mouvements fœtaux.

La technique de ce test est simple. Il vous suffit de compter le nombre de mouvements du fœtus après votre dîner et/ou souper :

1. Prenez un bon repas.
2. Étendez-vous sur votre lit de préférence du côté gauche. Prévoyez 2 heures de repos.
3. Décomptez les mouvements fœtaux que vous ressentez. Si vous comptez plus de 6 mouvements fœtaux dans l'intervalle de 2 heures, ceci veut dire que votre bébé va bien. Par contre, si vous comptez moins de 6 mouvements fœtaux dans l'intervalle de 2 heures, vous devez immédiatement vous présenter à la salle d'accouchement afin que l'infirmière avec un appareil spécial, puisse faire le décompte des mouvements fœtaux et vérifier le cœur fœtal. L'infirmière avisera votre médecin, ne vous inquiétez pas.

Il est à noter que l'activité du fœtus varie d'une grossesse à l'autre et elle n'est pas standard.

Il peut arriver, durant la journée, que votre fœtus présente des périodes d'inactivité, c'est-à-dire un repos. Ce repos peut s'échelonner sur plusieurs heures. Si vous êtes inquiète, présentez-vous à la salle d'accouchement pour vérification après avoir procédé au décompte des mouvements fœtaux.

L'équipe obstétricale de l'Hôpital Honoré-Mercier vous remet ces informations pour vous permettre de participer de façon active à la vérification de la qualité de vie de votre enfant à naître.

Merci de votre collaboration !

Département d'obstétrique-gynécologie

Le 9 juin 2013