

Problèmes particuliers liés à l'accouchement

Travail prématuré

Un bébé est considéré comme « prématuré » s'il est né avant 37 semaines complètes de grossesse. Les bébés prématurés courent un plus grand risque de séjours prolongés à l'hôpital et ont plus de risques d'avoir divers problèmes de santé comme :

- des difficultés respiratoires
- des problèmes pour maintenir la température de leur corps
- de la difficulté à téter et à avaler
- de l'hypoglycémie
- des infections
- des ecchymoses (« bleus ») et des saignements
- une jaunisse (peau jaune)

Les bébés qui naissent trop tôt courent aussi plus de risques d'avoir des problèmes permanents de vision, des voies respiratoires, de démarche ou d'apprentissage.



HISTOIRES DE FAMILLES

« Notre fille est née à 34 semaines, par césarienne. Ma femme avait une tension artérielle très élevée et le bébé en souffrait. Notre bébé était tout petit quand il est né et heureusement, il était en bonne santé. Mais cette expérience a été de loin la plus angoissante que nous avons vécue. »

Réduire les risques

Le travail prématuré peut arriver à n'importe qui et les causes en sont inconnues. Vos risques de travail prématuré seront toutefois plus élevés si vous avez déjà eu un bébé prématuré ou si vous attendez des jumeaux ou des triplés. Si vous avez une infection à la vessie ou aux reins ou un problème de santé comme l'hypertension ou le diabète, vos risques sont également plus élevés.

Pour réduire vos risques de travail prématuré :

- voyez régulièrement votre professionnel de la santé
- adoptez une alimentation saine
- travaillez avec votre professionnel de la santé pour cesser de fumer, de consommer de l'alcool ou de prendre des drogues, ou pour en réduire votre consommation
- demandez de l'aide si vous subissez de la violence (voir [Mode de vie](#))
- travaillez au plus 8 heures par jour et prenez le temps de vous reposer
- trouvez des moyens de réduire votre stress
- dans l'auto, portez la sangle ventrale de la ceinture de sécurité sous votre ventre, et la sangle transversale contre votre poitrine



DEMANDEZ DE L'AIDE

Contactez votre professionnel de la santé ou rendez-vous à l'hôpital sans tarder si vous constatez les signes suivants de travail prématuré :

- un écoulement ou un jet de liquide ou de sang de votre vagin, qui ne cesse pas, même après être allée aux toilettes
- des douleurs au ventre ou des crampes douloureuses qui ne cessent pas
- une pression ou une douleur inhabituelle au bas du dos
- des contractions qui ne cessent pas même si vous marchez, vous vous allongez ou vous prenez une douche chaude
- une impression que quelque chose ne va pas



Les bébés prématurés et de faible poids

C'est quoi... un bébé prématuré?

Un bébé est prématuré lorsqu'il naît avant la 37^e semaine.

C'est quoi... un bébé de faible poids?

Il s'agit d'un bébé qui pèse moins de 2,5 kg (5,5 lb) à la naissance.

Plus votre bébé naît tôt, moins son poids sera élevé et plus il risque d'avoir des problèmes de santé. Même si le tiers des bébés de faible poids naissent à terme, ils ont souvent les mêmes problèmes que les bébés prématurés.



LE SAVIEZ-VOUS?

Les bébés qui ont des contacts physiques fréquents avec la personne qui en prend soin grandissent plus vite que ceux qui en ont moins. Tous les bébés – même s'ils sont dans un incubateur – ont besoin d'être touchés et caressés, et qu'on leur parle aussi souvent que possible.



ATTENTION, DANGER!

Les bébés prématurés ou de faible poids courent plus de risques de mort subite du nourrisson (voir [Le sommeil](#)). Demandez des conseils à votre professionnel de la santé sur les moyens de rendre le sommeil de votre bébé aussi sécuritaire que possible.

À quoi s'attendre

- Votre bébé pourrait devoir se rendre à la pouponnière de soins spécialisés de l'hôpital après sa naissance. Dès que vous le pouvez, prenez votre enfant afin d'avoir un contact peau à peau (ce que l'on appelle aussi la « méthode kangourou »).
- Les bébés plus petits peuvent ne pas être prêts à prendre le sein immédiatement, mais avec le temps et un peu d'aide, ils y arriveront. D'ici là, exprimez avec la main ou tirez votre lait souvent et le plus tôt possible – idéalement, dans l'heure qui suit la naissance – afin de commencer à vous créer une provision de lait (voir [Exprimer votre lait](#)).
- Votre bébé pourrait avoir besoin d'un siège d'auto conçu pour les bébés de 2,5 kg (5,5 lb) ou moins; dans un siège d'auto pour bébé de modèle courant, son menton risque de se replier, ce qui pourrait l'empêcher de respirer.

C'est quoi... la méthode kangourou?

C'est une façon de tenir votre bébé sur votre poitrine, pour un contact peau à peau, ce qui lui permet d'entendre le battement de votre cœur, de vous sentir respirer et de téter confortablement.



Jumeaux, triplés et naissances multiples

À quoi s'attendre

- Vos bébés peuvent naître lors d'un accouchement vaginal ou par césarienne, selon leur position, le nombre de semaines de grossesse et leur état de santé.
- Commencer à les allaiter tôt et le faire souvent en essayant plusieurs positions vous aidera à produire suffisamment de lait (voir [Allaiter votre enfant](#)).
- N'hésitez pas à demander de l'aide une fois que vous serez à la maison.



HISTOIRES DE FAMILLES

« Au départ, j'avais peur de toucher mon fils. Il était si petit... et relié à tellement de tubes! J'ai appris à poser des questions et à me concentrer sur ce qui s'améliorait, même si c'était seulement de toutes petites choses. »



PARTENAIRES

Ce que vous pouvez faire

Si votre bébé est placé dans une unité de soins spéciaux après la naissance, rendez-vous à la pouponnière et participez à ses soins. L'infirmière pourra vous montrer comment changer sa couche, avoir un contact peau à peau et l'aider à se calmer.