

Guide des futurs parents n° 6

# LES 10 QUESTIONS À POSER À VOTRE + GYNÉCOLOGUE À LA 1ÈRE ÉCOGRAPHIE



Camille, VOTRE CAISSE   
D'ALLOCATIONS  FAMILIALES.

# Introduction

## Enceinte ? Félicitations !

Le début de la grossesse rime avec un moment magique : **la 1<sup>ère</sup> écho** ! Pour vous concentrer sur l'essentiel, Camille a fait une checklist reprenant les **questions** méga utiles à poser à votre gynécologue.

Ne pensez plus à rien, sauf à son petit cœur qui bat.

Retrouvez nos **6 guides** super complets en scannant le QR code :

- N°1 **grand projet** : j'aimerais avoir un bébé
- N°2 **préparer l'arrivée de bébé mois par mois** : toutes les démarches et rendez-vous à ne pas louper
- N°3 **la valise de maternité** : checklist pour ne rien oublier le jour J dans votre valise, les indispensables
- N°4 **bébé est là** : quelles sont les démarches à effectuer ?
- N°5 **la fratrie s'agrandit** : comment l'annoncer et rassurer les frères et sœurs ?
- N°6 **l'échographie de datation** : les 10 questions à poser à votre gynécologue

Téléchargez-les !



**Camille**, c'est la **Caisse d'allocations familiales** de référence en Wallonie. Elle vous accompagne dans votre vie de famille depuis l'arrivée de bébé jusqu'à son entrée dans la vie active.

# La première échographie, n'en loupez pas une miette

Face à tant de nouvelles émotions, vous n'êtes pas à l'abri d'un oubli devant votre gynécologue : « Qu'est-ce que je devais lui demander encore ? ». Pour vivre chaque moment de votre grossesse à fond, Camille vous fait un **récap'** des **questions importantes** à poser à votre **gynécologue** lors de votre 1<sup>ère</sup> écho. Retrouvez la **checklist** à prendre avec vous à la dernière page.



## Semaine d'aménorrhée VS semaine de grossesse

On entend souvent parler de semaines d'aménorrhée chez les médecins. La semaine d'aménorrhée (SA) se compte à partir du premier jour des dernières règles, tandis que la semaine de grossesse (SG) se compte à partir de la fécondation, qui a lieu environ deux semaines après.

## 1. Quel est l'objectif précis de l'échographie des 3 mois et que vais-je observer de particulier ?

Au cours de votre grossesse, vous passerez normalement **3 échographies** :

- 1.** une au **premier trimestre** (échographie de datation). Votre toute première échographie qui se déroule au 3<sup>ème</sup> mois de grossesse, entre la 11<sup>ème</sup> et la 13<sup>ème</sup> semaine d'aménorrhée. Entendre battre le cœur de bébé pour la 1<sup>ère</sup> fois, c'est magique.
- 2.** une au **deuxième trimestre**, entre la 20<sup>ème</sup> et 22<sup>ème</sup> semaine d'aménorrhée, c'est l'échographie morphologique.
- 3.** et une au **troisième trimestre** (échographie de contrôle).

Chaque échographie est faite dans un **but précis**. Pour être sûre de ne pas vous emmêler les pinceaux, redemandez bien à votre gynécologue de quoi vous allez parler avant de débiter. Vous commencerez l'examen plus sereine.

## Petite fille ou petit garçon ?

Il faudra **attendre la deuxième échographie** pour connaître le sexe de votre bébé avec certitude. Une autre possibilité existe : le sexe peut être identifié grâce à la **prise de sang pour le dépistage de la trisomie** (réalisée vers 12 semaines de grossesse). Si vous souhaitez **garder la surprise**, pensez à le signaler directement à votre médecin.





## 2. Le développement de mon bébé est-il normal ?

Comme les courbes de croissance pour un enfant, il existe la même chose pour votre fœtus. Son développement doit suivre son « **âge gestationnel** ». En fonction du nombre de semaines de grossesse, le médecin peut suivre son développement.

## 3. Est-ce que tout va bien pour moi et le placenta ?

Les futures mamans demandent souvent si tout va bien pour bébé, sans se poser la question de **leur propre santé**. Otez-vous d'un doute, et posez la question à votre médecin.

## 4. Quelle est la date prévue d'accouchement selon l'échographie ?

La date que vous fournira votre gynécologue sera certainement **plus précise** que celle basée sur les dernières règles, car elle tient compte du développement réel du fœtus.

### **Calculs savants**

Si vous voulez avoir une idée de votre date d'accouchement, on calcule le terme d'une grossesse à 41 semaines d'aménorrhée, soit 39 semaines de grossesse.

**À vos calendriers !**



## 5. Dois-je m'attendre à d'autres tests sanguins ou examens médicaux après cette échographie ?

Une femme enceinte est surveillée de très près. Il y a les prises de sang pour la toxoplasmose, le suivi du diabète gestationnel, le dépistage de la trisomie 21... Faites un récapitulatif avec votre médecin et planifiez déjà vos prochains rendez-vous médicaux.

### Conseils de pro

Chez certaines femmes, la grossesse peut entraîner des problèmes dentaires, comme la déminéralisation des dents et donc des caries. Faites un **petit check-up chez votre dentiste** au début de votre grossesse.

## 6. Quand est prévue la prochaine échographie (morphologique) et en quoi consiste-t-elle ?

L'échographie du **2<sup>ème</sup> trimestre**, dite morphologique, est prévue entre 20 et 22 semaines d'aménorrhée. C'est le moment d'examiner en détail tous les organes du fœtus. C'est à ce moment-là que vous pourrez connaître avec certitude le sexe du bébé. Votre date est-elle fixée ?

## 7. Y a-t-il des risques de complications liés à mes antécédents médicaux ou aux résultats de l'échographie ?

Certaines futures mamans ont un **suivi médical** plus rapproché et adapté dû à des soucis de santé spécifiques comme l'hypertension, le diabète ou des maladies auto-immunes.

## 8. Quels sont les vitamines et suppléments prénataux que vous me recommandez de prendre ?

Vous avez sûrement déjà entendu parler d'**acide folique** (vitamine B9), essentiel au début de la grossesse. Il est souvent recommandé de le poursuivre jusqu'à la fin de la grossesse. Parfois, un supplément de vitamine D est également préconisé, surtout en hiver où le soleil se fait plus discret, même très très discret en Belgique. Demandez conseil à votre gyné.



## 9. Quels sont les symptômes ou les signes qui nécessiteraient une consultation d'urgence ?

Le but ici n'est pas de vous paniquer, mais de savoir quand et comment réagir. Il est important de savoir reconnaître les **signes d'alerte**, surtout en début de grossesse : comme les saignements abondants, des crampes au ventre intenses, de la fièvre élevée sans cause évidente (rhume, grippe)... Dans tous les cas, si vous avez un doute ou une inquiétude majeure, n'hésitez jamais à contacter votre médecin ou le service des urgences.

## 10. Quelles sont les recommandations concernant les médicaments, mon alimentation, l'exercice physique, les voyages ou l'activité professionnelle pendant le reste de la grossesse ?

Au niveau des **médicaments**, **prudence** absolue ! De nombreux médicaments sont contre-indiqués pendant la grossesse, même les plus anodins. Ne prenez rien sans avis médical.

Pour le reste, tout dépend de votre situation, une future maman n'est pas l'autre : intolérance alimentaire, régime végétarien, grande sportive, voyage en avion, métier manuel ou souvent debout... Votre médecin saura vous conseiller.



## CHECKLIST

# Les 10 questions à poser à votre gynécologue à la première échographie

- Quel est l'objectif précis de l'échographie des 3 mois et que vais-je observer de particulier ?
- Le développement de mon bébé est-il normal ?
- Est-ce que tout va bien pour moi et le placenta ?
- Quelle est la date prévue d'accouchement selon l'échographie ?
- Dois-je m'attendre à d'autres tests sanguins ou examens médicaux après cette échographie ?
- Quand est prévue la prochaine échographie (morphologique) et en quoi consiste-t-elle ?
- Y a-t-il des risques de complications liés à mes antécédents médicaux ou aux résultats de l'échographie ?
- Quels sont les vitamines et suppléments prénataux que vous me recommandez de prendre ?
- Quels sont les symptômes ou les signes qui nécessiteraient une consultation d'urgence ?
- Quelles sont les recommandations concernant les médicaments, mon alimentation, l'exercice physique, les voyages ou l'activité professionnelle pendant le reste de la grossesse ?



\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

La date prévue  
d'accouchement



\_\_\_\_\_ cm

La taille du bébé



\_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

Date de l'écho  
morphologique