

## Problèmes particuliers liés à l'accouchement

### Travail prématuré

Un bébé qui naît avant la 37<sup>e</sup> semaine est un bébé « prématuré ». 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, de respiration, 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. Elle était toute petite à la naissance et heureusement, 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 souvent 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 êtes victime de violence domestique ou de violence conjugale (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
- attachez votre ceinture de sécurité avec une sangle au-dessus et une sangle sous votre bébé (si seule une ceinture sous-abdominale est disponible, attachez-la sous le bébé)
- faites vous traiter pour toute infection pelvienne ou urinaire durant la grossesse



### 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 filet ou un flux de liquide ou un saignement de votre vagin
- 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<sup>e</sup> semaine.

### C'est quoi... un bébé de faible poids à la naissance?

Un bébé dont le poids à la naissance se situe dans les 10 % des bébés les plus faibles – généralement moins de 2,5 kg (5,5 lb).

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 à la naissance 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.

### 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 au sein ou à la poitrine.

### À quoi s'attendre

- Votre bébé pourrait devoir se rendre à la pouponnière de soins spécialisés de l'hôpital (l'« UNSI ») après sa naissance. Dès que vous le pouvez, prenez votre enfant afin d'avoir un contact peau à peau (la « méthode kangourou »). Pour en savoir plus, visitez : [perinatalservicesbc.ca/health-info/newborn-care](http://perinatalservicesbc.ca/health-info/newborn-care)
- Les bébés plus petits peuvent ne pas être prêts à téter 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 et recueillir votre colostrum (voir [Exprimer votre lait](#)).
- Votre bébé pourrait avoir besoin d'un siège d'auto conçu pour les bébés de moins de 2,5 kg (5,5 lb) Dans un siège d'auto pour nourrisson de modèle courant, son menton risque de se replier, ce qui pourrait l'empêcher de respirer.



#### LE SAVIEZ-VOUS?

La consommation de nicotine (tabagisme/vapotage) et/ou de cannabis peut augmenter considérablement le risque de faible poids à la naissance et de prématurité.



#### LE SAVIEZ-VOUS?

Votre lait est parfaitement adapté aux besoins de votre bébé prématuré, avec des protéines pour la croissance du cerveau et des anticorps pour le protéger contre les infections.

## 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.
- Allaiter au sein ou allaiter à la poitrine tôt et souvent et essayer différentes positions vous aidera à produire suffisamment de lait (voir [Allaiter au sein ou allaiter à la poitrine votre bébé](#)).
- 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. »



#### 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.