

Sachez reconnaître les signes avant-coureurs pendant et après la grossesse. Cela peut vous sauver la vie

Écoutez votre corps et suivez votre instinct.

Votre corps subit de nombreux changements lors de la grossesse, et jusqu'à un an après l'accouchement. Les signes avant-coureurs peuvent annoncer des problèmes de santé plus graves, pouvant mettre votre vie et celle du bébé en danger.

Maux de tête intenses ou changements de la vision



- Maux de tête intenses et soudains
- Migraine qui empire, malgré la prise de médicaments
- Changements de la vision

Gêne au niveau de la poitrine ou du cœur



- Douleur thoracique
- Cœur qui bat trop vite ou de façon irrégulière

Convulsions



- Tout mouvement qui est inhabituel pour vous, comme des tremblements ou des secousses involontaires
- Confusion par rapport à ce qui se passe autour de vous

Difficultés à respirer



- Difficultés à respirer ou impression de ne pas arriver à reprendre votre souffle

Fièvre



- Fièvre de 100,4 degrés Fahrenheit (ou 38 degrés Celsius) ou plus

Pensées préoccupantes*



- Pensées suicidaires
- Vous pensez à vous faire du mal, à faire du mal à votre bébé ou à quelqu'un d'autre

*Si vous ou une personne que vous connaissez a des pensées suicidaires, contactez NYC Well pour parler à un conseiller 24h/24 et 7j/7 : Appelez le 888 692 9355, envoyez « WELL » par SMS au 65173 ou discutez en ligne via le site nyc.gov/nycwell. Si vous ou une personne que vous connaissez court un risque immédiat ou est en danger immédiat, rendez-vous aux urgences les plus proches ou appelez le **911**.

Maux de ventre ou nausées sévères



- Maux de ventre intenses qui ne disparaissent pas
- Nausées ou vomissements sévères au point de ne pas pouvoir manger ou garder ce que vous mangez

Sensation de faiblesse ou étourdissements



- Se sentir faible, s'évanouir ou perdre connaissance
- Vertiges ou étourdissements à répétition ou qui ne disparaissent pas

Gonflement



- Bras ou jambe rouge ou gonflé, pouvant être sensible ou chaud au toucher
- Gonflement extrême de vos mains et de vos doigts au point qu'il est difficile de plier ceux-ci ou impossible de porter des bagues
- Gonflement du visage, yeux gonflés
- Gonflement de la bouche, des lèvres ou de la langue

Fatigue



- Fatigue extrême qui ne diminue pas après vous être reposée

Changements des mouvements du bébé (si vous êtes enceinte)



- Le bébé bouge moins que d'habitude

Saignements ou pertes vaginales



- Pertes vaginales accompagnées d'une mauvaise odeur
- Saignements vaginaux ou perte de liquide de votre vagin (lorsque vous êtes enceinte)
- Saignements vaginaux importants qui imbibent une ou plusieurs serviettes en une heure (après la grossesse)
- Caillots sanguins de la taille d'un œuf ou plus gros (après la grossesse)

Problèmes liés à l'incision de la césarienne ou à la guérison de l'épisiotomie



- Incision de césarienne qui ne guérit pas
- Suture de l'épisiotomie (incision du périnée) qui ne cicatrise pas correctement

Écoutez votre corps. Si vous ressentez ou observez n'importe lequel de ces signes avant-coureurs, contactez votre prestataire de santé sans attendre ou appelez le 911.

Pour plus d'informations, consultez le site [nyc.gov/health](https://www.nyc.gov/health) et recherchez « **maternal health** » (santé maternelle).

NYC
Health