

Normes
de qualité

Complications au début de la grossesse et perte de grossesse précoce

questions à poser à votre équipe
soignante pour vous aider à recevoir
des soins de haute qualité





Quels sont les signes de complications au début de la grossesse?

Les complications au début de la grossesse comprennent les saignements vaginaux (plus que des taches) et les douleurs dans le ventre, le bas du dos ou le bassin. Elles surviennent souvent au cours des 13 premières semaines d'une grossesse. Si vous ressentez de la douleur ou présentez des saignements au début de la grossesse, vous pourriez avoir besoin de soins médicaux. Communiquez avec votre médecin de famille, votre sage-femme ou votre obstétricien, ou rendez-vous au service d'urgence d'un hôpital.

Dois-je aller au service d'urgence?

Appelez votre fournisseur de soins de santé ou rendez-vous au service d'urgence le plus proche dans les cas suivants :

- Vous ressentez soudainement une douleur intense dans le ventre qui ne disparaît pas ou que l'acétaminophène (Tylenol) ne soulage pas.
- Soudain, vous vous sentez faible ou comme si vous étiez en train de vous évanouir.
- Vous présentez un saignement très abondant (qui trempe plus de trois serviettes hygiéniques en trois heures).
- Vous avez des frissons ou de la fièvre (supérieure à 38 °C).



Entamer la discussion

Les complications ou la perte au début de la grossesse peuvent s'accompagner d'émotions mitigées. Les gens peuvent ressentir de la tristesse, du chagrin, du soulagement, de la peur et plus encore, et il peut être difficile de parler de ce qui s'est passé avec les fournisseurs de soins de santé ou même avec les proches et les amis. C'est particulièrement vrai si vous n'avez pas encore communiqué la nouvelle de la grossesse avec beaucoup de gens.

Partager vos préoccupations avec vos fournisseurs de soins de santé peut les aider à vous donner les meilleurs soins possible pendant une période stressante. Poser des questions peut aussi vous aider à prendre des décisions concernant votre traitement.

Utilisez les sujets décrits ici pour guider vos conversations avec votre médecin, votre sage-femme ou d'autres fournisseurs de soins de santé :

- Si les complications commencent
- Perte de grossesse au début de la grossesse
- Planifier l'avenir

Vous pouvez demander à parler à votre médecin, à votre sage-femme ou à votre infirmière en privé, et vous pouvez poser beaucoup de questions.



Notez-le par écrit

Cela peut vous aider de noter vos symptômes. Le fait d'avoir des détails à portée de la main lorsque vous discutez avec vos fournisseurs de soins vous aidera à donner une description plus complète de votre expérience.



Il se peut que vous ayez ce mélange d'émotions et que vous ne soyez pas sûr de ce que vous êtes censée ressentir. Alors, il est difficile de savoir quelles questions poser.

PERSONNE QUI A CONNU UNE PERTE DE GROSSESSE PRÉCOCE



Si les complications commencent

Le fait de parler de votre grossesse aux fournisseurs de soins de santé peut les aider à comprendre vos préoccupations et vous permettre d'obtenir les renseignements dont vous avez besoin. S'il est trop difficile de partager vos antécédents de santé physique et émotionnelle ou de poser des questions, vous voudrez peut-être demander à un membre de votre famille ou à une personne de soutien de parler.

Voici certaines choses dont vous voudrez peut-être discuter avec vos fournisseurs de soins de santé :

- Que vous ayez eu des complications de grossesse, une grossesse extra-utérine (lorsque l'embryon s'implante dans une trompe de Fallope), une grossesse antérieure ou que vous avez perdu un enfant avant la naissance.
- Qui sont les personnes qui vous soutiennent et qui vous aimeriez voir participer à vos soins (partenaire, ami, membre de votre famille).
- Si cette grossesse a été planifiée, et si vous avez utilisé des traitements de fertilité comme la fécondation in vitro (FIV) pour tomber enceinte.
- La façon dont vous aimeriez que les fournisseurs de soins de santé fassent référence à votre grossesse (par exemple, « fœtus » ou « bébé »).
- Les résultats de toute échographie récente ou de toute analyse sanguine liée à la grossesse.

Voici quelques questions que vous voudrez peut-être poser à votre fournisseur de soins de santé :

- Quels sont les tests que vous recommandez? De quoi s'agit-il?
- Quand et comment obtiendrai-je les résultats?
- Est-ce que je peux prendre quelque chose pour la douleur?
- Y a-t-il un service d'évaluation de grossesse précoce vers lequel on peut me renvoyer?



Un service d'évaluation des grossesses précoces

est offert par des fournisseurs de soins de santé et des professionnels de soutien ayant reçu une formation spéciale pour diagnostiquer et soigner les personnes souffrant de complications ou de perte au début de la grossesse.



Perte de grossesse précoce

La perte de grossesse précoce—une fausse couche au cours des 13 premières semaines—survient chez environ une femme enceinte sur cinq. Néanmoins, toutes les douleurs ou les saignements n'entraînent pas une fausse couche. Et certaines personnes ne présentent aucun symptôme. Une échographie de routine (une échographie médicale) ou une analyse sanguine peut montrer si une grossesse ne se développe pas comme prévu ou si elle a pris fin.

Si vous souffrez d'une perte de grossesse précoce, avant de quitter l'hôpital ou le cabinet de votre fournisseur de soins de santé, demandez à quoi vous pouvez vous attendre dans les jours ou les semaines à venir. Si vous comprenez ce qui se passe, vous saurez quoi faire si vos symptômes s'aggravent.

Même si la perte de grossesse précoce est une expérience courante, elle n'en est pas moins difficile et douloureuse. Votre santé mentale est importante, alors demandez de l'aide si vous en avez besoin.

Voici quelques questions que vous pourriez poser à votre fournisseur de soins de santé :

- Quelles sont mes options pour gérer une fausse couche (attendre que la fausse couche se produise d'elle-même, prendre des médicaments, subir une intervention chirurgicale)?
- Qu'est-ce que je verrai et ressentirai pendant et après une fausse couche? À quoi dois-je m'attendre?
- Si ma douleur ou mon saignement s'aggrave, que dois-je faire?
- Aurai-je des douleurs ou des nausées? Comment puis-je les gérer?
- Ai-je besoin de rendez-vous ou de tests de suivi?
- Que dois-je dire lorsque je partage la nouvelle de ma perte avec ma famille ou mes amis? Quelles sont certaines réactions courantes à la perte auxquelles je devrais me préparer?
- Comment ma famille et moi pouvons-nous nous soutenir mutuellement?
- Existe-t-il des groupes de soutien par les pairs dans ma région?



Important à savoir

Les personnes qui subissent une perte au cours des 13 premières semaines de grossesse demandent souvent ce qui suit : « Qu'est-ce que j'ai fait de mal? » « Aurais-je pu l'éviter? »

Les fournisseurs de soins de santé nous disent qu'ils aimeraient que les patients et les familles sachent trois choses :

- Une fausse couche n'est la faute de personne.
- Dans la plupart des cas, il n'est pas possible de déterminer une cause spécifique.
- Il n'y a pas de traitement pour arrêter une fausse couche.



[Le soutien par les pairs vous met en contact avec des gens qui disent]

« Moi aussi, je suis passée par là ».

Pour la guérison, c'était la chose la plus importante pour moi.

**PERSONNE QUI A CONNU UNE PERTE
DE GROSSESSE PRÉCOCE**



Planifier l'avenir

Une perte de grossesse précoce peut vous affecter, vous et votre famille, de façon inattendue. Avec les effets sur votre corps, les émotions qui suivent une fausse couche, comme la tristesse et la peur, peuvent revenir quand les gens pensent à retomber enceinte.

Voici quelques questions que vous voudrez peut-être poser à votre fournisseur de soins de santé :

- Je veux retomber enceinte. Quand puis-je essayer et aurai-je des problèmes pour retomber enceinte ou à avoir une grossesse en santé à l'avenir?
- Je ne veux pas retomber enceinte maintenant. Que dois-je savoir sur l'utilisation de la contraception après une perte de grossesse? Si je retombe enceinte, où puis-je obtenir de l'aide pour gérer les émotions qui peuvent survenir après cette perte de grossesse?



Plus d'informations et d'assistance

Il y a beaucoup de renseignements sur la perte de grossesse précoce et les complications au début de la grossesse, mais il peut être difficile de savoir lesquels sont fiables. Les patientes, les aidants et les cliniciens à qui nous avons parlé pour préparer ce guide nous ont dit que ce sont des ressources qu'ils trouvent utiles :

- Le [Pregnancy and Infant Loss \(PAIL\) Network](#) offre gratuitement des services de soutien individuel et de groupe par les pairs aux familles de tout l'Ontario.
- www.october15.ca—Chaque année, partout au Canada, le 15 octobre est la Journée mondiale de sensibilisation au deuil périnatal. Ce site fournit de l'information sur les événements, ainsi que des ressources pour les parents.



Pour votre référence : la norme de qualité en bref

Santé Ontario s'engage à aider les patientes, les fournisseurs de soins de santé et les organismes à améliorer la qualité des soins de santé en Ontario. Par l'entremise de son unité opérationnelle Qualité, Santé Ontario produit des normes de qualité qui décrivent à **quoi ressemblent des soins de qualité** pour des affections données, comme les complications et la perte au début de la grossesse. Les normes de qualité sont fondées sur les meilleures données probantes actuelles et sur les commentaires des cliniciens, des patientes et des fournisseurs de soins de santé.

Ce guide du patient accompagne la norme de qualité pour les cliniciens sur les complications et la perte au début de la grossesse.

Si la norme de qualité, élaborée en partenariat avec le réseau PAIL (Pregnancy and Infant Loss), vous intéresse, en voici un résumé. Pour en savoir plus, vous pouvez la télécharger [ici](#).

Évaluation globale

Pour les cliniciens : Les personnes présentant des signes ou des symptômes de complications au début de la grossesse reçoivent une évaluation complète qui comprend une mesure sérique de la bêta-hCG et une échographie transvaginale.

Ce que cela signifie pour vous

Votre fournisseur de soins de santé devrait le faire :

- Vous poser des questions sur vos symptômes et vos antécédents médicaux.
- Vous proposer un test sanguin et une procédure connue sous le nom d'échographie transvaginale.

Ces étapes lui permettront d'évaluer votre grossesse et à vous proposer les prochaines étapes de vos soins.

Services d'évaluation de la grossesse précoce

Pour les cliniciens : Les personnes souffrant de complications et de perte au début de la grossesse ont accès à des services d'évaluation des grossesses précoces.

Ce que cela signifie pour vous

Des professionnels de la santé (comme un médecin de famille, une infirmière, une sage-femme ou un urgentologue) qui ont reçu une formation et qui ont de l'expérience en matière de soins pendant les complications en début de grossesse ou en cas de fausses couches devraient être disponibles dans votre région.

Grossesse dont la localisation est inconnue

Pour les cliniciens : Les personnes dont la grossesse est de localisation inconnue (non visible dans l'utérus ou les annexes, à l'échographie) reçoivent deux mesures sériques de bêta-hCG effectuées à 48 heures d'intervalle. Elles se poursuivent jusqu'à ce qu'un diagnostic final soit posé ou jusqu'à ce que la bêta-hCG revienne à zéro.

Ce que cela signifie pour vous

Si votre test de grossesse est positif, mais qu'il n'est pas possible de voir la grossesse à l'échographie, vos fournisseurs de soins de santé devraient :

- Répéter les échographies et les analyses sanguines jusqu'à ce que votre grossesse soit localisée ou qu'un test de grossesse soit négatif.
- Vous dire quoi faire si vos symptômes s'aggravent.
- Vous dire comment obtenir des soins d'urgence.

Diagnostic de la perte de grossesse précoce intra-utérine

Pour les cliniciens : Les femmes enceintes qui subissent une perte de grossesse précoce intra-utérine reçoivent un diagnostic le plus rapidement possible sur la base d'une échographie transvaginale.

En attendant de savoir si la grossesse est viable ou non, elles reçoivent de l'information sur qui contacter, où aller et combien de temps il faut pour recevoir un diagnostic. Un diagnostic de perte de grossesse précoce est également communiqué au fournisseur de soins primaires de la personne.

Ce que cela signifie pour vous

Vos fournisseurs de soins de santé devraient :

- Diagnostiquer votre perte de grossesse précoce le plus rapidement possible.
- Vous dire qui communiquera avec vous pour vous faire part d'un diagnostic et vous indiquer combien de temps cela devrait prendre.
- Vous encourager à vous faire accompagner d'une personne de soutien lors de vos rendez-vous.

Options de prise en charge de la perte intra-utérine au début de la grossesse

Pour les cliniciens : Les personnes présentant une perte de grossesse précoce intra-utérine reçoivent de l'information sur toutes les options de prise en charge possibles (non interventionniste, médicale et chirurgicale) et sont aidées à prendre une décision éclairée sur l'approche de prise en charge qui leur convient le mieux, selon leur diagnostic, leur situation clinique, leurs valeurs et leurs préférences.

Ce que cela signifie pour vous

Votre fournisseur de soins de santé devrait :

- Discuter de vos options pour gérer votre perte de grossesse précoce afin de pouvoir choisir celle qui vous convient le mieux, à vous et à votre famille.
- Vous offrir de l'information écrite sur ce à quoi vous devez vous attendre, sur les plans de suivi et sur la façon d'accéder aux services de soutien en cas de perte de grossesse.

Options de gestion de la grossesse extra-utérine tubaire

Pour les cliniciens : Les personnes ayant une grossesse extra-utérine tubaire confirmée reçoivent de l'information sur toutes les options de prise en charge possibles (enceinte, médicale et chirurgicale) et sont soutenues pour prendre une décision éclairée concernant leurs soins. Elles ont accès à l'option de gestion qu'elles préfèrent. Les professionnels de la santé surveillent étroitement les signes et les symptômes et organisent un accès approprié aux soins de suivi.

Ce que cela signifie pour vous

Votre fournisseur de soins de santé devrait :

- Discuter de vos options pour gérer votre grossesse extra-utérine afin que vous puissiez choisir celle qui est la meilleure pour vous et votre famille.
- Vous donner de l'information sur ce à quoi vous devez vous attendre pendant le traitement et sur ce que vous devez faire si vos symptômes changent ou s'aggravent.
- Continuer à surveiller votre santé.

Soins de compassion

Pour les cliniciens : Les personnes et les familles qui connaissent des complications et/ou une perte au début de la grossesse sont traitées avec dignité et respect, et reçoivent un soutien de manière sensible, en tenant compte de leur situation personnelle et de leurs réactions émotionnelles, quel que soit l'endroit où elles reçoivent leurs soins.

Ce que cela signifie pour vous

Vous et votre famille devriez être traités avec dignité et respect en tout temps.

Soutien psychosocial et soutien par les pairs

Pour les cliniciens : Les personnes qui vivent une perte de grossesse précoce et leur famille reçoivent de l'information sur les services et les organismes de soutien psychosocial et de soutien par les pairs.

Ce que cela signifie pour vous

Vos fournisseurs de soins de santé devraient vous offrir de l'information sur le soutien affectif et par les pairs. Ils devraient vous offrir un aiguillage vers un programme de soutien par les pairs si vous en avez besoin.

La suite?

Rappelez-vous, tout le monde est différent.

Le soutien dont vous avez besoin et votre plan de soins vous seront propres.

Ce guide de conversation n'est qu'un point de départ.

Il peut y avoir d'autres sujets que vous voulez aborder avec vos fournisseurs de soins de santé. Il est important de leur parler si vous avez des questions ou des préoccupations.

Pour de plus amples renseignements

Si vous avez des questions ou des commentaires au sujet de ce guide, veuillez communiquer avec nous à qualitystandards@hqontario.ca ou au 1-866-623-6868.

Pour en savoir plus sur les complications et la perte au début de la grossesse, consultez la norme de qualité à :

hqontario.ca/normesdequalite

Pour en savoir plus, veuillez consulter :

hqontario.ca ou pailnetwork.sunnybrook.ca

