

GROSSESSE

Votre suivi pendant l'épidémie de Covid-19

Novembre 2020

Vous êtes enceinte et vous vous interrogez sur le suivi de votre grossesse et l'organisation de votre accouchement, alors que le coronavirus continue de circuler.

En cette période, n'attendez pas pour prendre contact avec le professionnel ou l'équipe qui vous suivra. Ils vous conseilleront pour organiser au mieux votre suivi.

Le suivi médical de votre grossesse se fera au maximum en ville

Vous venez de découvrir votre grossesse

Lors de la prise de rendez-vous pour votre première consultation au 1^{er} ou 2^e mois de grossesse, votre médecin généraliste, votre gynécologue ou votre sage-femme peut vous proposer une téléconsultation.

Cette consultation vous permet d'aborder toutes les questions que vous vous posez, que vous souhaitiez ou non poursuivre votre grossesse.

Cette consultation comprend un examen médical, un calendrier de suivi et des conseils de prévention notamment en lien avec l'épidémie : lavage fréquent des mains, gestes barrières, aménagements éventuels de vos conditions de transports et de travail.

Si vous avez une maladie chronique (diabète, hypertension...), si vous êtes obèse, ou à compter du 7^e mois de votre grossesse, l'infection par le coronavirus augmente le risque de développer une forme grave de Covid-19.

La vaccination contre la grippe saisonnière est recommandée et vous sera systématiquement proposée, quel que soit le stade de la grossesse.

Un suivi alternant consultations à distance et au cabinet ou en maternité

Le suivi médical permet de s'assurer du bon déroulement de votre grossesse et du développement de votre bébé. Afin de vous protéger et de limiter la propagation du virus, il sera assuré au maximum en ville si votre grossesse se déroule normalement. Des téléconsultations par vidéo-transmission ou à défaut par téléphone vous seront proposées ; vous pouvez demander une consultation en cabinet ou en maternité.

Les téléconsultations seront possibles pour l'entretien prénatal précoce, les consultations des 4^e et 6^e mois et la consultation d'anesthésie au 8^e mois. Pour cette dernière, vous pourrez avoir à renseigner un questionnaire par voie électronique.

- Les 3 échographies seront si possible couplées aux consultations de suivi qui sont réalisées au cabinet de la sage-femme, du gynécologue ou à la maternité (3^e, 5^e, 7/8^e et 9^e mois). Si le lieu est adapté et les gestes barrières strictement respectés, la présence d'un accompagnant peut être acceptée par certains professionnels pour les échographies. Parlez-en avant avec le professionnel qui assure votre suivi.
- Les séances de préparation à la naissance et à la parentalité sont maintenues et peuvent vous être proposées en téléconsultation par votre maternité ou votre sage-femme libérale. Au moment de ces séances, vous pouvez évoquer avec les équipes les questions que vous vous posez concernant les règles sanitaires au sein de la maternité, le port du masque lors de l'accouchement et les conditions de la présence de l'accompagnant lors de votre séjour à la maternité.
- Si vous rencontrez des difficultés pour obtenir vos rendez-vous d'examen, contactez votre sage-femme, votre gynécologue ou votre médecin généraliste. Ne craignez pas de les déranger.

Chaque consultation et séance de préparation à la naissance sont l'occasion de poser des questions, d'obtenir des informations et des conseils, de parler de vos préoccupations et de vos préférences pour votre suivi et vos activités de la vie quotidienne.

Si vous ressentez une inquiétude, du stress, de l'angoisse, une insécurité ou un danger, n'hésitez pas à solliciter votre sage-femme ou votre médecin qui vous écouteront et rechercheront avec vous une solution adaptée à vos besoins.

Une orientation vers un soutien psychologique pourra vous être proposée, même à distance.

Respecter les gestes barrières

Les professionnels de santé sont organisés pour vous protéger de la Covid-19. De votre côté, il est important de les contacter avant de vous rendre à leur cabinet, au centre de protection maternelle et infantile (PMI), au laboratoire d'analyse, au cabinet de radiologie, à la maternité.

À partir du 7^e mois de grossesse, le port du masque est systématiquement recommandé :

- lors des consultations ou des soins (masque chirurgical) ;
- lorsque vous sortez de chez vous ou que des personnes extérieures à votre domicile vous rendent visite (masque grand public ou selon votre situation personnelle, masque chirurgical sur prescription médicale).

Préparez l'organisation de votre séjour à la maternité

Au cours de votre 9^e mois de grossesse

Contactez les professionnels qui se chargeront de votre suivi en ville et de celui de votre bébé, après l'accouchement. Il est notamment conseillé de prendre contact avec une sage-femme libérale en vue du suivi à domicile après la naissance.

En cas de besoin, n'hésitez pas à solliciter en amont le service social de la maternité, pour la préparation et l'organisation de votre retour à la maison. Des conseils précis vous seront donnés.

En cas d'accouchement programmé, un test diagnostique RT-PCR vous sera systématiquement proposé. Il est fortement recommandé de le faire. Il est à réaliser 24 h à 48 h avant votre hospitalisation. Le résultat du test permettra de vous hospitaliser dans un service adapté mais ne modifiera pas les mesures barrières pendant l'accouchement.

À votre arrivée à la maternité, des questions vous seront posées ainsi qu'à votre accompagnant, pour rechercher des symptômes en lien avec la Covid-19, et prendre toutes les mesures pour vous protéger et protéger les autres.

La présence d'un accompagnant est possible au moment de l'accouchement et tout au long de votre séjour à la maternité, s'il ne présente pas de symptômes de la Covid-19. Il est nécessaire de respecter les règles sanitaires de l'établissement.

Les visites de la famille, des frères et sœurs ne sont pas autorisées.

Rapprochez-vous de l'établissement pour connaître les conditions d'accueil de l'accompagnant et anticipez au mieux les moyens pour rester en contact avec vos proches, le temps de votre hospitalisation.

En salle de naissance, il vous sera demandé de porter autant que possible un masque chirurgical pendant la phase de travail. Vous n'aurez pas à porter un masque lorsque les contractions deviennent plus intenses et que vous devez pousser pour donner naissance à votre enfant. L'équipe soignante et votre accompagnant porteront alors un masque FFP2.

Décider de changer de maternité au dernier moment n'est pas recommandé : cela présente un risque réel pour votre sécurité et celle de votre bébé.

Anticipez votre retour à la maison

En accord avec l'équipe de la maternité, votre séjour à la maternité sera le plus court possible : 2 jours après la naissance de votre bébé (4 jours en cas de césarienne).

La première visite d'une sage-femme libérale se fera au domicile dans les 24 heures après votre sortie de la maternité. Une consultation pour votre bébé est à prévoir entre le 6^e et le 10^e jour, de préférence avec un pédiatre, ou avec un médecin généraliste. Contactez-les dès votre accouchement pour prendre rendez-vous.

Avant de quitter la maternité

- Avant votre sortie, votre bébé sera examiné par un pédiatre. Les dépistages néonataux seront effectués ou une date pour les réaliser vous sera proposée.
- Pensez à vérifier que vous êtes en possession des prescriptions médicales et des rendez-vous pour la suite des soins à la maison. En cas de doute, n'hésitez pas à en parler aux professionnels de la maternité.

Si vous toussiez, avez de la fièvre ou des difficultés respiratoires

- Appelez sans tarder votre médecin traitant, en cas de symptômes inhabituels : fièvre, toux, diarrhée, etc.
- Appelez le SAMU (15) en cas de difficultés respiratoires, de signes d'étouffement, de malaise. Si vous êtes sourde ou malentendante, laissez un message au 114.
- Un test de diagnostic vous sera systématiquement prescrit.
- Si le diagnostic de Covid-19 est confirmé, vos échographies seront reportées dans l'attente de votre guérison et votre suivi sera adapté à votre état de santé en lien avec les équipes de la maternité dans laquelle vous êtes inscrite :
 - suivi toutes les 48 h par votre médecin généraliste en téléconsultation ou par téléphone à votre domicile ; il vous transmettra les consignes à respecter ;
 - ou hospitalisation à domicile, avec visite des professionnels ;
 - ou hospitalisation en maternité.

Après votre guérison, un suivi médical adapté sera organisé par la maternité, notamment pour surveiller la croissance du bébé, comme pour toute maladie contractée pendant votre grossesse. En l'état actuel des connaissances, il n'y a pas de risque spécifique pour votre bébé.

i Pour aller plus loin

- Pour les questions qui concernent votre propre santé, interrogez votre médecin ou votre sage-femme.
- Le carnet santé maternité de l'assurance maladie 2019 www.ameli.fr/sites/default/files/Documents/534905/document/guide_ma_maternite_-_2019_-_cnam.pdf
- Écoute téléphonique bénévole et gratuite, mise en place par le Collectif Inter Associatif autour de la Naissance et de l'Enfant (CIANE) depuis son site ciane.net/2020/11/une-permanence-telephonique-vraiment-permanente/
- HAS, 2014. Sortie de maternité : préparez votre retour à la maison. Document d'information destiné aux femmes enceintes www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2014-02/document_dinformation.pdf
- Grossesse : démarches et accompagnement www.ameli.fr

Cette fiche a été élaborée par la HAS avec relecture du Collectif Interassociatif autour de la Naissance (CIANE). Elle a été rédigée selon les connaissances disponibles à la date de sa publication, qui sont susceptibles d'évoluer en fonction de nouvelles données.

Toutes nos publications sont téléchargeables sur www.has-sante.fr