



Vous connaissez votre corps mieux que personne.

Si vous ressentez quelque chose qui vous semble inhabituel ou qui vous inquiète, ne l'ignorez pas.

HEAR
HEAR HER CONCERNS

Apprenez quels sont les signes d'alerte urgents et comment en parler à votre prestataire de soins de santé.

Si vous êtes enceinte ou si vous avez accouché au cours de l'an dernier, il est important de parler à votre prestataire de soins de santé de tout ce qui vous semble anormal.

Si vous ressentez l'un de ces signes d'alerte, consultez immédiatement un médecin :

- Maux de tête intenses qui ne disparaissent pas ou qui s'aggravent avec le temps
- Vertiges ou évanouissement
- Idées de vous faire du mal ou de faire du mal à votre bébé
- Changements dans votre vision
- Fièvre de 38 °C (100,4 °F) ou plus
- Enflure extrême des mains ou du visage
- Difficulté à respirer
- Douleur thoracique ou battements de cœur rapides
- Nausées graves et vomissements (*différentes des nausées matinales*)
- Douleurs intenses au niveau du ventre qui ne disparaissent pas
- Arrêt ou ralentissement des mouvements du bébé pendant la grossesse
- Saignements vaginaux ou écoulement de liquide pendant la grossesse
- Saignements vaginaux abondants ou écoulement de liquide malodorant après la grossesse
- Enflure, rougeur ou douleur au niveau de la jambe
- Fatigue accablante

Utilisez ce guide pour vous aider à amorcer la discussion :

- Merci de me recevoir. Je suis/étais récemment enceinte. La date de mes dernières règles ou de mon dernier accouchement était le _____ et j'ai de fortes inquiétudes concernant ma santé dont j'aimerais vous parler.
- J'ai _____ (symptômes) qui ressemblent à _____ (décrivez en détail) et qui durent depuis _____ (nombre d'heures/jours).
- Je connais mon corps et je ne trouve pas cela normal.

Exemples de questions à poser :

- Quelle peut être la signification de ces symptômes?
- Existe-t-il un test permettant d'exclure un problème grave?
- À quel moment dois-je envisager d'aller à l'urgence ou d'appeler le 911?

Notes :

Conseils :

- Apportez ces quelques phrases pour amorcer la discussion et toutes les questions supplémentaires que vous souhaitez poser à votre prestataire de soins.
- N'oubliez pas de lui dire que vous êtes enceinte ou que vous l'avez été au cours de l'année passée.
- Indiquez au médecin ou à l'infirmière ou infirmier les médicaments que vous prenez actuellement ou que vous avez pris récemment.
- Prenez des notes et posez des questions supplémentaires sur tout ce que vous n'avez pas compris.