



ÉVALUATION DES MOUVEMENTS FŒTAUX À DOMICILE

Ce que vous devez savoir

Vous êtes enceinte
et vous avez l'impression
que votre bébé bouge
moins qu'à son habitude ?
Voici des informations
pertinentes pour vous
aider à faire une
évaluation à domicile.

Le nombre normal de mouvements varie beaucoup d'un bébé à l'autre, mais un bébé bouge généralement **au moins 6 fois en 2 heures**.

Vous pouvez commencer à compter les mouvements fœtaux (mouvements de votre bébé) **à partir de la 27^e semaine de grossesse**.

Si vous jugez que votre bébé ne bouge pas suffisamment ou selon les recommandations de votre médecin / infirmière, vous pouvez procéder à l'évaluation des mouvements fœtaux selon la méthode qui suit.

Décompte des mouvements fœtaux

Avant de commencer le décompte, prendre une collation qui respecte votre diète (ex. : jus, biscuit, fruits ou autre aliment susceptible de faire activer davantage votre bébé).

Ensuite, pour une durée maximale de deux heures :

1. Se coucher sur le côté gauche;
2. Mettre les deux mains sur le ventre;
3. Commencer le décompte des mouvements du bébé.

Dès que vous avez compté 6 mouvements fœtaux, vous pouvez arrêter le décompte puisque tout est normal.

Si vous ne ressentez pas un minimum de 6 mouvements fœtaux en 2 heures, appelez à l'unité des naissances où votre accouchement est prévu.

Coordonnées

Hôpital Anna-Laberge
200, boulevard Brisebois, Châteauguay
Pavillon des naissances | [450 699-2463](tel:4506992463)

Hôpital du Suroît
150, rue Saint-Thomas, Salaberry-de-Valleyfield
Centre mère-enfant | [450 371-9920](tel:4503719920), poste 2148

Notre mission

Maintenir, améliorer et restaurer la santé et le bien-être de la population québécoise en rendant accessible un ensemble de services de santé et de services sociaux intégrés et de qualité, contribuant ainsi au développement social et économique du Québec.

Notre vision

Des soins de santé et des services accessibles et efficaces qui s'adaptent aux besoins des Québécois.

Nos ambitions

Le CISSS de la Montérégie-Ouest réalise ses ambitions en osant innover dans ses façons de faire et ainsi il se démarque et rayonne par :

- L'excellence de son offre de soins et services intégrés de proximité axée sur l'interdisciplinarité, l'accessibilité et l'adaptation aux besoins de sa population;
- Son courage à questionner et à améliorer ses pratiques professionnelles, cliniques et de gestion;
- La reconnaissance de la contribution de son personnel et la mise en place de pratiques de gestion humaines;
- La force de ses liens avec ses partenaires.

Nos valeurs

Nos actions sont guidées par cinq valeurs, interdépendantes et en équilibre : bienveillance, collaboration, engagement, audace et cohérence.