



Il n'est **PAS** vrai que les bébés bougent moins vers la fin de la grossesse.

Vous devez continuer à sentir votre bébé bouger jusqu'au moment du déclenchement du travail, et même pendant le travail.



Apprenez à comprendre les mouvements normaux de votre bébé

# KICKS COUNT™

empowering mums-to-be with knowledge & confidence



[www.kickscount.org.uk](http://www.kickscount.org.uk)  
Charity Registration Number 1145073



**Clause de non-responsabilité :**  
Kicks Count encourage toute personne ayant des préoccupations ou des questions au sujet de sa grossesse à prendre contact avec son prestataire de soins de santé, comme une sage-femme communautaire, un omnipraticien, la maternité de l'hôpital ou un obstétricien. Toutes les informations mentionnées dans cette brochure servent de guide uniquement.



# KICKS COUNT™

empowering mums-to-be with knowledge & confidence



[www.kickscount.org.uk](http://www.kickscount.org.uk)

Votre numéro d'unité de maternité est le:



## À partir de quand dois-je commencer à sentir du mouvement?

La plupart des femmes commencent à sentir leur bébé bouger entre 16 et 24 semaines de grossesse. On peut décrire les mouvements d'un bébé comme des coups de pied, des palpitations, des frottements ou des roulements. Le type de mouvement peut évoluer au fur et à mesure de la grossesse.

## À quelle fréquence mon bébé doit-il bouger?

Il n'y a pas un nombre déterminé de mouvements qui soit normal. Votre bébé aura ses propres habitudes de mouvements, que vous apprendrez à connaître. Entre 16 - 24 semaines, vous devez sentir le bébé se mettre à bouger de plus en plus, jusqu'à 32 semaines, puis garder à peu près les mêmes mouvements jusqu'à la naissance.



## Que dois-je faire si je remarque une réduction des mouvements ?

Si vous pensez que les mouvements de votre bébé se sont ralentis ou arrêtés, contactez votre sage-femme ou votre maternité immédiatement (il y a une permanence 24 heures sur 24, 7 jours sur 7). N'attendez pas le lendemain de voir ce qui se passe pour appeler.

N'hésitez pas à téléphoner, il est important que vous médecins et sages-femmes soient avertis si les mouvements de votre bébé se sont ralentis ou arrêtés.

N'utilisez pas de moniteur manuel, de doppler, ou d'appli de smartphone pour vérifier les battements du cœur de votre bébé. Même si vous détectez des battements, cela ne veut pas dire que votre bébé va bien.



## Que faire si le mouvements de mon bébé sont à nouveau réduits ?

Si, après votre examen, vous trouvez toujours que quelque chose ne va pas avec les mouvements de votre bébé, vous devez contacter soit votre sage-femme soit votre maternité sans tarder, même si tout était normal la fois d'avant.

N'hésitez jamais à contacter votre sage-femme ou votre maternité pour demander conseil, même très souvent.

## Pourquoi les mouvements de mon bébé sont-ils si importants ?

Une réduction des mouvements du bébé peut parfois être signal d'alarme important que le bébé ne va pas bien. Deux femmes sur trois qui ont eu un enfant mort-né ont remarqué que les mouvements de leur bébé avaient ralenti ou s'étaient arrêtés.