

Quel impact aura la pandémie de COVID-19 sur mes soins prénataux?

Pendant la pandémie de COVID-19, notre priorité absolue est de protéger nos patients, notre personnel et nos communautés. Pour ce faire, nous limitons les contacts en personne en réduisant les visites en personne à la clinique prénatale et à l'hôpital. Nous le faisons en remplaçant certains soins en personne par des **soins prénataux virtuels**.

Que sont les soins prénataux virtuels?



Les soins prénataux virtuels sont un moyen sûr et pratique d'obtenir vos soins prénataux à domicile. À l'aide de votre téléphone, de votre ordinateur ou de votre tablette, vous pouvez participer à un appel téléphonique privé ou à une vidéoconférence avec votre médecin ou votre sage-femme, pour vos rendez-vous prénataux.

Bien que plusieurs de vos rendez-vous seront virtuels et auront lieu sur votre téléphone ou votre ordinateur, vous aurez toujours des rendez-vous en personne avec votre médecin ou votre sage-femme lorsque vous en aurez besoin.

Recevrai-je toujours la même qualité de soins prénataux?

Vous recevrez toujours les mêmes soins de très grande qualité et le même nombre de services prénataux que vous recevriez normalement. Certains services pourront être regroupés afin de réduire le nombre de fois où vous devrez vous rendre à la clinique prénatale. Vous et votre médecin ou sage-femme examinerez les horaires des visites ci-dessous et vous assurerez que cela répondra à vos besoins.

À quoi puis-je m'attendre lors de mes visites prénatales?

Les descriptions de chacune de vos visites, en commençant par votre première visite (admission), sont présentées ci-dessous.

Consultations (Semaine)	Nature de la Consultation	Dépistage	Échographie	Vaccinations
Informations Initiales	Appel Infirmière			
8-12	En personne	✓	✓	✓
16-20	En ligne			
19-21	En Personne (Centre de Diagnostic Fœtal)		✓	
24-28	En ligne			
28-30	En personne	✓		✓
30-32	En ligne			
34-36	En personne	✓		✓
36-38	En ligne			
39	En personne			

Pour obtenir une liste détaillée des sujets concernant les soins prénataux dont vous discuterez avec votre médecin ou votre sage-femme à chaque semaine de grossesse, allez sur:

<http://tiny.cc/COVID-19PrenatalResources>.

Recevrai-je une éducation prénatale supplémentaire?

Oui, en plus de l'éducation prénatale que vous recevrez de votre docteur ou de votre sage-femme lors de vos rendez-vous en personne, vous avez maintenant accès à YoMingo® Education Numérique de Maternité. Il s'agit de ressources en ligne pour vous aider dans votre apprentissage. Les documents YoMingo®, qui sont disponibles pour les patients de Michigan Medicine jusqu'au 31 mai 2020, couvrent une gamme de sujets tels que la grossesse, les soins du nourrisson, les mesures pour le bien-être pendant le travail, le positionnement approprié pour l'allaitement maternel, les étapes de développement du bébé, et le comportement du nourrisson.

- Pour vous inscrire à YoMingo®, visitez www2.customizedinc.com/childbirtheeducation.
- Notre équipe a aussi rassemblé des ressources pour vous aider dans chaque étape de votre grossesse. Pour accéder à des ressources supplémentaires, visitez <http://tiny.cc/COVID-19PrenatalResources>.

Ai-je besoin d'acheter un équipement particulier pour mes rendez-vous virtuels?

Vous n'êtes pas dans l'obligation d'acheter un équipement particulier pour vos rendez-vous virtuels. Cependant, vous pouvez choisir d'acheter un **appareil pour prendre la tension artérielle** afin de surveiller votre tension artérielle, ou bien un **moniteur fœtal Doppler** pour surveiller les battements cardiaques de votre bébé, pour vous rassurer. Si vous choisissez de surveiller ces paramètres, vous pouvez le faire avant votre rendez-vous et partager vos résultats avec votre médecin ou votre sage-femme lors de votre rendez-vous virtuel.

Brassard pour tension artérielle: un dispositif utilisé pour mesurer la tension artérielle se composant d'un brassard gonflable, d'une unité de mesure et d'un mécanisme d'inflation, qui peut être une poire et une valve actionnées manuellement ou une pompe actionnée électriquement.

Moniteur Fœtal Doppler : un dispositif d'échographie portatif qui aide à détecter les battements cardiaques de votre bébé.

- Si vous souhaitez acheter un moniteur fœtal Doppler pour votre domicile, nous avons une liste d'appareils recommandés. Pour voir la liste, visitez <http://tiny.cc/COVID-19PrenatalResources>.
- Si vous souhaitez acheter un brassard pour mesurer votre tension artérielle à domicile, nous avons une liste d'appareils recommandés. Pour voir la liste, visitez <http://tiny.cc/COVID-19PrenatalResources>.

Comment puis-je surveiller ma tension artérielle à domicile?

Il n'y a pas de risque à compléter vos consultations virtuelles sans brassard de tension pour surveiller votre tension artérielle tant que vous n'avez pas d'antécédents d'hypertension artérielle. Cependant, si vous souhaitez acheter un brassard pour mesurer votre tension artérielle à domicile, nous avons une liste d'appareils recommandés. Pour voir la liste, visitez <http://tiny.cc/COVID-19PrenatalResources>.

Comment puis-je surveiller la fréquence cardiaque et les mouvements de mon bébé chez moi?

Il n'y a pas de risque à compléter vos rendez-vous virtuels sans moniteur fœtal Doppler. Nous vous encourageons à surveiller les mouvements de votre bébé en « comptant les coups ». Cela signifie enregistrer le nombre de fois où votre bébé donne des coups, se retourne et tourne. Vous sentirez habituellement votre bébé bouger autour de la 20^{ème} semaine de grossesse.

Comment mesurer les mouvements de mon bébé en « comptant les coups » ?

1. **Mettez-vous à l'aise et détendez-vous.** Desserrez les vêtements étroits. Allongez-vous sur le côté ou asseyez-vous avec les pieds en hauteur. Minimisez les distractions comme votre téléphone et votre téléviseur, pour vous aider à vous concentrer.
2. **Notez l'heure à laquelle vous commencez. Comptez les mouvements jusqu'à ce que vous atteigniez 5.** Chaque roulement, coup, frappement ou retournement compte comme 1 mouvement fœtal. Si le bébé est calme, buvez un verre de jus de fruit froid et recommencez.
3. **Notez l'heure à laquelle vous finissez de compter.**

Si vous vous êtes inscrite à YoMingo® Education Numérique de Maternité, vous aurez accès à un compteur de coups numérique pour vous soutenir !

Comment puis-je me sentir entourée tout en pratiquant la « distanciation sociale » pendant la pandémie de COVID-19?

La distanciation sociale est, instaurer intentionnellement un espace physique entre vous et d'autres personnes pour réduire la transmission de COVID-19. Nous savons que cela peut être difficile, surtout pendant la grossesse. Nous sommes en train de mettre en place des groupes de soutien en ligne pour les femmes ayant des dates d'accouchements similaires afin que vous puissiez communiquer avec des personnes qui vivent une expérience semblable.

Si vous désirez participer à un groupe de support en ligne, allez sur tiny.cc/PrenatalSupportGroup, ou scannez le code QR. (C'est un groupe de support dirigé en anglais.)



Devrais-je avoir mon bébé à la maison?

Nous vous recommandons toujours d'accoucher à l'hôpital, où nous avons toutes les ressources disponibles pour vous aider, pas à la maison. Nous avons des procédures en place pour lutter contre les infections, pour aider à garder toutes nos mères et nos bébés en sécurité. En raison des changements rapides concernant le COVID-19 dans le Michigan, nos règles évoluent régulièrement. À l'heure actuelle, les patientes qui viennent au centre de naissance sont autorisées à avoir 1 personne de soutien avec elles pendant leur accouchement. Si vous avez d'autres questions, vous pouvez contacter directement votre médecin ou votre sage-femme, par l'intermédiaire du portail d'accès pour les patients. Pour plus d'informations sur les accouchements à domicile, veuillez visiter:

<http://www.med.umich.edu/1libr/Gyn/Homebirth.pdf>

Merci d'avoir choisi de recevoir vos soins à Michigan Medicine et de nous aider à pourvoir les meilleurs soins à nos patients pendant la pandémie de COVID-19!

Clause d'exclusion de responsabilité : Ce document contient des informations et/ou du matériel d'instruction développé par Michigan Medicine pour un patient typique souffrant de la même condition que vous. Cela peut inclure des liens sur internet qui n'ont pas été créés par Michigan Medicine et pour lesquels Michigan Medicine n'assume aucune responsabilité. Cela ne remplace pas l'avis médical de votre professionnel de santé parce que votre expérience peut être différente de celle du patient typique. Parlez avec votre professionnel de santé si vous avez des questions au sujet de ce document, de votre condition ou bien de votre plan de traitement.

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by Michigan Medicine for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by Michigan Medicine and for which Michigan Medicine does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

Auteur: Alex Friedman Peahl MD, MSc

Édité par: Karelyn Munro, BA

Author: Alex Friedman Peahl MD, MSc

Edited by: Karelyn Munro, BA

Adapté de : L'Université de l'Utah. *Que sont les soins prénataux virtuels? 2020, Accédez en ligne :*

Adapted from: The University of Utah. *What is virtual prenatal care? 2020, Access online:*

<https://healthcare.utah.edu/virtual-care/virtual-prenatal-care/what-is-virtual-prenatal-care.php#overview>

Traduction: Service des Interprètes de Michigan Medicine

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

Instructions fournies au patient par [Michigan Medicine](#) possédant une licence avec [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Dernière révision: 03/25/2020

Patient Education by [Michigan Medicine](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 03/25/2020