

Ressentir les mouvements de votre tout-petit est un signe qu'il se porte bien

La plupart des femmes et personnes enceintes commencent à sentir leur bébé bouger entre 16 et 24 semaines de grossesse.

Il n'existe pas de nombre « normal » de mouvements : chaque bébé bouge à son propre rythme.

Entre 16 et 24 semaines, vous allez commencer à sentir votre petit trésor bouger, et ces mouvements vont devenir de plus en plus perceptibles jusqu'à 32 semaines.

À ce stade, les mouvements devraient rester à peu près constants jusqu'à l'accouchement, y compris pendant le travail.

Pourquoi les mouvements de mon bébé sont-ils importants?

Parfois, un bébé qui bouge moins peut ne pas recevoir assez d'oxygène. Dans de rares cas, ceux qui bougent peu peuvent malheureusement décéder avant la naissance.

Il est donc important de se faire examiner immédiatement, même si votre grossesse se déroule normalement ou si vous n'avez rencontré aucun problème auparavant.

Que faire si mon bébé bouge moins après avoir été examinée ?

Contactez immédiatement votre maternité.

Faites-le même si vous avez consulté plus tôt dans la journée ou si l'on vous a récemment assuré que votre tout-petit allait bien.

Faites-vous toujours examiner, quelle que soit la fréquence à laquelle cela se produit.

Je ne suis pas sûre des mouvements, mais j'ai le sentiment que quelque chose ne va pas. Que dois-je faire ?

Vous connaissez votre corps et votre grossesse mieux que quiconque.

Si vous sentez que quelque chose ne va pas, contactez votre maternité et dites-leur que vous allez venir. Faites-le même si vous ne pouvez pas expliquer exactement pourquoi vous sentez que quelque chose ne va pas.



Appelez votre maternité et rendez-vous immédiatement pour un contrôle si :

- Votre bébé bouge moins que d'habitude
- Ses mouvements semblent plus faibles que d'habitude
- Vous ne percevez plus ses mouvements

- **N'attendez pas le lendemain pour vous faire examiner. La maternité est ouverte 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Vous pouvez appeler et vous faire contrôler à tout moment, de jour comme de nuit.**

Si vous êtes loin de chez vous, vous pouvez contacter n'importe quelle maternité.

- **N'essayez pas** de faire bouger votre bébé vous-même.
- **N'utilisez pas** de dopplers à domicile, de moniteurs portables ou d'applications sur téléphone pour écouter le cœur de votre bébé. Même si vous entendez un battement, cela ne signifie pas qu'il va bien.

En savoir plus sur les mouvements de votre bébé pendant la grossesse



Que va-t-il se passer lorsque je vais être examinée à l'hôpital ?

Si ces contrôles et examens ne vous sont pas proposés, demandez à ce qu'ils soient effectués. Montrez cette brochure à votre sage-femme ou à votre médecin.

Si votre médecin ou votre sage-femme souhaite effectuer d'autres contrôles, il ou elle doit vous en expliquer la raison médicale. Vous pouvez aussi demander les contrôles et examens mentionnés dans cette brochure.

Enceinte de 24 à 26 semaines

Une sage-femme ou un médecin va :



Écouter les battements de son cœur



Se renseigner sur les mouvements de votre bébé



Vérifier votre tension artérielle



Faire un test urinaire



Vérifier la taille de votre ventre

À partir de 26 semaines de grossesse

Une sage-femme ou un médecin va également :



Contrôler son rythme cardiaque et ses mouvements à l'aide d'un moniteur CTG, un appareil fixé sur votre ventre qui affiche les battements de son cœur.



Que va-t-il se passer ensuite ?

Si votre médecin ou votre sage-femme a des inquiétudes, il ou elle va discuter avec vous de la suite à donner.

Vous ne devez pas être renvoyée chez vous avant que :

- Les mouvements de votre bébé vous semblent rassurants
- Tous les examens indiquent que vous allez bien tous les deux

Si les examens indiquent la présence d'un problème, vous ne devez pas quitter l'hôpital sans qu'une stratégie claire soit mise en place.

Nous remercions les organisations suivantes pour leur soutien à l'élaboration de cette brochure :



Envoyez vos commentaires à l'adresse
pregnancyinfo@tommys.org

Tommy's est une association caritative enregistrée sous
les numéros 1060508 et SC039280

Dernière révision : janvier 2026. Prochaine révision : janvier 2029

Pour en savoir plus, accédez à l'adresse suivante :
www.tommys.org/pregnancy-information