



## Indicateurs de l'accouchement

Perte du bouchon muqueux: lorsque le col de l'utérus (cervix) commence à se modifier, le bouchon muqueux peut être expulsé. Le bouchon muqueux est décrit comme un flux vaginal compact et celui-ci peut être de couleur blanche, rosée, brunâtre ou accompagné d'un filet de sang. Si c'est le cas, il ne faut pas que vous vous rendiez urgemment à l'hôpital, surtout, si cela arrive après les 36 semaines. Ce n'est pas un signe d'accouchement imminent, il indique que votre corps se prépare pour la naissance de votre bébé.

Perte des eaux (rupture de la poche amniotique): cela peut arriver sans avoir perdu le bouchon muqueux ou sans avoir ressenti des contractions. Ce liquide peut être reconnu très facilement : il n'a pas de couleur, il a une certaine odeur douce et peut contenir des morceaux de vernix (substance grasse couvrant la peau du bébé). Si les eaux sont claires, vous êtes à plus de votre 38<sup>e</sup> semaine, le bébé bouge, les cultures par *Streptococcus agalactiae* sont négatifs, vous n'avez pas de contractions et vous êtes calme, vous pouvez attendre chez-vous quelques heures avant de venir à l'hôpital.

Contractions: elles rassemblent à la douleur menstruelle. Elles ont un début clair et un final. Vous ressentez comment le ventre devient dur, comment la contraction arrive, comment elle augmente et comment elle disparaît. Après il y a une pause. Les contractions ont une durée de 30 secondes à une minute et lorsqu'elles arrivent avec plus de force, elles ont un rythme différent chez chaque femme. Au début, elles sont irrégulières et après, elles deviennent plus fréquentes : toutes les 10 minutes, après toutes les 5 minutes et finalement toutes les 2 ou 3 minutes.