



.....

Grossesse gémellaire

Grossesse et accouchement

.....

Qu'est-ce que c'est ?

Une grossesse gémellaire se définit par la présence de deux fœtus dans la même grossesse.



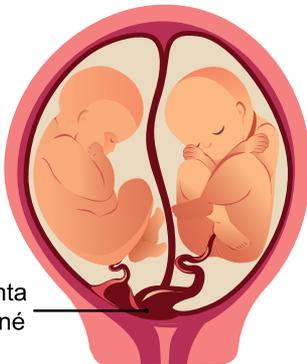
La grossesse gémellaire peut être spontanée, naturelle ou provoquée par des traitements de fertilité. Il existe plusieurs types de jumeaux, tel que démontré ci-dessous.



Monochoriaux & monoamniotiques



Monochoriaux & biamniotiques



Placenta fusionné

Bichoriaux & biamniotiques
Placenta fusionné



Bichoriaux & biamniotiques
Placentas séparés

.....

Incidence

La grossesse gémellaire touche 1,1 % des familles selon l'Institut de la statistique du Québec.

Par contre, avec l'augmentation de consultations en clinique de fertilité et des traitements qui s'en suivent, le taux a augmenté à 3,4 % des familles.

Parmi ces familles, environ 66 % sont des jumeaux fraternels, donc issus de deux fécondations et non identiques.

Les autres sont les jumeaux identiques, issus d'une seule fécondation.

.....

Facteurs prédisposants

Le facteur prédisposant le plus important d'une grossesse gémellaire est le traitement de fertilité, comme la médication stimulant l'ovulation et la fécondation in vitro. Les grossesses gémellaires spontanées ont comme facteurs prédisposants :



- L'hérédité ;
- L'âge maternel ;
- L'origine ethnique ;
- La parité (nombre d'enfant à la maison).

Évolution



La grossesse gémellaire est plus risquée que la grossesse d'un seul fœtus.

Les risques et complications sont les mêmes dans les deux cas, mais se présentent beaucoup plus fréquemment lorsqu'il y a plus d'un fœtus.

La principale complication demeure l'accouchement prématuré. En effet, 50 à 60% des jumeaux naissent avant 37 semaines, selon les études.

Les complications pouvant découler d'une grossesse gémellaire sont :

Pendant la grossesse

Complications fœtales	Complications maternelles
<ul style="list-style-type: none">● Syndrome transfuseur-transfusé (jumeaux identiques : partage inégal des nutriments et de la perfusion placentaire entre les deux fœtus)● Poids différent chez les deux fœtus● Anomalies congénitales● Maladie cardiaque congénitale plus fréquente● Présentation anormale des fœtus	<ul style="list-style-type: none">● Décollement du placenta● Placenta prævia (placenta se trouvant sur le col, créant des saignements)

Pendant l'accouchement

Complications fœtales	Complications maternelles
<ul style="list-style-type: none">● Naissance prématurée● Maturation incomplète des poumons des fœtus● Petit poids à la naissance	<ul style="list-style-type: none">● Décollement du placenta● Saignement plus abondant après l'accouchement● Naissance par césarienne plus fréquente● Procidence du cordon (lors de la rupture des eaux, le cordon sort avant le fœtus)

Post-partum

Complications fœtales	Complications maternelles
	<ul style="list-style-type: none">● Dépression post-partum

.....

Examens et surveillances cliniques

Le diagnostic de la grossesse gémellaire se fait par échographie.

Ensuite, un suivi échographique à intervalle variable (deux à quatre semaines) selon les situations cliniques est établi avec votre médecin. Ceci permet de surveiller la croissance et le bien-être de vos bébés.



Les examens suivants pourraient aussi être indiqués, selon votre situation :

- Examen échographique permettant d'évaluer le poids des deux fœtus ;
- Examen échographique permettant de mesurer la quantité de liquide amniotique ;
- Examen échographique permettant de mesurer la longueur du col de l'utérus (dans certains cas ou lors d'une suspicion de travail préterme) ;
- Contrôle de la tension artérielle et du diabète gestationnel (même si ce contrôle est réalisé lors de toutes les grossesses, l'hypertension et le diabète gestationnel sont plus fréquents lors d'une grossesse gémellaire).

Vos besoins en fer sont accrus. Il est donc probable que vous deviez prendre des suppléments.

En raison du risque de travail préterme, un arrêt de travail pourrait être évalué avec votre médecin. Ceci dépend de votre type d'emploi.

Enfin, une surveillance des signes et symptômes de travail préterme sera faite régulièrement.



Prise en charge

Chaque situation est unique.

En effet, la prise en charge dépend de nombreux facteurs, dont l'âge de la grossesse et le bien-être de la mère et du bébé à naître. Lors d'une évaluation avec le médecin, le plan de traitement sera déterminé avec vous et votre partenaire.

Il est aussi possible que vous rencontriez le néonatalogiste, afin qu'il vous explique les conséquences d'une naissance prématurée pour vos bébés.

.....

Naissance prématurée suspectée

Il arrive qu'une hospitalisation, d'une durée indéterminée, soit nécessaire durant une grossesse gémellaire. La principale raison est le risque d'accouchement préterme.

Nous souhaitons assurer une surveillance étroite de votre état et celui de vos bébés à naître. Un monitoring fœtal ou plusieurs examens de réactivité fœtale pourraient être répétés, afin de s'assurer qu'ils tolèrent bien les contractions utérines.

Une **tocolyse** pourrait vous être administrée, afin de **tenter de prolonger la grossesse** d'au moins 48 heures. Cette prolongation peut permettre d'administrer un médicament pour **accélérer la maturation des poumons de vos bébés** à naître.

C'est afin de prévenir la détresse respiratoire chez le nouveau-né prématuré que des injections peuvent être administrées à la mère durant deux jours consécutifs.

Si l'accouchement semble imminent et selon l'âge de votre grossesse, le **sulfate de magnésium**, un médicament visant à protéger le cerveau de vos bébés, pourrait vous être administré. Cette **neuroprotection** n'est pas indiquée si vos contractions cessent.

Enfin, respectez les directives de limitations des activités qui vous seront suggérées, aussi longtemps qu'elles vous seront recommandées.

.....

Naissance à terme prévue



En général, la prise en charge vise à prévenir les complications pour la mère et le bébé à naître.

Une naissance sécuritaire est planifiée, par exemple avec une date d'accouchement souvent déterminée à l'avance. Dans ce cas également, une surveillance rapprochée du bien-être maternel et foetal, à l'aide d'examen de réactivité foetale (ERF) est faite régulièrement en fin de grossesse.

Dans les bonnes circonstances, un accouchement vaginal est sécuritaire et encouragé chez la femme enceinte de jumeaux.

Vous aurez une discussion quant aux types d'accouchements proposés avec votre médecin. Différents éléments, dont la position, le poids et l'âge gestationnel de vos bébés, sont considérés.

Certains couples préfèrent accoucher par voie vaginale, si possible. D'autres préfèrent une naissance par césarienne.



.....

Gestion du stress et de l'anxiété



Il peut être stressant et éprouvant pour vous de vivre cette épreuve.

Certains couples ayant vécu une grossesse semblable ont identifié des stratégies aidantes :

- Prendre un jour à la fois ou se fixer des objectifs à très courts termes (ex. : atteindre 26 0/7 semaines demain) ;
- Demander de l'aide et du soutien, que ce soit pour l'organisation à la maison, avec les enfants, à l'hôpital, etc. ;
- Éviter les éléments stressants et focaliser sur les éléments sur lesquels il est réaliste d'avoir du contrôle ;
- Être informés par des sources fiables et éviter les forums de discussions pour en savoir plus sur votre situation. Ne pas hésiter à demander à l'équipe de soins d'expliquer également à votre partenaire la situation actuelle et de répondre à ses questions, au besoin ;
- Se distraire (ex. : lecture, dessin, télévision, avoir de la visite) ;
- Se soutenir mutuellement, votre partenaire et vous ;
- Éviter de se culpabiliser, puisque ceci n'est pas fondé. Vous n'êtes pas responsable de la situation ;
- Utiliser des méthodes de gestion du stress qui vous conviennent (ex. : application de gestion du stress sur le cellulaire, méditation).

CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

Hôpital Maisonneuve-Rosemont

5415, boul. de l'Assomption
Montréal (Québec) H1T 2M4

 514 252-3400

 ciusss-estmtl.gouv.qc.ca

D'autres publications et ressources d'intérêt sur la santé sont disponibles sur le site Internet du Centre d'information pour l'utilisateur et ses proches (CIUP).

 <https://biblio-hmr.ca/in/fr/ciup>

 ciup.cemtl@ssss.gouv.qc.ca

Tous droits réservés

© CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal, 2022

CP-SFE-181

**Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Est-de-
l'Île-de-Montréal**

Québec 