

Je suis enceinte

Direction générale de la santé – mise à jour le 27/01/2010

Je suis enceinte. J'ai plus de risque de développer une forme grave de la grippe A(H1N1). Je prends donc toutes les précautions pour me protéger.

Pour éviter d'attraper la grippe

① Je respecte soigneusement les recommandations suivantes

- Je me lave régulièrement les mains au savon ou je les désinfecte avec une solution hydro-alcoolique.
- J'évite les contacts avec une personne malade.
- Je reste à distance de toute personne ayant des symptômes respiratoires comme la toux.
- J'aère tous les jours les pièces où je vis.

② Je me fais vacciner

- La meilleure protection contre la grippe est la vaccination.
- En me faisant vacciner, je me protège.
- Je peux me faire vacciner à partir du 2^{ème} trimestre de ma grossesse.
- Je peux me faire vacciner chez le médecin de mon choix, après avoir vérifié, auprès de lui, qu'il propose cette vaccination contre la grippe A(H1N1) ou dans l'un des centres de vaccination (centres de certains établissements de santé, centres de protection maternelle et infantiles volontaires, centres de vaccination qui existaient avant la pandémie...) dont je peux me procurer l'adresse auprès de la préfecture de mon département.
- Pour me faire vacciner, je me munis de mon bon de vaccination ou des informations nécessaires (notamment nom, prénom, date de naissance et numéro de sécurité sociale à 15 chiffres avec la clé) qui permettront l'édition de mon bon par le médecin, mon pharmacien ou le centre d'accueil de l'Assurance maladie.
- Le bon de vaccination sert à garantir la traçabilité de la vaccination.

③ En cas de symptômes grippaux, je consulte sans attendre

- Si j'ai de la fièvre, je consulte sans attendre.
- Fièvre et grossesse ne font pas « bon ménage ».
- C'est toujours important de consulter rapidement car si c'est la grippe, mon médecin pourra me donner un traitement adapté et si ce n'est pas la grippe, il faut savoir pourquoi j'ai de la fièvre.

Je peux également consulter le dépliant « La femme enceinte et son bébé » et les fiches « Comment me protéger contre la grippe ? » et « Que faire si je pense avoir la grippe ? ».