



# CNSF

Collège National  
des Sages-Femmes  
de France

PRÉVENTION  
DÉPISTAGE  
SUIVI PERSONNALISÉ  
ÉCOUTE  
ÉCHANGES  
INFORMATIONS  
CONSEILS  
PRESCRIPTIONS  
ORIENTATION

## LA CONSULTATION PRÉ-CONCEPTIONNELLE

... avec une sage-femme, un médecin, un gynécologue ou obstétricien

### Pourquoi ?

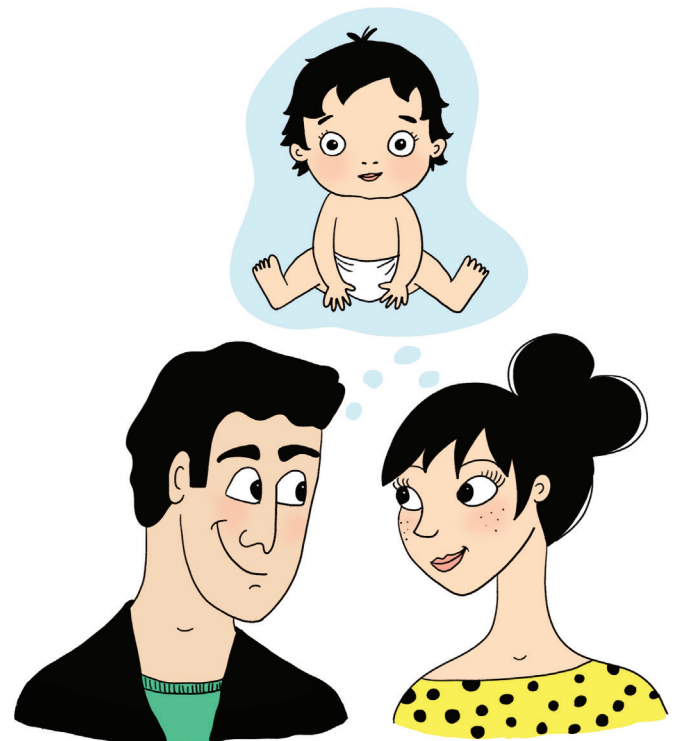
- Pour m'informer.
- Pour prendre ou reprendre de bonnes habitudes : j'ai revu mon alimentation et je pratique ou débute une activité physique.
- Pour pouvoir parler et sortir de mes addictions.
- Pour commencer une supplémentation en vitamine B9 (folates).
- Pour identifier, s'il existe, des facteurs de risque qui peuvent avoir des conséquences sur ma future grossesse en agissant en amont.

### MIEUX VAUT PRÉVENIR QUE GUÉRIR

- **J'ai un problème de santé** : c'est l'occasion de faire le point sur ma pathologie en profitant d'une période stable pour me donner toutes les chances que ma grossesse se passe bien.
- **Je suis en bonne santé** : c'est l'occasion de revoir mes habitudes de vie (alimentation, sport, tabac, etc.). Mes vaccinations ont été mises à jour. J'ai toutes les chances que ma grossesse se passe bien.
- La grossesse peut survenir plus ou moins rapidement. **J'en discute** avec la sage-femme ou le médecin afin de m'y préparer et de rester sereine si cela tarde un peu.

### Après combien de temps dois-je m'inquiéter ?

En l'absence de grossesse **dans les 18 mois** après l'interruption de toute contraception, je consulterai à nouveau mon praticien.



PARLEZ-EN À VOS PROFESSIONNELS DE SANTÉ

© CNSF © infographie et illustrations Julie Bois

© pictogrammes Victor Ferrari, élève du lycée Lycée Golf Hôtel - section BMA graphisme et décor - enseignant EL MOUATASSIM M.M.  
Remerciements aux sages-femmes adhérentes au CNSF ayant participé à la réalisation de ces fiches